



# Bewegungs- und Gesundheitstage 2016/17 „.... 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, 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, Schwimmschule Kellner

## 2. Daten:

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 197 SchülerInnen

Anzahl der involvierten Klassen: 11

Altersgruppe 6-10 Jahre: 11

Gesamt: 11

Datum/Ort:	1.	<b>Juni 2017</b>	Hallenbad / Freibad Mittersill	Schwimmkurs
	2.	<b>Jänner bis April 2017</b>	Gemeinde Mittersill	Wintersport
	3.	<b>Jänner + März 2017</b>	Resterhöhe + Pass Thurn	Schitage
	4.	<b>6., 7., 21. Februar 2017</b>	Nationalpark Hohe Tauern	Schneeschuwanderung 3. Klassen
	5.	<b>Frühjahr 2017</b>	Kletter- und Boulderhalle Uttendorf	Abenteuertag – Klettern 3. Klassen
	6.	<b>3.4. + 5.4.2017</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 2016 + April 2017</b>	VS Mittersill	Aktion „Pedi Pass“
10.	<b>22.5., 29.5. + 1.5.2017</b>	Turnsaal VS Mittersill	Geräteturnen mit ASKÖ
11.	<b>Juni 2017</b>	Turnsaal VS Mittersill	Zumba – 3b Klasse
12.	<b>28. September 2016</b>	Zierteich-Gelände Mittersill	Charity-Run „Keep on running!“

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

#### Projekt 1: Schwimmkurs

In den Klassenforen entschieden sich die Eltern unserer Schülerinnen und Schüler für die Durchführung eines Schwimmkurses in allen Klassen mit der Mittersiller Schwimmschule Kellner. An drei Tagen besuchen die Kinder das Freibad Mittersill (Schönwetter) bzw. das Hallenbad (Schlechtwetter) und werden entsprechend ihrem Schwimmkönnen von Schwimmlehrern der Schwimmschule gefördert. Das Ablegen eines Schwimmausweises ist im Zuge dieser Schwimmstage für die Kinder möglich.

#### 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. Auch für das heurige Schuljahr konnte die schuleigene Langlaufausrüstung durch das erworbene Preisgeld im Rahmen dieses Wettbewerbs „... und sie bewegen sich doch!“ aus dem Jahr 2015/16 und mit finanzieller Unterstützung des Elternvereins repariert und erneuert werden.

##### *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. Auch in der Bewegungspause werden Rutschblätter am Hang im Schulhof verwendet.

#### 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 der 3. Schulstufe 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: Geräteturnen mit ASKÖ**

Im Rahmen des Projekts „Kinder gesund bewegen“ absolvieren alle Klassen insgesamt 15 Bewegungseinheiten mit Edi Renner (ASKÖ) zum Thema Geräteturnen. Im heurigen Schuljahr werden das Reck, der Barren und der Kasten in den Fokus genommen.

---

#### **Projekt 11: Zumba – 3b Klasse**

Die 3b Klasse nimmt an einer Zumba-Stunde im Rahmen des Unterrichts „Bewegung und Sport“ teil. Angeleitet wird diese Einheit von einer ausgebildeten erfahrenen Zumba-Trainerin aus dem Pinzgau.

---

#### **Projekt 12: Charity Run – Keep on running!**

Die Kinder unserer 2. – 4. Klassen nehmen am Lauf für den guten Zweck am Zierteich-Gelände teil. Durch das Laufen von Runden wird Geld für eine bedürftige Familie in Mittersill gesammelt. Je mehr Runden gelaufen werden, umso mehr Geld kann gespendet werden. An dieser Aktion im Rahmen der Mittersiller Gesundheitstage nimmt die VS Mittersill bereits seit vielen Jahren teil.

---

## **4. Hinweise:**

- **Meldeschluss: Freitag, 27.01.2017**
- Anmeldung an: FI Prof. Mag. Robert TSCHAUT  
**robert.tschaut@lsr-sbg.gv.at**