



Bewegungs- und Gesundheitstage 2021/22

„..... und sie bewegen sich doch!“

Bildungsdirektion
Salzburg



1. Kontaktdaten

Name der Schule: ASO St. Anton

Straße: Kinderdorfstraße 15

E-Mail: direktion@aso-stanton.salzburg.at

PLZ, Ort: 5671 Bruck

Homepage: https://www.aso-stanton.salzburg.at/

Telefonnummer (mit Vorwahl): +43 6545 7270-151

Fax: _____

ProjektleiterIn: Miriam Etzer

Telefonnummer (mit Vorwahl): 06508781787

E-Mail: mi.etzer@gmx.at

Projektpartner Pfeffer Sabrina – Schwimmschule Nixentraum

2. Daten:

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 17

Anzahl der involvierten Klassen: 4

Altersgruppe 6-10 Jahre: 10

Altersgruppe 11-14 Jahre: 7

Altersgruppe 15-19 Jahre: _____

Gesamt: 17

Datum/Ort: 1. 9.Mai bis 13.Mai 2022
Hallenbad der Schule

2. _____

3. _____

4. _____

Beginn 08:15

Ende: 11:00

3. Beschreibung (Thema, Organisationsplan):

Schwimmtage für Kinder mit körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen, sowie für Kinder mit Verhaltensauffälligkeiten.

Wir haben Glück. Unsere Schule ist wunderbar ausgestattet und bietet unseren Schülerinnen und Schülern eine motivierende Bewegungsumgebung auf so vielen verschiedenen Ebenen. Ein toll ausgerüsteter Turnsaal mit Kletterwand, ein großer Sportplatz und auch ein neuer Spielplatz, der zum Spielen und Toben einlädt. Was unsere Schule aber sehr besonders macht, ist unser Hallenbad und die Möglichkeit, dieses während der Turnstunden regelmäßig zu nutzen, ohne lange Anfahrtswege oder hohe Eintrittskosten. Dieses Angebot wird auch von sämtlichen Klassen rege genutzt. Dennoch ist uns aufgefallen, dass der Unterricht im Wasser, oft nur mit Spielen, Tauchen, Plantschen verbunden ist. Gezieltes Schwimmtraining oder Anbahnen von Schwimmtechniken ist den meisten von uns Lehrerinnen und Lehrern noch nicht gelungen. Dahingehend fehlen uns Grundkenntnisse und Ausbildungen. Schwimmen ist eine wichtige Fertigkeit und immer wieder wird man durch Medienberichte wachgerüttelt, wie notwendig es ist, sich sicher über Wasser halten zu können.

Unsere Schüler kommen mit vielfältigen Beeinträchtigungen und Schwierigkeiten zu uns. Volksschüler/innen und Mittelschüler/innen, welche auf Grund ihrer Verhaltensauffälligkeiten und psychischen Vorbelastungen in großen Gruppen nicht lernen können. Kinder mit körperlichen, geistigen und Sinnes- Beeinträchtigungen, die mit viel Geduld und kleinen Schritten gefördert und gefordert werden. Kaum eines dieser Kinder hatte die Möglichkeit, an einem der kommerziellen Angeboten von Schwimmlehrerinnen und Schwimmlehrern teilzunehmen. Schwimmunterricht in großen Gruppen, mit vielen unbekanntem Kindern, die vielen Eindrücke, der Lärm, die sensorischen und motorischen Hürden machen es unseren Schülerinnen und Schülern fast unmöglich, in so einem Setting das Schwimmen zu erlernen. Einzelunterricht durch Schwimmtrainer ist dagegen sehr teuer und für viele Eltern, welche oft in schwierigen finanziellen Verhältnissen leben, nicht leistbar.

Aus diesen Gründen haben wir uns entschieden, erstmals an unserer Schule Schwimmtage zu veranstalten. Die Suche nach dem passenden Schwimmtrainer gestaltete sich anfänglich schwierig, da unsere Schülerinnen und Schüler, wie eingehend beschrieben, sehr spezifische Betreuung brauchen. Auf der Suche nach einer Schwimmlehrerin mit Herz und Geduld sind wir auf Pfeffer Sabrina gestoßen, welche bereits Ausbildungen und Erfahrungen im Bereich „Schwimmen mit Kindern mit Behinderung“ mitbringt. Auch auf sozialer und emotionaler Ebene bringt sie die notwendigen Fertigkeiten mit und kann sich auf unsere Schüler wunderbar einlassen. Nicht nur die Schülerinnen und Schüler sollen im Zuge der Schwimmtage profitieren, sondern auch die Lehrerinnen und Lehrer können sich durch Hospitieren und Rücksprachen mit der Schwimmlehrerin im Bezug auf „Schwimmen lernen“ weiterentwickeln. So enden die Schwimmtage nicht nach dieser Woche, sondern wir können mit vielen neuen Eindrücken und Übungsideen die Fertigkeiten der Kinder selbst fördern und weiterentwickeln.

Organisatorisch wurden die Schüler in 3 Gruppen eingeteilt. Gruppe 1 und 2 sind Schülerinnen und Schüler im Volksschul- und ASO-Lehrplan im Alter von 6 bis 11 Jahren mit Verhaltensauffälligkeiten. Gruppe 3 sind Schülerinnen und Schüler im Lehrplan für Schüler mit erhöhten Förderbedarf, teilweise mit körperlichen Beeinträchtigungen, Autismusspektrumsstörung und geistiger Beeinträchtigung.

Der Schwimmunterricht fand an diesen 5 Tagen für jeweils eine Unterrichtseinheit statt.

Am Ende der Woche konnten bei allen Schülerinnen und Schülern Verbesserungen der Fertigkeiten festgestellt werden. Einigen Kindern war es sogar möglich, Schwimmabzeichen zu erhalten. Der Spaß ist nicht zu kurz gekommen, es wurde gelacht, gespielt und viel geschwommen. Die Lehrerinnen sind motiviert mit ihren Schülerinnen und Schülern weiterzuarbeiten und haben dafür nun gutes Werkzeug zur Hand.





Bewegungs- und Gesundheitstage 2021/22

„.... und sie bewegen sich doch!“

Bildungsdirektion
Salzburg



1. Kontaktdaten

Name der Schule: ASO St. Anton

Straße: Kinderdorfstraße 15

E-Mail: direktion@aso-stanton.salzburg.at

PLZ, Ort: 5671 Bruck/Glstr.

Homepage: www.aso-stanton.salzburg.at

Telefonnummer (mit Vorwahl): 06545/7270-151

Fax: 06545/7270-164

ProjektleiterIn: Michael Furch

Telefonnummer (mit Vorwahl): 0664/6476660

E-Mail: i.V.: wolfgang.gautsch@schule.at

Projektpartner: Keine - schulintern

2. Daten:

Anzahl der beteiligten SchülerInnen:

Anzahl der involvierten Klassen: 11

Altersgruppe 6-10 Jahre: 13

Altersgruppe 11-14 Jahre: 20

Altersgruppe 15-19 Jahre: 19

Gesamt: 52

Datum/Ort: 1. **Woche vor Ostern (4. – 8. April 2022 – Turnsaal der ASO St. Anton und Stiegenhaus**

Beginn: Je 08:00 Uhr

Ende: 12:45 Uhr

3. Beschreibung (Thema, Organisationsplan):

Osterrallye 2022

Ostern ist eine schöne, aber auch herausfordernde Zeit im Schulalltag. Einerseits ist die Vorfreude auf das Osterfest und die Ferien riesengroß, andererseits neigen die SchülerInnen aufgrund dieser besonderen Zeit zu Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsdefiziten. In diesem Schuljahr haben wir versucht, dem ein wenig entgegenzuwirken. Deshalb haben wir für die ganze Woche vor Ostern eine Osterrallye im Turnsaal und vorgelagerten Räumlichkeiten (Stiegenhaus, Musikraum) organisiert.

Ziel war es,

- * die SchülerInnen in Bewegung zu halten!
- * die Zeit bis Ostern noch so ertragreich wie möglich zu nutzen, indem die Motivation der SchülerInnen hoch gehalten wird!
- * allen SchülerInnen (RollstuhlfahrerInnen, Bewegungseingeschränkt, grob- und feinmotorische SchülerInnen, SportlerInnen, Bewegungsmuffel) ein adäquates Angebot mit gleichen (Sieges)-Chancen zu bieten!
- * die Zeit bis zu den Ferien sinnvoll mit Bewegung zu verkürzen!
- * einen gemeinschaftlichen Abschluss (Gottesdienst mit Siegerehrung und musikalischen und schauspielerischen Vorführungen) zu ermöglichen!
- * die Schulung der sozialen Fähigkeiten (Gemeinschaft, Mithilfe, ...)!

In zwölf Stationen konnten die SchülerInnen einzeln oder im Klassenverband ohne Zeitdruck und ohne Anspruch auf Vollständigkeit lustige, lehrreiche und spannende Spiele zum Thema Ostern absolvieren! In einem Spielepass, der weniger dem Anspruch der Bewertung des Geleisteten als eher mehr dem organisatorischen Ablauf der Spiele diene, wurden die Klassen bzw. SchülerInnen durch die Osterrallye geleitet.

Osterrallye 2022 		Spielepass der Klasse _____	
1. <u>Frühlingsmaler*in</u> Anzahl aller erratenen Begriffe:		8. <u>Hasenjagd</u> Gesamltreffer:	
2. <u>Nelru! Oslereteifabrik!</u> <i>Im Stiegenhaus!</i> Gesamtpunkte:		9. <u>Osterhase duck dich!</u> Gesamtpunkte eintragen:	
3. <u>Hasenpiraten auf Schatzsuche</u> <i>Im Schulgebäude!</i> Schatz gefunden? Ja - nein (bitte ankreuzen)		10. <u>Osterhase und Igel</u> Wer hat öfter gewonnen: Hase - Igel (bitte ankreuzen)	
4. <u>Der Hahn und die flotten Hasen</u> Gesamtpunkte:		11. <u>Eierlegen</u> Für die geglückte Übung bekommt ihr hier einen Stempel!	
5. <u>Eierlauf</u> Gesamtzeit für den Parcour:		12. <u>Eier bemalen</u> Die Eier könnt ihr in der Klasse oder zu Hause bemalen! Nach Erledigung zeichne hier ein kleines Osleret	
6. <u>Boccia mit bunten Spiegeleiern</u> Stempel für die erfolgreiche Teilnahme:			
7. <u>Kein Ei gleich dem anderen</u> Anzahl der meisten Punkte bzw. Memorypaare:			Viel Spaß!



Der Hahn und die flotten Hasen

Spielbeschreibung
 Kegeln mit Teamgeist! Es wird nacheinander gekegelt, jeder hat drei Versuche, nach jedem Spieler wird zusammengerechnet (jeder Hase zählt 2 und der Hahn 10 Punkte), die Kegeln werden für den nächsten Spieler neu aufgebaut. Startlinie nicht übertreten! Mutige Schüler*innen dürfen vor dem Schuss von der Startlinie noch drei Schritte rückwärtsgehen. Wie könnt ihr euch gegenseitig helfen und gemeinsam Zeit einsparen?! Wer rechnet und wie viele Punkte schafft ihr zusammen in 10 Minuten? Die Endsumme im Spielepass eintragen!

Peng!

Die Zeit läuft!!!


Varianten für basale Klassen:

- a.) Die Assistentin hält das Zielrohr Richtung Kegeln und der/die Schüler*in kann die Kugel durch das abfallende Rohr rollen lassen.
- b.) Die Kegeln werden beliebig aufgestellt und müssen mit dem Rollis umgestoßen / umgefahren werden.
- c.) Die Kegeln werden auf der Tischplatte des Rollis aufgestellt und müssen mit den Händen umgeworfen werden.

Schlussbemerkungen und Erkenntnisse:

- * Wir konnten einen erhöhten Mitmachlevel bei den SchülerInnen beobachten. Die Jungen und Mädchen wollten von sich aus die Rallye absolvieren und mussten kaum zusätzlich motiviert werden.
- * Besonders die Tauglichkeit der Stationen für alle SchülerInnen, egal ob mit oder ohne gravierende Bewegungseinschränkungen, trug maßgeblich zum Erfolg des Projektes bei!
- * Vor allem bei der Siegerehrung, bei der nur der Losentscheid die Reihenfolge der Ehrung ermittelte, sah man, dass die SchülerInnen sehr wohl auch ohne Ranking, Zeitrekorde oder erreichte Punkteanzahl leben und sich freuen können!
- * Die Woche war geprägt von dem Gewusel im und rund um den Turnsaal. Ein erfrischender Anblick!
- * Einige Stationen (z.B. „Notruf Ostereierfabrik!“ – Kugelbahn) soll langfristig am derzeitige Standort (Stiegenhaus) verbleiben und die SchülerInnen zum Tun animieren!
- * Die Verknüpfung eines Bewegungsprojektes mit verschiedenen Disziplinen (Kreativität, Motorik, soziales Lernen, UK (Unterstützte Kommunikation)) erwies sich als äußerst fruchtbar!

SchülerInnen in Aktion:





Bruck/Glstr. – St.



Anton, im Juni 2022

4. Hinweise:

- **Meldeschluss: Freitag, 08.07.2022**
- Anmeldung an: FI Prof. Mag. Robert TSCHAUT
robert.tschaut@bildung-sbg.gv.at



Bewegungs- und Gesundheitstage 2021/22

„..... und sie bewegen sich doch!“

Bildungsdirektion
Salzburg



1. Kontaktdaten

Name der Schule: ASO St. Anton

Straße: Kinderdorfstraße 15

E-Mail: direktion@aso-stanton.salzburg.at

PLZ, Ort: 5671 Bruck/Glstr.

Homepage: www.aso-stanton.salzburg.at

Telefonnummer (mit Vorwahl): 06545/7270-151

Fax: 06545/7270-164

ProjektleiterIn: Eduard Herzog (1), Wolfgang Gautsch (1 + 3), Claudia Egger (2), Daniela Straif (3), Andrea Hofmann (3)

Telefonnummer (mit Vorwahl): 0664/6476660

E-Mail: wolfgang.gautsch@schule.at

Projektpartner: Land Salzburg, Sportunion Salzburg,

2. Daten:

Anzahl der beteiligten SchülerInnen:

Anzahl der involvierten Klassen: 11 (1)/ 4 (2)/ 2 (3)

Altersgruppe 6-10 Jahre: 13 (1)/ 9 (2)/ 0 (3)

Altersgruppe 11-14 Jahre: 20 (1)/ 11 (2)/ 8 (3)

Altersgruppe 15-19 Jahre: 19 (1)/ 11 (2)/ 1 (3)

Gesamt: 52 (1)/ 31 (2)/ 9 (3)

Datum/Ort: 1. **Sportplatz Schule St. Anton, am 6. Juli 2022**

2. **Lfd. Schuljahr 2021/22**

3. **5 Freitage vor**

(Metatalk) markiert, damit auch nicht sprechende bzw. nicht lesende SchülerInnen Orientierung finden.



AD 2: „Wiffzack“ - Projekt der Sportunion Salzburg und Yoga

„Wiffzack“ ist ein Bewegungsprojekt für Kinder mit sonderpädagogischem Förderbedarf. Damit will die SPORTUNION Salzburg langfristige und nachhaltige Kontakte zwischen Sportvereinen und Sonderschulen / Inklusionsschulen herstellen und Hemmschwellen und Vorurteile abbauen. Mittels bewegungsfördernder Maßnahmen soll Kindern und Jugendlichen mit sonderpädagogischem Förderbedarf Spaß an der Bewegung vermittelt werden und der Zugang zu Bewegung und Sport erleichtert werden. Mit

abwechslungsreichen Bewegungseinheiten in der Schule wird den Kindern die Möglichkeit geboten, verschiedene Vereinssportarten auszuprobieren und kennenzulernen (siehe Homepage der Sportunion).

Seit nunmehr drei Jahren arbeiten wir sehr eng mit der Sportunion (Frau Martina Braun) zusammen, um unseren SchülerInnen ein abwechslungsreiches, kompetent geführtes und sinnstiftendes Zusatzsportprogramm bieten zu können.

