

Karl-Volkmar-Stoy-Schule
 Berufsschulzentrum Wirtschaft und Verwaltung
 Paradiesstraße 5
 07743 Jena
 Telefon: 03641 45360
 Fax: 03641 453610

Ärztliche Bescheinigung über eine teilweise Befreiung vom Sportunterricht von mehr als zwei Wochen Dauer

Name des Arztes:

Praxisanschrift:

Telefon/ Fax:

Erkrankungen (z. B. Diabetes, Heuschnupfen, Asthma u. s. w.) und sportliche Belastungen müssen sich nicht zwangsläufig ausschließen. Wir bitten Sie daher, die bestehende Erkrankung der Schülerin/ des Schülers hinsichtlich nachfolgender Übersicht zu überprüfen und eine Auswahl zu treffen, welche Übungen im Sinne der Schülerin/ des Schülers möglich sind.

Die Schülerin/ der Schüler sollte

ab dem bis voraussichtlich dem von

nachfolgenden Teilen des Sportunterrichts befreit werden:

zu vermeiden	Teilbereiche	zu empfehlen
	Grundübungen: Liegestütz, Sit-ups, Seilspringen, Klimmzüge, Schlussweitsprung	
	Rückenschule	
	Dehnungs- und Kräftigungsübungen aufgrund bestehender muskulärer Dysbalancen	
	Koordinationstraining (Übungen zur Förderung der Gleichgewichts-, Reaktions-, Kopplungs-, Umstellungs-, Antizipationsfähigkeit)	
	Sportspiele wie Volleyball, Basketball, Handball, Fußball	
	Aerobe Ausdauerschulung (20 - 30 min) wie Walking, Crosswalker, Fahrradergometer, Ruderergometer im schuleigenen Fitnessraum	
	Schwimmen wie Rückenschwimmen und Brustschwimmen, Tauchen	
	Kampfsport wie Ringen, Boxen, Judo	

(falls nur einzelne Übungen in den Teilbereichen ausgeschlossen sein sollen, diese bitte unterstreichen)
 Besondere Auflagen, Hinweise und Bemerkungen:

.....

Stempel:

Datum:

Unterschrift:

Kenntnisnahme:

Erziehungsberechtigte:

Stempel und Unterschrift des Arbeitgebers: