



# Bewegungs- und Gesundheitstage 2015/16

„.... und sie bewegen sich doch!“



## 1. Kontaktdaten

Name der Schule: VS Mittersill

Straße: Poststraße 5

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

PLZ, Ort: 5730 Mittersill

Homepage: [www.vs-mittersill.salzburg.at](http://www.vs-mittersill.salzburg.at)

Telefonnummer (mit Vorwahl): 06562 5338

Fax: 06562 53384

ProjektleiterIn: Dir. Barbara Glaser

Telefonnummer (mit Vorwahl): 06562 5338

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

Projektpartner: ASKÖ, Karateverein Pinzgau, Schischule Briendl Mittersill, Bergbahn AG Kitzbühel, Sportclub Mittersill, Nationalpark Hohe Tauern, FC Red Bull Salzburg, AVOS, Elternverein VS Mittersill, RAIKA Mittersill, Boulderhalle Gletschersonne – Uttendorf, Eltern und Verwandte der Schüler, Studenten der Sportuniversität Innsbruck

## 2. Daten:

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 220 SchülerInnen

Anzahl der involvierten Klassen: 12

Altersgruppe 6-10 Jahre: 12

Gesamt: 12

Datum/Ort:	1.	<b>30.11. – 15.12.2015</b>	Turnsaal VS Mittersill	Karate
	2.	<b>Jänner – März/April 2016</b>	Gemeinde Mittersill	Wintersport
	3.	<b>Jänner + März 2016</b>	Resterhöhe + Pass Thurn	Schitage
	4.	<b>Jänner / Februar 2016</b>	Nationalpark Hohe Tauern	Schneeschuhwanderung
	5.	<b>Frühjahr 2016</b>	Kletter- und Boulderhalle Uttendorf	Abenteuertag - Klettern
	6.	<b>18.4. – 25.4.2016</b>	Turnsaal VS Mittersill	Red Bull-Fußballtraining

7.	<b>17.6. od. 24.6.2016</b>	Sportplatzgelände Mittersill	Sport- und Spielefest
8.	<b>Schuljahr 2015/16</b>	Gesamtes Schulgebäude + Schulhof	Bewegte Pause
9.	<b>November 2015 + April 2016</b>	VS Mittersill	Aktion „Pedi Pass“
10.	<b>Juni / Juli 2016</b>	Golfplatz Mittersill	„Schule goes Golf“
11.	<b>22.12.2015</b>	Turnsaal VS Mittersill	Zumba
12.	<b>17.12.2015</b>	Turnsaal VS Mittersill	Sportmotorische Leistungsfähigkeit

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

#### **Projekt 1: „Kinder gesund bewegen“ – Karate in der Schule**

Im Rahmen der Initiative des Sportministers „Kinder gesund bewegen“ erhielten in Kooperation mit dem Karateverein Pinzgau unter der Leitung von Herrn Ivo Vukovic die Schülerinnen und Schüler aller Schulstufen einen Einblick in die Welt des Karatesports.

#### **Projekt 2: Wintersport in vielen Varianten**

*Langlauf klassisch und skaten:*

Die Volksschule verfügt über einen Schistall mit Langlaufausrüstung, die den Kindern geliehen wird. Auf der nahe gelegenen Blizzard-Loipe werden die Kinder an den Langlaufsport herangeführt.

*Eislaufen:*

Sobald es die Temperaturen zulassen, besuchen die Klassen den Eislaufplatz am Sportplatzgelände in Mittersill im Rahmen des BSP-Unterrichts.

*Rodeln:*

Nahe dem Schulgebäude befindet sich ein optimaler Hang zum Rodeln. Die Schule verfügt über Rutschblätter, die entliehen werden können. Jedes Kind kann seine eigene Rodel mitnehmen. Im Rahmen des BSP-Unterrichts gehen die Klassen ins Freie zum Rodeln.