Zwei Schwerpunkte standen in diesem Schuljahr auf der Tagesordnung:

* **Drums alive:** „Drums Alive ist ein völlig neuer Trend in der Gruppenfitness. Das ganzheitliche Workout verbindet einfache aber dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Bei den Teilnehmenden löst die ungewöhnliche Kombination große Begeisterung aus. Drums Alive macht nicht nur einfach Spaß, sondern hat auch eine Vielzahl von physiologischen und psychologischen Auswirkungen. Es steigert die Herzfrequenz und die Durchblutung wie ein „klassisches Training“. Nachhaltig werden Konzentrationsfähigkeit und die sensomotorischen Fähigkeiten gesteigert. Menschen, die mit Trommeln arbeiten, werden merklich ruhiger und ausgeglichener. Stress wird abgebaut, die Ausschüttung von Glückshormonen wird angeregt.“

(aus: [hsb.vibss.de/fileadmin/Medienablage/Sportpraxis/PH Fitness/Aerobic/PH Aerobic - Drums Alive.pdf](https://hsb.vibss.de/fileadmin/Medienablage/Sportpraxis/PH_Fitness/Aerobic/PH_Aerobic_-_Drums_Alive.pdf))



* **KortX:** Kort.X ist ein Gehirntraining, das auf aktuellen neurowissenschaftlichen Grundlagen basiert. Es kann die

Intelligenz steigern und Denkleistung erhöhen

Konzentration verbessern

Bewegungskontrolle optimieren

dich dazu bringen, dich fit und agil zu fühlen! (siehe auch: www.kortX.info)

Beide Programme wurden von der dafür ausgebildeten Trainerin Michaela Plöbst (Sportunion) über das ganze Schuljahr verteilt (soweit Coronamaßnahmen dies möglich machten) an unserer Schule geübt.

Bereits seit einigen Jahren bietet wir an unserer Schule Yoga als entspannendes aber auch das Körperbewusstsein förderndes Programm an. Vor allem für unsere hyperaktiven und auch wahrnehmungsschwachen SchülerInnen sind diese Stunden wie geschaffen. Die Erfolge dieser Übungen sind deutlich sichtbar. SchülerInnen schaffen es mittlerweile, eine

Stunde die Anweisungen der Yogatrainerin umzusetzen und sich auch auf die beim Yoga präsenten Gedankenübungen (Fantasiereisen, Körperwahrnehmung in Gedanken, ...) einzulassen. SchülerInnen werden durch das Yoga ruhiger und lernen ihren Körper besser kennen und schätzen. Die Rituale bei den wöchentlichen Übungen geben ihnen Halt und zeigen ihnen Möglichkeiten, in schwierigen Situationen (Krisen) herunter zu kommen!

Die Yoga-Stunden übernimmt Kollegin Claudia Egger, die die dafür nötige Ausbildung in den letzten Jahren absolvierte.





AD 3: Sportliche Projektvormittage mit SchülerInnen mit SPF für SE

Wie jedes Jahr wird die schulische, sprich unterrichtliche Arbeit in den Klassen mit SchülerInnen, die einen Sonderpädagogischen Förderbedarf Verhalten haben, sehr herausfordernd. Die Lernmotivation schwindet merklich, auffälliges Verhalten häuft sich und die soziale Interaktion in den Schulräumen läuft ist oftmals sehr belastend und belastet. In diesem Spannungsfeld wollten wir eine neue Möglichkeit finden, Ausgleich und trotzdem sinnvolle Tätigkeiten im Sinne des Eingehens auf Verhaltensprobleme zu geben. So standen die letzten fünf Freitag vor Schulschluss ganz im Zeichen des Sports. Rein rechtlich wurden diese Vormittage als Schulveranstaltungen (Sommersporttage) geführt.

Schwerpunkte:

- * Fahrradtouren
- * Schwimmen
- * Trampolinspringen (Kreativland Maishofen)
- * Kombi: Öffis (kostenlose Nutzung am Freitag) mit Wanderungen



Bruck/Glstr. – St. Anton, im Juli 2022

4. Hinweise:

- **Meldeschluss: Freitag, 08.07.2022**
- Anmeldung an: FI Prof. Mag. Robert TSCHAUT
robert.tschaut@bildung-sbg.gv.at