



# Bewegungs- und Gesundheitstage 2022/23

„.... und sie bewegen sich doch!“

Bildungsdirektion  
Salzburg



## 1. Kontaktdaten

Name der Schule: Volksschule Großmain

Straße: Salzburgerstraße 129

E-Mail: [direktion@vs-grossgmain.salzburg.at](mailto:direktion@vs-grossgmain.salzburg.at)

PLZ, Ort: 5084, Großmain

Homepage: <https://www.vs-grossgmain.salzburg.at/>

Telefonnummer (mit Vorwahl): +43 6247 8331

Fax: +43 6247 8331 3

ProjektleiterIn: Prof. Viktoria Schaberreiter, BEd.

Telefonnummer (mit Vorwahl): +43 6247 8331

E-Mail: [viktoria.schaberreiter@aps.salzburg.at](mailto:viktoria.schaberreiter@aps.salzburg.at)

Projektpartner : ASKÖ Salzburg (Kinder gesund bewegen), AUVA (Falltraining -> Rückmeldung ausständig), SPORTUNION Salzburg (Geräteturnen -> Rückmeldung ausständig)

## 2. Daten:

Anzahl der beteiligten SchülerInnen:

Anzahl der involvierten Klassen: 8

Altersgruppe 6-10 Jahre: 113

Altersgruppe 11-14 Jahre:

Altersgruppe 15-19 Jahre:

Gesamt: 113

Datum/Ort: 1.

2.

3.

4.

Beginn 12.09.2022

Ende: 07.07.2023

:

### **3. Beschreibung (Thema, Organisationsplan):**

#### **Bewegte Pause**

In der Volksschule Großgmain findet ganzjährig eine bewegte Pause statt, welche bei Schönwetter bis leichten Regen draußen im Freien und bei Schlechtwetter in der Schule am Gang stattfindet. Die Schüler und Schülerinnen können sich sowohl drinnen als auch draußen bewegen und bekommen dafür verschiedenste Spielgeräte von der Schule bereitgestellt.

#### **Bewegungspausen zwischendurch**

Außer der bewegten Pause, werden den Schülern und Schülerinnen Bewegungspausen zwischen den Unterrichtsstunden ermöglicht, wo sie mit den gleichen Spielgeräten spielen dürfen, wie bei einer Schlechtwetterpause.

#### **Gerätebahnen im Turnsaal**

In der Volksschule Großgmain ist es üblich regelmäßig Gerätebahnen aufzubauen, welche auch von anderen Klassen genutzt werden können. Das spart den Kindern und Lehrpersonen Zeit beim Auf- und Abbauen und ermöglicht es den Schülern und Schülerinnen außerdem, sich dadurch intensiver und länger mit dem Bewegen an Geräten beschäftigen zu können.

#### **Sporttage**

Der erste Sporttag hat bereits am 05.10.2022 auf dem Sportplatz in Bayrisch Gmain stattgefunden, wo die Schüler und Schülerinnen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen absolvierten. Beim Sporttag bekommt jedes Kind einen Plan mit den Disziplinen und kann selbst entscheiden, wann es welche Disziplin machen möchte. Zwischendurch können sie mit dem Schwungtuch oder Völkerball spielen. Es nehmen alle Klassen gemeinsam daran teil, wodurch den Kindern außerdem in ihren sozialen Kompetenzen gestärkt und gefördert werden.

Weitere Sporttage sind für das Frühjahr 2023 geplant.

#### **Schulveranstaltungen / Ausflüge**

Einige Klassen haben bereits im Herbst 2022 Wanderausflüge in der Umgebung veranstaltet. Weitere Wandertage werden im Frühjahr 2023 stattfinden.

#### **Kinder gesund bewegen (ASKÖ Salzburg)**

Von November 2022 bis Jänner 2023 besucht Katharina Rass die Volksschule Großgmain, um mit den Kindern das beliebte Bewegungsprogramm „Kinder gesund bewegen“ durchzuführen. Insgesamt kommt sie 36 Stunden an die Schule, um mit den Schülern und Schülerinnen zu arbeiten.

### **Bob fahren**

Da es gleich neben der Volksschule einen Hügel zum Bob fahren gibt, haben bereits mehrere Klassen im Dezember 2022, die Gelegenheit zum Toben im Schnee genutzt.

### **Eislaufen**

Ausflüge zum Eislaufplatz in Grünau sind in Planung.

### **Falltraining (AUVA Salzburg)**

Eine Anfrage zum Falltraining wurde an Herrn Dr. Jahoda ausgesendet, welcher zwar eine Zusage für die Durchführung machte, aber aufgrund der hohen Nachfrage noch keinen Termin nennen konnte.

### **Geräteturnen (SPORTUNION Salzburg)**

Eine Anfrage zum Geräteturnen mit der Sportunion Salzburg wurde ausgesendet, jedoch konnte vonseiten der Sportunion weder fix zugesagt werden noch ein Termin vereinbart werden.