#### **Projekt 3: Schitage**

Durch die enge Zusammenarbeit von Schischule Briendl, Bergbahn AG Kitzbühel, Stadtgemeinde Mittersill, Elternverein VS Mittersill und VS Mittersill werden für die 1. bis 4. Schulstufe professionell geführte Schitage im Gebiet der Resterhöhe abgehalten. Jede Schulstufe nimmt dafür jeweils vier aufeinanderfolgende Wochentage (Dienstag bis Freitag) im Jänner oder im März für diese Aktion in Anspruch. Die Kosten von 50 € für den Kurs übernehmen die Eltern (Abstimmung in den Klassenforen ist erfolgt). Die Kosten für die Liftkarten übernimmt zur Gänze die Bergbahn AG Kitzbühel.

Die Kinder werden dem Fahrkönnen entsprechend in vier Gruppen geteilt. Jede Gruppe wird von einem geprüften Schilehrer geführt und zusätzlich von einer Lehrperson oder einem Elternteil begleitet.

Das Ziel des Projekts ist, Kindern die Möglichkeit zu geben, die wunderbare Welt des Schisports unter professioneller Führung zu erleben und individuelle Fortschritte im Fahrkönnen zu erzielen.

#### **Projekt 4: Geführte Schneeschuhwanderung**

Die 3. Klassen nehmen an einer von einem Nationalparkranger geführten Schneeschuhwanderung im Gebiet des Nationalpark Hohe Tauern teil. Die Freude an der Bewegung im Schnee, das Kennenlernen eines eher ungewöhnlichen Sportgeräts und der Spaß in der Gemeinschaft stehen neben kurzen Erklärungen zu Flora und Fauna im Nationalpark im Fokus dieser Aktion.

---

### **Projekt 5: Abenteuertag – Klettern**

Auf die Kinder aller Schulstufen wartete die erste Begegnung mit der Welt des Kletterns, ganz ohne Druck und Zwang, ein Klettern und Koordinationsübungen auf spielerische Weise. Die Trainer waren sorgfältig ausgesuchte, sozial kompetente, aktive Kletterer mit Ausbildung. Die Kinder lernten die Ausrüstung kennen, erhielten Einblick in die Kletterbewegungen und Klettertechniken beim Bouldern und im Vorstieg, lernten die Boulder- und Kletterregeln kennen sowie stiegen ihre ersten Routen in der Wand.

---

### **Projekt 6: Fußballtraining - „FC Red Bull in deiner Schule“**

Das kostenlose Projekt des FC Red Bull Salzburg dient dem reinen Zweck, den Kindern Spaß und Unterhaltung und Freude an der Bewegung zu bieten. Ein professioneller Jugendtrainer (Robert Gierzinger) kommt inklusive Ausrüstung an die Schule und verbringt mit jeder Klasse eine Turnstunde in der es vor allem um das Thema „Fußball“ – jedoch aber auch generell um „Teamerfahrung“, „Körperbewusstsein“, „Bewegungserfahrung“... geht. Es steht dabei nicht der Leistungsgedanke im Vordergrund sondern generell die Freude an Bewegung. Die Kombination aus Bewegung, Spaß, Gemeinschaft und Lernen prägt die Kinder positiv und fördert den Teamgeist.

---

### **Projekt 7: „Sport- und Spielefest“**

Gemeinsam mit der RAIKA Mittersill, dem Sportclub Mittersill und dem Elternverein der Volksschule wird – wie im Vorjahr - ein großes Sport- und Spielefest mit mehr als 30 Bewegungsstationen auf dem Gelände der Sportplätze, Tennisplätze, Chill-Out-Platz, Eisstockbahn,... veranstaltet. Leichtathletik, Geschicklichkeit, Ballkoordination, Radfahren, Tennis, Asphaltstockschießen,... - Bewegungs- und Sporterfahrungen an von Eltern und Freunden der Schule betreuten Stationen. Bei Schlechtwetter wird ein Ausweichtermin eine Woche später verwendet. Im schlimmsten Fall wird das gesamte Programm auf das Schulgebäude umgelegt, sodass das Projekt mit Sicherheit stattfinden kann.

