

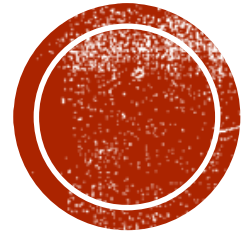
Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



Geschäftsbereich



Mit freundlicher Unterstützung.



# DIE LBS1 IN BEWEGUNG

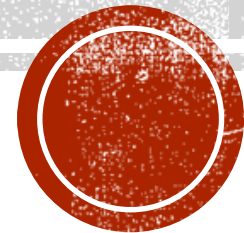
**Begeisterung ist unser Antrieb**

**- Freude ist unser Treibstoff**

**- Leben ist unsere Bewegung!**

# GESUNDHEITS- UND BEWEGUNGSTAGE

für alle Schülerinnen und Schüler der 2. und 3. Klassen



# MOTTO:

# LET'S MOVE AND SHAKE – BUT SAFE

- Bewegung (Slackline, Teambuilding – SM)
  - Verkehrssicherheit (ARBÖ – Mopedsimulator)
  - Ernährung (Wasserdestillation – WH)
  - Ernährung (Gesunde Jause, Wasser, Smoothie – Da)
  - Gesundheit (Betroffene berichten – Aidshilfe)
- 
- Richtiges Heben, Lacrosse, Muskelfunktionstest, Back Check und Muskelkraftverhältnis sowie Medimouse und Wirbelsäulenvermessung



# 1. GESUNDHEITSTAG: 26.9.2013

- Bewegung (Slackline, Teambuilding – SM)
- Verkehrssicherheit (Mopedsimulator – ARBÖ)
- Ernährung (Wasserdestillation – WH)
- Ernährung (Gesunde Jause, Wasser, Obst – Da)
  
- Klassen: KT2a, KT2b, KT2c – 60 Schüler
  
- Richtiges Heben, Lacrosse, Muskelfunktionstest, Back Check und Muskelkraftverhältnis sowie Medimouse und Wirbelsäulenvermessung
  
- Klassen: KT3a, KT3b, KB3a – 60 Schüler



# GESUNDE JAUSE



# TEAMARBEIT



## 2. GESUNDHEITSTAG: 21.11.2013

- Bewegung (Slackline, Teambuilding – SM)
- Ernährung (Gesunde Jause, Wasser, Smoothie – Da)
- Gesundheit (Betroffene berichten – Aidshilfe)
  
- Klassen: KT2d, KT2e, FB2, LT2 – 55 Schüler
  
- Richtiges Heben, Lacrosse, Muskelfunktionstest, Back Check und Muskelkraftverhältnis sowie Medimouse und Wirbelsäulenvermessung
  
- Klassen: KT3c, KT3d, KB3b, LA3 – 60 Schüler





# ERNÄHRUNG



# SLACKLINE UND ASKÖ-CHECK



# 3. GESUNDHEITSTAG: 6.2.2014

- Bewegung (Slackline, Teambuilding – SM)
- Ernährung (Geschmackstest, Gesunde Jause – Diätologin Ute Reschinger)
- Verkehrssicherheit (ARBÖ – Mopedsimulator)
  
- Klassen: KT2f, KT2g, KT2h – 60 Schüler
  
- Richtiges Heben, Lacrosse, Muskelfunktionstest, Back Check und Muskelkraftverhältnis sowie Medimouse und Wirbelsäulenvermessung
  
- Klassen: KT3e, KT3f, KTN3g, LT3 – 75 Schüler



# GESUNDE JAUSE



0,5 Liter Limo	<input type="checkbox"/>	13
1 MARIS	<input type="checkbox"/>	8
1 PORTION HASELNUS CREME	<input type="checkbox"/>	3
1 APFEL	<input type="checkbox"/>	4
1 NUSS- SCHNECKE	<input type="checkbox"/>	8



