

DIE LBS1 IN BEWEGUNG

Die Projekte wurden vom ASKÖ Salzburg und vom Raiffeisen Schul sponsoring unterstützt.

Begeisterung ist unser Antrieb

- Freude ist unser Treibstoff

- Leben ist unsere Bewegung!

Dieses Projekt wird unterstützt von

**Raiffeisen
Meine Salzburger Bank**



Layout: Dipl.-Päd. Eva Dax, Gesundheitsreferentin der LBS1, 16.6.2014 Fotos: LBS1

GESUNDHEITS- UND BEWEGUNGSTAGE

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



Dieses Projekt wird unterstützt von

**Raiffeisen
Meine Salzburger Bank**



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

Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



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

Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



GESUNDE JAUSE



Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



TEAMARBEIT



Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



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

Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



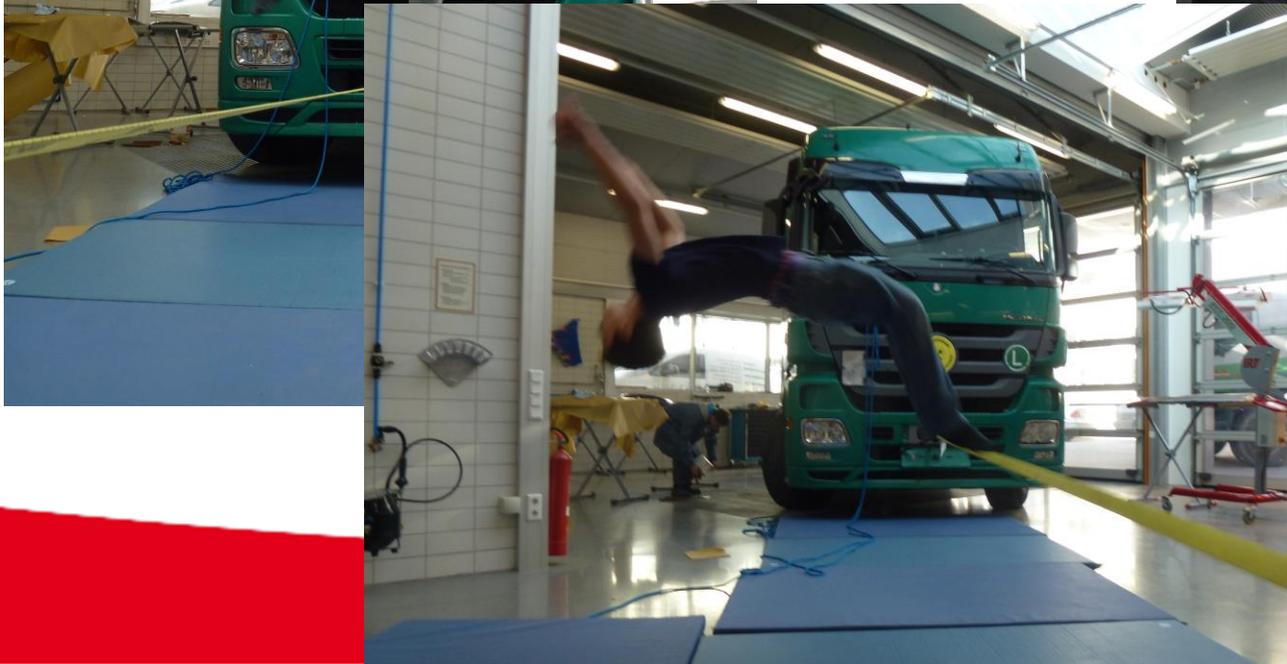
ERNÄHRUNG



Dieses Projekt wird unterstützt von
Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



SLACKKLINIE UND ASKÖ-CHECK



3. GESUNDHEITSTAG: 6.2.2014

- Bewegung (Slackline, Teambuilding – SM)
- Ernährung (Geschmacktest, 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

Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



GESUNDE JAUSE



0,5 Liter LIMO	<input type="checkbox"/>	13	+52 g
1 MARS	<input type="checkbox"/>	8	+34 g
1 PORTION HASELNUS + CREME	<input type="checkbox"/>	3	+12 g
1 APFEL	<input type="checkbox"/>	4	+17 g
1 NUSS- SCNECKE	<input type="checkbox"/>	8	+34 g

ARBÖ-MOPED



Dieses Projekt wird unterstützt von
Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



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

Dieses Projekt wird unterstützt von

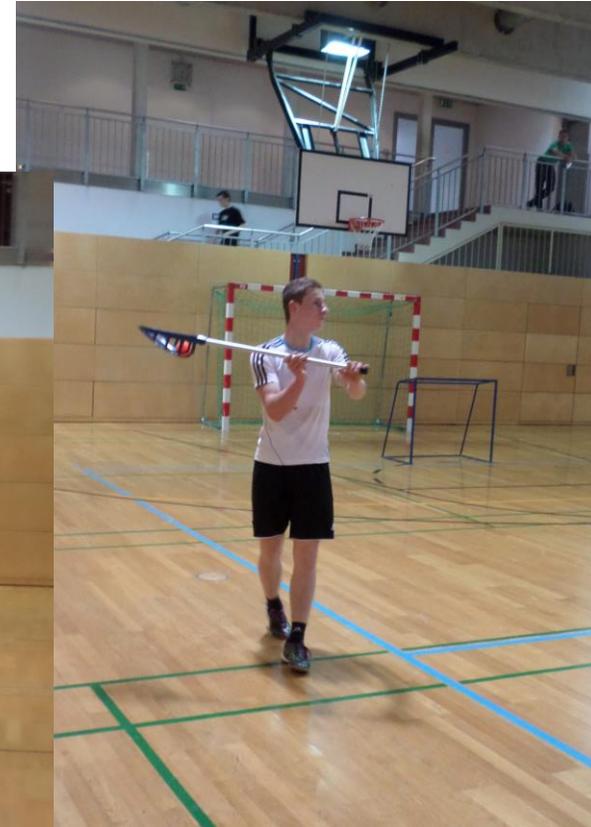
Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