## **4. Hinweise:**

- **Meldeschluss: Freitag, 20.01.2023**
- Anmeldung an: FI Prof. Mag. Robert TSCHAUT  
**robert.tschaut@bildung-sbg.gv.at**

## Bewegte Pausen

In der Volksschule Großmain findet ganzjährig eine bewegte Pause statt, welche bei Schönwetter bis leichten Regen draußen im Freien und bei Schlechtwetter in der Schule am Gang stattfindet. Die Schüler und Schülerinnen können sich sowohl drinnen als auch draußen bewegen und bekommen dafür verschiedenste Spielgeräte von der Schule bereitgestellt.





„... und sie bewegen sich doch!“

---

Projektberichte der Volksschule Großmain



## Bewegungspausen zwischendurch

Um die Konzentration der Schüler und Schülerinnen unserer Schule zu stärken, liegen Bewegungspausen zwischen und während der Unterrichtsstunden, an der Tagesordnung. Die Kinder haben dazu die gleichen Spielgeräte zur Verfügung, wie bei der Schlechtwetterpause.







# Gerätebahnen im Turnsaal

In der Volksschule  
Großgmain ist es üblich  
regelmäßig  
Gerätebahnen  
aufzubauen, welche  
auch von anderen  
Klassen genutzt werden  
können. Das spart den  
Kindern und  
Lehrpersonen Zeit beim  
Auf- und Abbauen und  
ermöglicht es den  
Schülern und  
Schülerinnen außerdem,  
sich dadurch intensiver  
und länger mit dem  
Bewegen an Geräten  
beschäftigen zu können.





Sporttage  
05.10.2022  
und  
29.06.2023

Die gesamte Schule spaziert in der Früh gemeinsam zum Sportplatz nach Bayrisch Gmain, wo die Sporttage der Volksschule Großgmain stattfinden. Die Schüler und Schülerinnen absolvieren unterschiedliche leichtathletische Disziplinen, wie Weitsprung, Sprint und Weitwurf. Beim Sporttag bekommt jedes Kind einen Plan mit den Disziplinen und kann selbst entscheiden, wann es welche Disziplin machen möchte. Zwischendurch können sie mit dem Schwungtuch, Fußball oder Völkerball spielen. Es nehmen alle Klassen gemeinsam daran teil, wodurch die Kinder außerdem in ihren sozialen Kompetenzen gestärkt und gefördert werden.





# Ausflüge

Aufgrund der unmittelbaren Nähe zum Wald, werden von allen Klassen regelmäßig Ausflüge dorthin gemacht. Die Wandertage haben unterschiedliche Schwerpunkte, wie z.B. Spielen im Wald, heimische Bäume und Blumen, Klangspaziergänge, Wissenswertes aus der Gemeinde erfahren, geschichtlicher Hintergrund der Plainburg, Wallfahrten nach Marzoll usw.





# Kinder gesund bewegen (ASKÖ Salzburg)

Von November 2022 bis  
Jänner 2023 besuchte  
Katharina Rass die  
Volksschule Großmain,  
um mit den Kindern das  
beliebte  
Bewegungsprogramm  
„Kinder gesund bewegen“  
durchzuführen. Insgesamt  
kam sie 36 Stunden an die  
Schule, um mit den  
Schülern und Schülerinnen  
zu arbeiten.







# Boden- und Geräteturnen

Von Anfang März bis zu den Osterferien besuchte uns Markus Köhrer im Rahmen von "Kinder gesund bewegen" wöchentlich, um mit unseren Kindern Geräte- und Bodenturneinheiten zu machen. Die Kinder hatten viel Spaß dabei und wuchsen über sich hinaus.





# Falltraining (AUVA Salzburg)

Am 23. und 24.2.2023 besuchte uns Herr Jahoda von der AUVA, um mit den 3. Und 4. Klassen ein Falltraining zu absolvieren. Die Kinder lernten dabei, wie sie sich im Falle eines Sturzes am besten vor Verletzungen schützen können.





# Bob fahren

Da sich in unmittelbarer Nähe der Volksschule Großmain mehrere Bobhügel befinden, wurden diese von allen Klassen zum Bob fahren genutzt. Die Kinder hatten dabei viel Freude beim Bewegen und Spielen im Schnee.





# Schwimmen

In der Gemeinde Großgmain befindet sich ein kleines Freibad, welches fußläufig von der Volksschule erreichbar ist. Alle Klassen der Schule besuchten für einen Vormittag das Schwimmbad, um dort zu schwimmen und im Wasser zu spielen.

Fotos der Badetage werden zum Schutz der Kinder nicht veröffentlicht!



07.07.2023 – Ein bewegtes Schuljahr ist  
zu Ende 😊