---

### **Projekt 8: „Bewegte Pause“**

Seit der Beratung durch AVOS im Schuljahr 2012/13 sowie im Herbst 2015/16 führt die Volksschule Mittersill die bewegte Pause durch. Die Kinder können den Pausenbereich frei wählen. Sie finden unterschiedliches Bewegungsmaterial, welches sie in den 15 min Bewegungspause täglich nutzen können. An der Gestaltung und Weiterentwicklung der bewegten Pause liegt auch im Rahmen unseres 2. SQA-Themas ein großes Interesse der VS Mittersill. Im Rahmen der Entwicklung der Pläne zum Umbau des Schulgebäudes wird auch angedacht, den Pausenbereich im Freien umzugestalten, um der Bewegung im Freien noch mehr genügen zu können.

---

### **Projekt 9: „Pedi Pass“**

In Zusammenarbeit mit dem Elternverein der VS Mittersill wurde die Aktion „Pedi Pass“ ins Leben gerufen. Die Kinder bekommen einen Pass, in welchen sie einen Fußabdruck-Stempel an jenen Tagen bekommen, an welchen sie zu Fuß selbstständig zur Schule kommen. Am Ende des Projektzeitraums erhält jene Klasse einen Wanderpokal (Schulfuchs aus Holz), welche den höchsten Klassendurchschnitt hat. Im vergangenen Schuljahr wurde in Zusammenarbeit mit der AUVA ein Schulwegplan für die VS Mittersill erstellt, welcher als Unterlage für die Verkehrserziehung dient. Gefährliche Kreuzungen und Wege, welche viele Schüler begehen müssen, werden darin aufgezeigt und das richtige Verhalten an jenen Orten erklärt.

Ziel des Projekts, das 1x pro Semester für jeweils 1 Monat durchgeführt wird, ist die Bewegungsfreudigkeit, das Selbstwertgefühl, die soziale Interaktion mit anderen Kindern am Schulweg und die Leistungsfähigkeit am Vormittag durch Bewegung an der frischen Luft zu verstärken. Zusätzlich kann dadurch das Verkehrsaufkommen rund um das Schulgebäude vermindert werden.

---

### **Projekt 10: „Schule goes Golf“**

Wie im Vorjahr sind die 1. und 2. Klassen unserer Schule eingeladen, einen Schnuppervormittag am Golfplatz in Mittersill zu verbringen. Unter professioneller Anleitung, ausgestattet mit Golf-Trainingsmaterial für Kinder, erhalten die Kinder einen Einblick in den Golfsport.

<http://www.kinderzumgolf.at>

---

### **Projekt 11: Zumba**

Die 1b und 1c Klasse konnten an einer Zumba-Stunde im Rahmen des Unterrichts „Bewegung und Sport“ – angeleitet von der Tante einer Schülerin – teilnehmen.

---

---

### **Projekt 12: Teilnahme an einer Studie - Sportmotorische Leistungsfähigkeit**

Im Rahmen einer Diplomarbeit eines Studenten der Sportuniversität Innsbruck, mit dem Titel „Einfluss von Migration und Wohnort (Stadt/Land) auf die sportmotorische Leistungsfähigkeit bei Volksschülern im Vergleich der Bundesländer Salzburg und Tirol“, wurden im Dezember 2015 unter der Mithilfe eines erfahrenen Studienkollegen Kinder, welche sich gerade in der zweiten Schulstufe befinden, getestet. Ziel dieser Studie war es, herauszufinden, ob Migrationshintergrund und die Wahl des Wohnorts (Stadt/Land) Einfluss auf die sport-motorische Leistungsfähigkeit bei Volksschüler/innen der 2. Schulstufe in Salzburg bzw. in Tirol haben.

---

## **4. Hinweise:**

- **Meldeschluss: Freitag, 29.01.2016**
- Anmeldung an: FI Prof. Mag. Robert TSCHAUT  
**robert.tschaut@lssr-sbg.gv.at**