SHIATSU UND DEHNEN



RICHTIGES HEBEN IN DER WERKSTATT UND LACROSSE



TEAMTÄGE IN WALDZELL

für alle Schülerinnen und Schüler der 1. Klassen



Dieses Projekt wird unterstützt von

**Raiffeisen
Meine Salzburger Bank**



THEMEN

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

Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



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)

Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank





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.

Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



- 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 ausgeschaut, aber es war sehr schwer. Aber es war ein schöner Tag. (Tobias)

Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



ASKÖ

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

**BUNDESMINISTERIUM
FÜR GESUNDHEIT**

Gesundheit Österreich
GmbH

Geschäftsbereich

**Fonds Gesundes
Österreich**



**SPORT
MINISTERIUM**

Land Salzburg
Für unser Land!



Dieses Projekt wird unterstützt von
**Raiffeisen
Meine Salzburger Bank**





LACROSSE



Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank





OB SOMMER ODER SCHNEE

JUDO



Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Geschäftsbereich





Dieses Projekt wird unterstützt von
Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



VERDIENTE PAUSE



Dieses Projekt wird unterstützt von
Raiffeisen
Meine Salzburger Bank

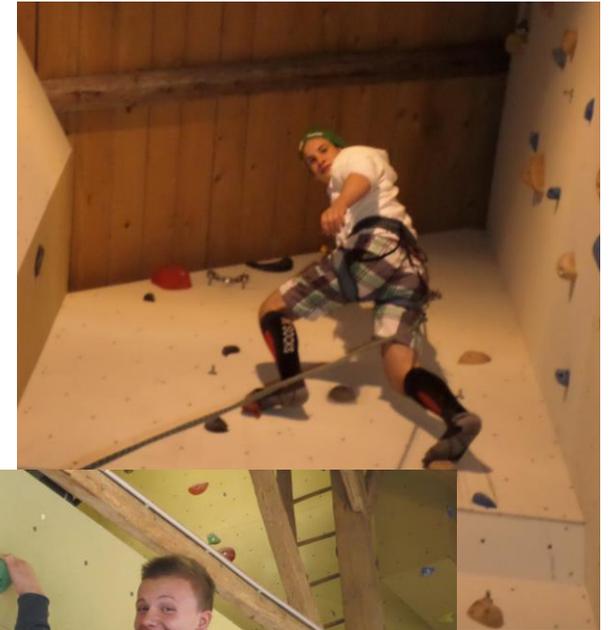


KLETTERN UND BOULDERN





LANDESBERUFSSCHULE¹



rd unterstützt von
Leisen Bank



Salzburg
er Land!

RADELN – SCHNITZLJAGD



Dieses Projekt wird unterstützt von
**Raiffeisen
Meine Salzburger Bank**





Dieses Projekt wird unterstützt von
Raiffeisen
Meine Salzburger Bank





LANDESBERUFSSCHULE¹



Dieses Projekt wird unterstützt von
**Raiffeisen
Meine Salzburger Bank**



ASKÖ

RT
RIUM

Land Salzburg
Für unser Land!

UNSERE BOGENSCHÜTZEN





SPAßRALLEY ...



LANDESBERUFSSCHULE¹

AUCH FÜR LEHRER



ndes



LEHRERINNEN UND LEHRER IN BEWEGUNG

Der Direktorstag der LBS 1 wurde heuer zum Team- und Bewegungstag für alle Lehrerinnen und Lehrer mit einem gemütlichen Ausklang beim Grillen.



Dieses Projekt wird unterstützt von

**Raiffeisen
Meine Salzburger Bank**





BACKEN UND KRÄUTER



BOGENSCHIEßEN, KLETTERN UND RADELN



BEWEGUNG IM UNTERRICHT

Kleine Bewegungseinheiten im Unterricht verbessern die
Konzentration und macht Spaß.



Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank





Dieses Projekt wird unterstützt von
Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



...AUCH FÜR LEHRERINNEN UND LEHRER

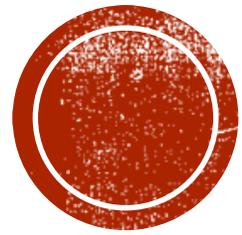


Dieses Projekt wird unterstützt von

Raiffeisen
Meine Salzburger Bank



LANDESBERUFSSCHULE¹



DANKE FÜR'S MITMACHEN!

Begeisterung, Freude und Leben ist Bewegung!

Dieses Projekt wird unterstützt von

**Raiffeisen
Meine Salzburger Bank**



ASKÖ

BM BUNDEMINISTERIUM
FÜR GESUNDHEIT

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Gesundheit Österreich
GmbH



Geschäftsbereich

Fonds Gesundes
Österreich



SPORT
MINISTERIUM

Land Salzburg
Für unser Land!