



# Bewegungs- und Gesundheitstage 2015/16

„..... und sie bewegen sich doch!“



## 1. Kontaktdaten

Name der Schule: ZIS Zell am See + ZIS Stuhlfelden

Straße: Schulweg 5 E-Mail: direktion@zis-zell.salzburg.at

PLZ, Ort: 5700 Zell am See Homepage: www.zis-zell.salzburg.at

Telefonnummer (mit Vorwahl): 06542/57289 Fax: 06542/57289

ProjektleiterIn: Mair Barbara, ZIS Zell am See

Telefonnummer (mit Vorwahl): 0664/4617466 E-Mail: maba48@gmx.li

Projektpartner: \_\_\_\_\_

## 2. Daten:

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 13, Alter 6-16Jahre

Anzahl der involvierten Klassen: 2

Altersgruppe 6-10 Jahre: \_\_\_\_\_

Altersgruppe 11-14 Jahre: \_\_\_\_\_

Altersgruppe 15-19 Jahre: \_\_\_\_\_

Gesamt: \_\_\_\_\_

Datum/Ort:	1.	<b>14.1.2016</b>	ZIS Stuhlfelden	Gesunde Ernährung
	2.	<b>21.1.2016</b>	ZIS Zell am See	Bewegung macht Spaß
	3.	<b>3.2.2016</b>	Hallenbad Zell am See	Schwimmtag
	4.	<b>17.2.2016</b>	ZIS Stuhlfelden	Erste Hilfe

Beginn: 8:00 Ende: 12:40

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

## GGG - Gemeinsam Gestärkt Gesund

Schulübergreifende Gesundheitserziehung

Das Projekt entstand durch das Treffen der zwei Klassenlehrerinnen d einem Gespräch über Jausengewohnheiten und Bewegungsmangel und -schwächen unserer SchülerInnen. Die Ziele sehen wir darin, durch das Zusammenkommen und Kennenlernen der zwei Klassen schul- und altersübergreifend **Spaß an gesunder Lebensweise** zu erfahren und zu erlernen. Durch die verschiedenen Altersstufen der Kinder ist es uns sehr wichtig, im Miteinander **die Hilfsbereitschaft und Rücksichtnahme** untereinander zu stärken.

Insgesamt finden vier gemeinsame Projekttage statt. Zu Beginn jedes Treffens sangen wir gemeinsam unsere GGG-Hymne mit Unterstützung von Bewegungselementen (siehe Fotos).

Der erste Tag mit dem Thema **„Gesunde Ernährung“** fand am 14. 1. 2016 im ZIS Stuhlfelden statt, mit dem Ziel, sich kennenzulernen und dabei gemeinsam eine gute, gesunde Jause vorzubereiten. Im Vorfeld erarbeiteten beide Klassen mit der Klassenlehrerin je nach Entwicklungsstand einige theoretische Grundlagen, wie in den Heften zu sehen ist. Die SchülerInnen lernten sich beim gemeinsamen Vorbereiten und dem Jausnen gut kennen und hatten viel Spaß miteinander. Beide Klassen freuten sich schon sehr auf das nächste Treffen.

Dieses fand am 21. 1. 2016 im ZIS Zell am See in der Turnhalle des Schulzentrums statt. Das Thema war **„Bewegung macht Spaß“**. Zur Auflockerung machten wir einige gemeinsame Spiele mit dem Fallschirm, bevor wir in einen von der Ergotherapeutin mitorganisierten Stationenbetrieb wechselten. Die sehr lustbetonten Bewegungsstationen, die in Gruppen zu absolvieren waren, fanden großen Anklang und motivierten die Kinder sehr.

Vier Stationen: Kletterwand, Durchkriechen von zwei dicken Matten, schiefe Leiter und Übungen mit Seilen und Rollbrettern.

Im Voraus versuchten die KlassenlehrerInnen mit den Kindern Sportmöglichkeiten und Bewegungsarten zu erarbeiten.

Am 3.2.2016 trafen wir uns beim Hallenbad in Zell am See zum gemeinsamen **Schwimmtag**. Im Vorfeld wurden die Schwimmregeln erarbeitet und am Schwimmtag stand gemeinsames Spiel, Rutschen, Spritzen...im Vordergrund. Wir verbrachten einen sehr nassen und lustigen Tag miteinander.

Am 17.2.2016 trafen wir uns in Stuhlfelden, um einiges über **Erste Hilfe** zu erfahren. Dabei war die Lehrbeauftragte für Erste Hilfe Frau Niederegger Waltraud behilflich, und im Vorfeld wurde schon einiges mit HELFI erarbeitet (Notrufnummer, Telefonat Rettung, Vorbeugen schützt...). An diesem speziellen Tag ging es um Lagerung, Kleben von Pflastern, Anlegen von Verband, etc.

Vor Ostern gibt es noch ein **gemeinsames Treffen**, um die Projektheft der SchülerInnen auszuteilen, anzusehen, Fotos anzusehen und das Projekt nachzubesprechen. Zu diesem Termin werden auch die Eltern eingeladen.

Aus jeder der beiden Klasse wird noch ein kopiertes Projektheft geschickt!

Mit freundlichen Grüßen, Mair Barbara

### 4. Hinweise:

- **Meldeschluss: Freitag, 08.07.2016**