# ARBÖ-MOPED



# 4. GESUNDHEITSTAG: 15.5.2014

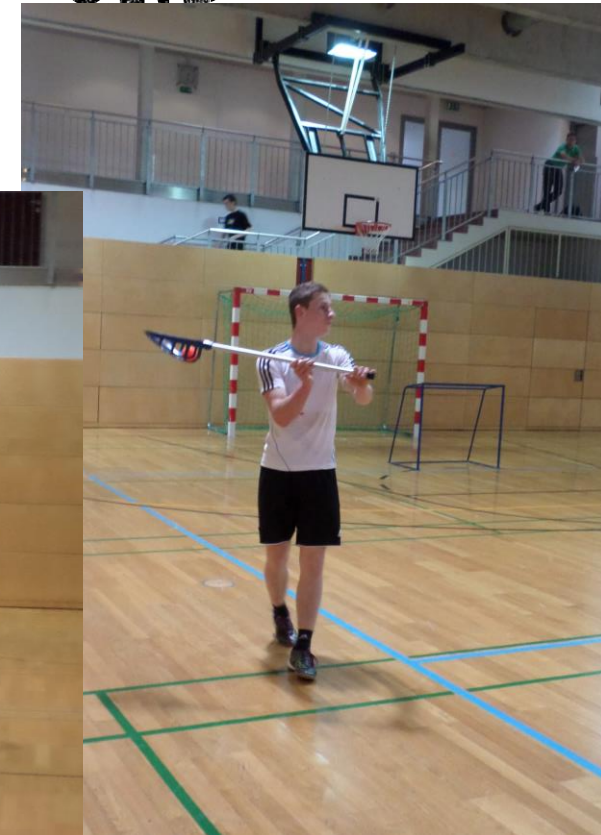
- Gesundheit (Betroffene berichten – Aidshilfe)
- Ernährung (Geschmackstest, Gesunde Jause – Diätologin Ute Reschinger)
- Entspannung (Shiatsu – ASKÖ-Trainerin Maria)
  
- Klassen: KT2i, KT2j, KT2k – 54 Schüler
  
- Richtiges Heben, Lacrosse, Muskelfunktionstest, Back Check und Muskelkraftverhältnis sowie Medimouse und Wirbelsäulenvermessung
  
- Klassen: KT3h KT3i, KTN3j, FB3 – 58 Schüler



# SHIATSU UND DEHNEN



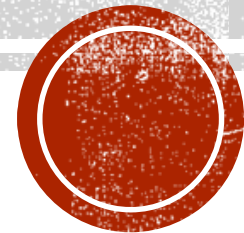
# RICHTIGES HEBEN IN DER WERKSTATT UND LACROSSE





# TEAMTÄGE IN WALDZELL

für alle Schülerinnen und Schüler der 1. Klassen



# THEMEN

- Team-Spaßralley (Schnitzljagd)
- Lacrosse
- Judo
- Bogenschießen
- Klettern und Bouldern



# TERMINE UND KLASSEN

- 1. Teamtag: 17.9.2013 – KT1a, KT1b, KB2a (60 Schüler)
- 2. Teamtag: 26.11.2013 – KT1c, KT1d, LT2 (56 Schüler)
- 3. Teamtag: 18.2.2014 – KT1e, KT1f, KB1a, LA1, FB1 (79 Schüler)
- 4. Teamtag: 6.5.2014 – KT1a, KT1j, KT1k, KB2b (76 Schüler)





# SCHÜLERKOMMENTARE

- Der Ausflug am 6. Mai zum Sportbauernhof war für mich ein sehr lehrreicher und interessanter Tag. Ich konnte zwei mir noch unbekannte Sportarten erproben. Trotz nicht glänzender Leistung hat es mir dennoch Spaß gemacht. Die Betreuer waren alle nett, haben uns gut betreut und versuchten uns, so gut wie möglich, die Sportart beizubringen. Des Weiteren habe ich die Snacks und die Getränke als nette und gute Geste unserer Schule empfunden. Zum Schluss kann ich diese Reise allen Klassen weiterempfehlen, da es die Klassengemeinschaft fördert, ebenso wie die motorischen Fähigkeiten und das Wissen über meist unbekannte Sportarten.  
(Oliver)
- Es war ein sehr schöner Tag. Der Tag war sehr amüsant und interessant. Ich würde mich freuen, wenn wir den Tag wiederholen könnten. Radfahren, Klettern, Bogenschießen.



