Wolfgang Becker

„BEWEGTER SCHULWEG“

Rif/Salzburg

IAKS Seminar 2016
„Bewegung im öffentlichen Raum“

Einleitung

- Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung der Kinder
- Veränderte Lebenswelten
- Auswirkungen von Bewegungsreizen
- Alarmierende Untersuchungsergebnisse

Bezüglich des Bewegungsmangels von Kindern im Alter von sechs bis zehn Jahren ergeben sich nach Fischer folgende körperliche Probleme:

Muskelfunktionsstörungen	**80 %**
Haltungsschwächen	**35 – 60 %**
tiefsitzende Wirbelsäulenbeschwerden	**7 – 47 %**
koordinative Auffälligkeiten	**0 – 40 %**
Übergewicht	**25 – 30 %**
Herz-Kreislaufschwächen	**20 – 30 %**

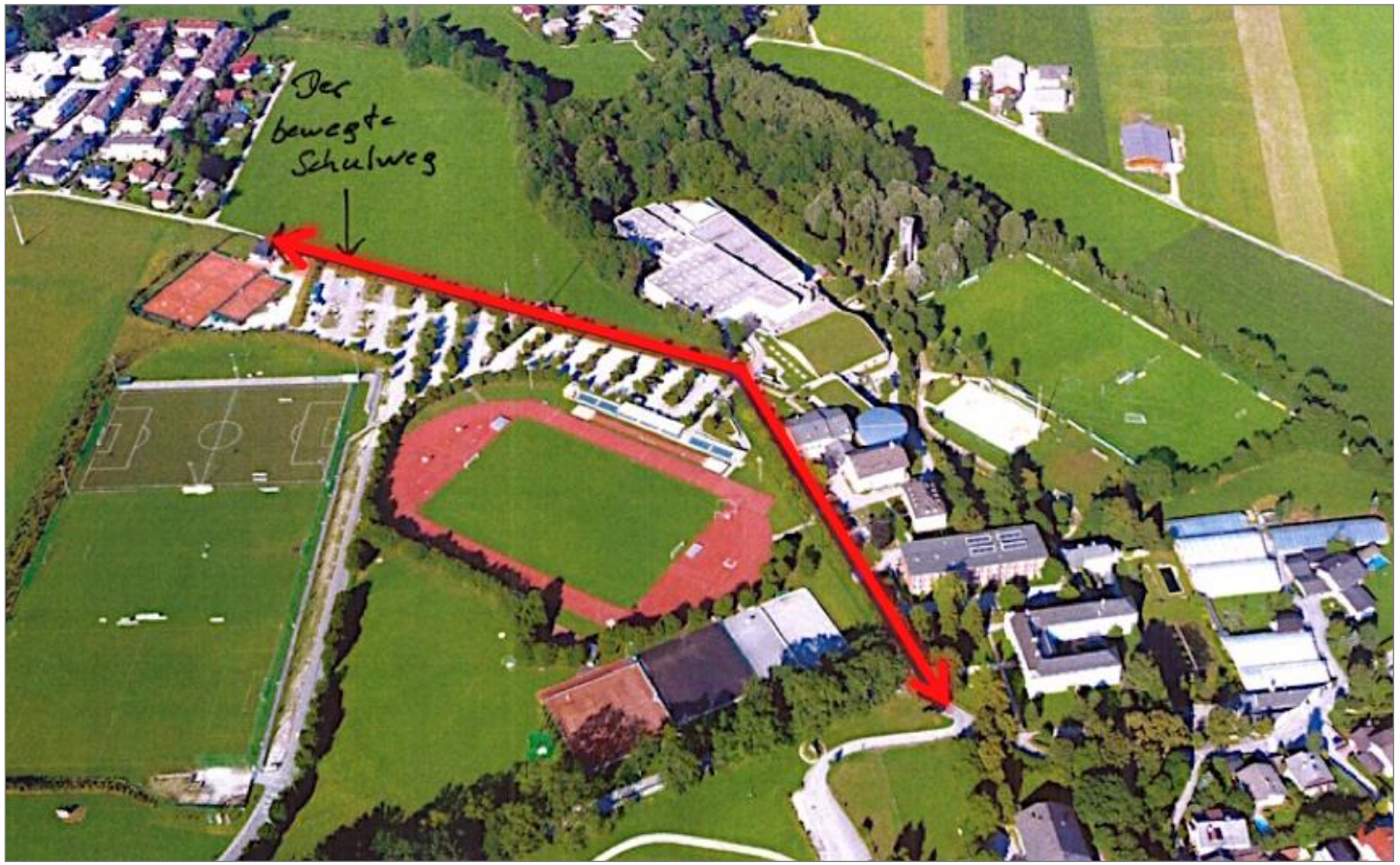
Erhöhte Cholesterin- und Tryglyceridwerte	**17 %**
Erhöhter Blutdruck	**8 – 12 %**
Haltungsschwächen, motorische Defizite, Koordinations- und Konzentrationsschwächen	**40 – 60 %**

