



# Bewegungs- und Gesundheitstage 2016/17

„..... und sie bewegen sich doch!“



## 1. Kontaktdaten

Name der Schule: VS Oberweißburg

Straße: Oberweißburg 67

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

PLZ, Ort: 5582 St.Michael

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

Telefonnummer (mit Vorwahl): 06477/8417

Fax: 06477/8417

ProjektleiterIn: Scharfetter Jenny

Telefonnummer (mit Vorwahl): 06477/8417

E-Mail: [jenny.scharfetter@sbg.at](mailto:jenny.scharfetter@sbg.at)

Projektpartner: Sportunion Salzburg, heimische Sportler, Vereine und Betriebe, AUVA, FC Red Bull Jugendtrainer

## 2. Daten:

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 26 (gesamte Schule)

Anzahl der involvierten Klassen: 2 (1.-4.Stufe)

Altersgruppe 6-10 Jahre: 26

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

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

Gesamt: 26

Datum/Ort: 1. **Schuljahr 2016/17** Natur als „Turnsaal“

2. **Schuljahr 2016/17** Führen des Bewegungstagebuches des BMB

3. **Schuljahr 2016/17** Bewegungs- und Sportangebote mit heimischen Vereinen,

		Sportlern, Betrieben,...
4.	<b>Schuljahr 2016/17</b>	Taxifreier „zu-Fuß-geh-Tag“
5.	<b>Schuljahr 2016/17</b>	Teilnahme an bezirksweiten Schulwettkämpfen (Schi Alpin, Leichtathletik, Schwimmen)
6.	<b>Schuljahr 2016/17</b>	tägliche Bewegungspause
7.	<b>September 2016</b>	Trainingstag mit FC RedBull
8.	<b>Dezember 2016</b>	Projekt „Schwimmen“ mit der Sportunion Salzburg
9.	<b>Jänner 2017</b>	Schitage und AUVA Schisicherheitsworkshop
10	<b>Februar/März 2017</b>	Winterolympiade

Beginn: September 2016      Ende: Juli 2017

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

#### Projekt 1: Natur als „Turnsaal“

Da es in unserer Schule keinen Turnsaal gibt, wurden wir in den letzten Jahren für die Bewegungs- und Sportstunden immer mit dem Taxi in den Turnsaal der NMS St. Michael geführt. Da sehr viel „Turn-Zeit“ für die Fahrten zum Turnsaal und wieder zur Schule zurück verloren ging, entschlossen wir uns in diesem Schuljahr alle Turnstunden in Oberweißburg zu verbringen, um die Bewegungszeit wirklich gut nutzen zu können. Alle Turnstunden werden im Freien abgehalten. Wir nutzen für unsere Bewegungsangebote die gesamte Umgebung der Schule. Am Schulhof können verschiedene Ballübungen, Geschicklichkeitsübungen, motorische Grundlagen etc. trainiert werden. Der nahegelegene Spielplatz eignet sich hervorragend für diverse Gruppenspiele. Außerdem gibt es dort Klettermöglichkeiten, Balancierstrecken, Recks, eine Sprunggrube etc. Alle freien Plätze in der Schulumgebung werden für Bewegungsangebote genutzt: Am Platz/im Park vor der Kirche können Bänke für Sprungübungen, Treppen für Koordinationsübungen usw. verwendet werden. Der nahegelegene Wald bietet eine Vielzahl an Möglichkeiten für Kooperationsspiele, Balancierübungen, Wurfübungen (mit Tannenzapfen,..), Geländespiele etc. Der Rad- und Gehweg wird für Laufstrecken, Ausdauerübungen und Übungen mit diversen Fahrzeugen (Rad, Roller, Skater,..) genutzt. Im Winter können wir in der Nähe der Schule in die Langlaufloipe einsteigen, wir machen Wanderungen mit unseren lustigen Schneeschuhen, gehen Schlitten fahren oder machen verschiedene Spiele im Schnee.

Da wir von keinem Turnsaal und Taxi abhängig sind, können wir die Turnstunden auch sehr individuell und flexibel abhalten und dann in den Unterricht einbauen, wenn die Kinder Bewegung brauchen oder wenn sich das Wetter besonders anbietet.

#### Projekt 2: Bewegungstagebuch „Gesund und munter“ des BMB

Das Bewegungstagebuch, das vom Bundesministerium für Bildung herausgegeben wurde, wird von unseren SchülerInnen geführt. Auch in den Bewegungspausen ist es oft Anreiz für die SchülerInnen bestimmte Übungen, Bewegungsabläufe zu trainieren.

### **Projekt 3-6: Weiterführung der Projekte aus den Vorjahren**

Die Bewegungsangebote, die schon sehr gut in unserem Schulalltag verankert sind, werden auch im heurigen Schuljahr weitergeführt. Es gibt wieder die tägliche Bewegungspause, einen taxifreien „zu-Fuß-geh-Tag“ und vielfältige Bewegungs- und Sportangebote, bei denen uns die örtlichen Vereine, Sportler und Betriebe unterstützen (Golf, Eisstock schießen, Klettern, Voltigieren, Tennis, Eis laufen, Koordinationstraining, Krafttraining,...). Außerdem wird den Kindern die Teilnahme an den bezirksweiten Schulwettkämpfen (Cross Country Lauf, Schi Alpin, Schwimmen, Leichtathletik) ermöglicht. Das Training für die Wettkämpfe findet immer mit allen SchülerInnen statt, um allen Kindern einen Einblick zu geben.

### **Projekt 7: Trainingstag mit dem FC RedBull Salzburg**

Im September nahmen wir wieder das kostenlose Projekt des FC REd Bull Salzburg in Anspruch. Dieses Projekt soll den Kindern Spaß und Unterhaltung und Freude an der Bewegung bieten. Die JugendtrainerInnen Robert und Eva boten uns einen abwechslungsreichen, lustigen, bewegten Trainingstag.

### **Projekt 8: Schwimmtraining**

Im Rahmen des Projektes „Schule & Sport“ fanden 15 Unterrichtseinheiten mit einer professionellen Schwimmtrainerin der Sportunion Salzburg statt. Verschiedene Übungen im Wasser, das Erlernen bzw. Kennenlernen der Schwimmtechniken und der Spaß an der Bewegung im Wasser standen im Vordergrund. Zum Abschluss des Schwimmtrainings legten alle SchülerInnen eine Schwimmprüfung ab und erreichten die Abzeichen Früh- und Freischwimmer.

### **Projekt 9: Schisicherheitsworkshop der AUVA und Schitage**

Im Jänner und Februar haben die Kinder wieder die Möglichkeit den Schisport zu erleben und ihr Fahrkönnen zu erweitern/vertiefen. In kleinen Gruppen können die Kinder individuell gut gefördert werden. Außerdem findet Anfang Februar ein Schisicherheitsworkshop der AUVA in der Schule statt.

### **Projekt 10: Winterolympiade**

Da im vorigen Schuljahr eine Sommerolympiade durchgeführt wurde, findet im heurigen Schuljahr wieder ein Winterolympiade statt. Bei verschiedenen Sportangeboten (rodeln, Eis laufen, langlaufen, Schi fahren, Schneeball Weitwurf,...) können sich alle SchülerInnen untereinander messen. Sowohl Einzel- als auch Gruppenleistungen fließen in das Gesamtergebnis mit ein, sodass alle Kinder ähnliche Chancen auf einen Sieg haben. Bewerbe wie ein Winterquiz, Schneemann bauen und ähnliches ergänzen das Angebot.

## **4. Hinweise:**

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