- Es war ein sehr interessanter, amüsanter und lustiger Tag. Die 2 Stunden Fahrt war sehr lustig und wir konnten uns alle besser kennenlernen. Ich würde mich freuen, wenn wir so etwas wieder machen. Danke für den Tag! (Pia und Vanessa)
- Das Radfahren war sehr anstrengend. Mir hat das Klettern am besten gefallen. Es war super cool, dass wir uns dadurch besser kennenlernen konnten.
- Das Radfahren am Vormittag war sehr toll. Am meisten hat mir gefallen, dass wir 3. wurden und ein kühles Red Bull als Trostpreis bekamen. Am Nachmittag hat mir das Klettern nicht so gefallen, weil ich Höhenangst habe. Beim Bogenschießen habe ich aber 4mal ins „Bull-eye“ getroffen, aber trotzdem verloren. Alles in allem war es ein schöner Tag. Danke schön!
- Wir hatten zuerst Judo. Beim Judo haben wir Abrolltechniken gelernt. Es hat viel Spaß gemacht. Dann waren wir Bogenschießen und das Team Blau hat gewonnen. Zuletzt waren wir klettern. Es hat zwar leicht ausgesehen, aber es war sehr schwer. Aber es war ein schöner Tag. (Tobias)









# LACROSSE





**OB SOMMER  
ODER  
SCHNEE**



# JUDO



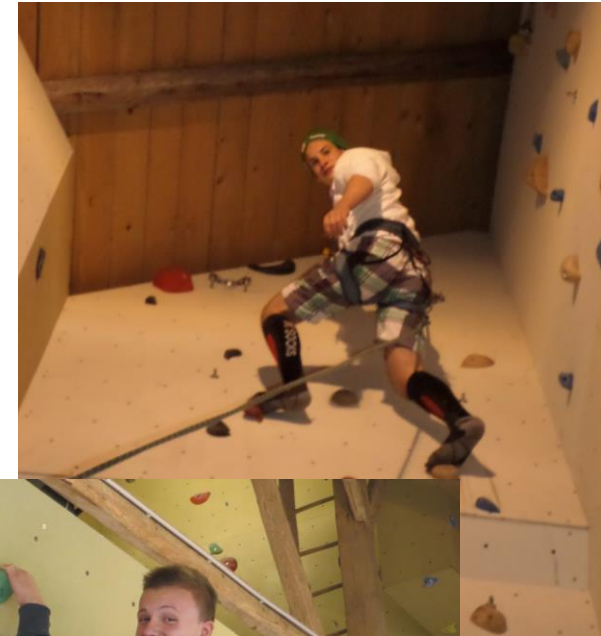


# VERDIENTE PAUSE



# KLETTERN UND BOULDERN







# RADELN – SCHNITZLJAGD









# UNSERE BOGENSCHÜTZEN





# SPAßRALLEY ...



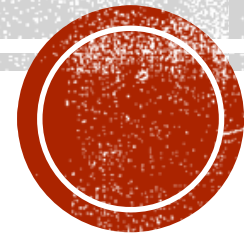
# LANDESBERUFSSCHULE<sup>1</sup>

# AUCH FÜR LEHRER



# LEHRERINNEN UND LEHRER IN BEWEGUNG

Der Direktorstag der LBS I wurde heuer zum Team- und Bewegungstag für alle Lehrerinnen und Lehrer mit einem gemütlichen Ausklang beim Grillen.





# BACKEN UND KRÄUTER



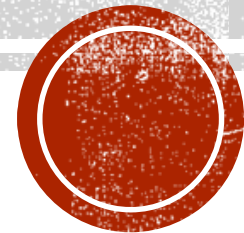
# BOGENSCHIEßEN, KLETTERN UND RADELN





# BEWEGUNG IM UNTERRICHT

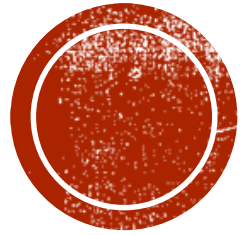
Kleine Bewegungseinheiten im Unterricht verbessern die Konzentration und macht Spaß.





# ...AUCH FÜR LEHRERINNEN UND LEHRER





**DANKE FÜR'S MITMACHEN!**

**Begeisterung, Freude und Leben ist Bewegung!**