Eine Studie des Österreichischen Grünen Kreuzes (2007) bei Kindern aus ganz Österreich im Alter von sechs bis 14 Jahren ergab folgende Ergebnisse bezüglich des Übergewichts:

	männlich	weiblich
Adipositas	**8,8 %**	**7,3 %**
Übergewicht	**11,4 %**	**10,4 %**

- Die Idee des bewegten Schulweges

- Universitäts- und Landessportzentrum Rif/Salzburg



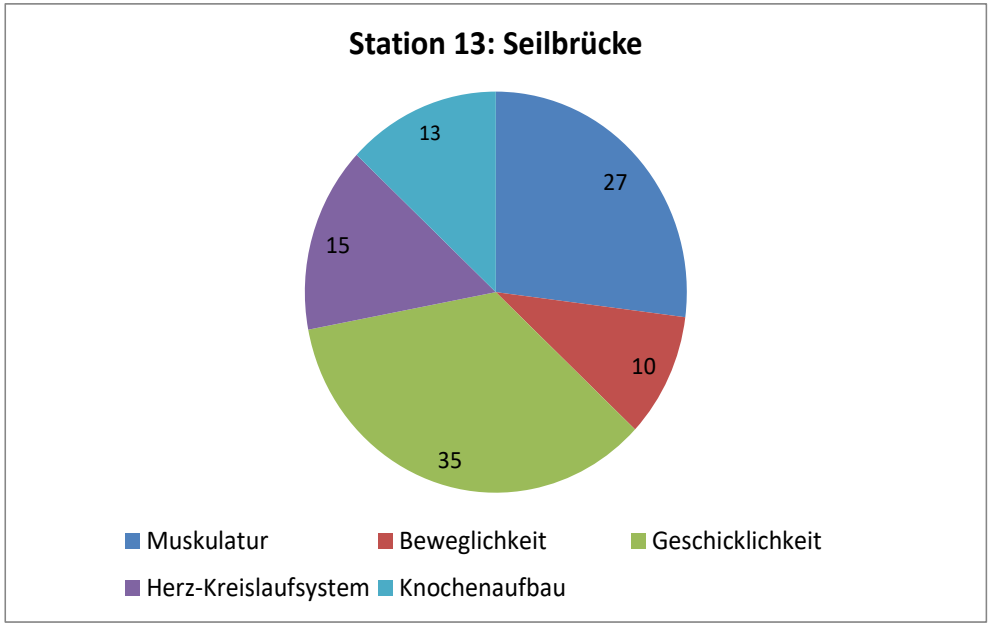
- Video 6 min
- Teamfindung
- Erweiterung mit „kiss & go“

- **Die Stationen**

1. Kletterfelsen
2. Gleichgewichtsstrecke
3. Wackelsalamander
4. Stufenweg
5. Koordinationsweg
6. Wackelbrücke
7. Kraxlbaum
8. Kletterdach
9. Gripwall
10. Schwebeslalom
11. Balancierplatten
12. Kletternetz
13. Seilbrücke

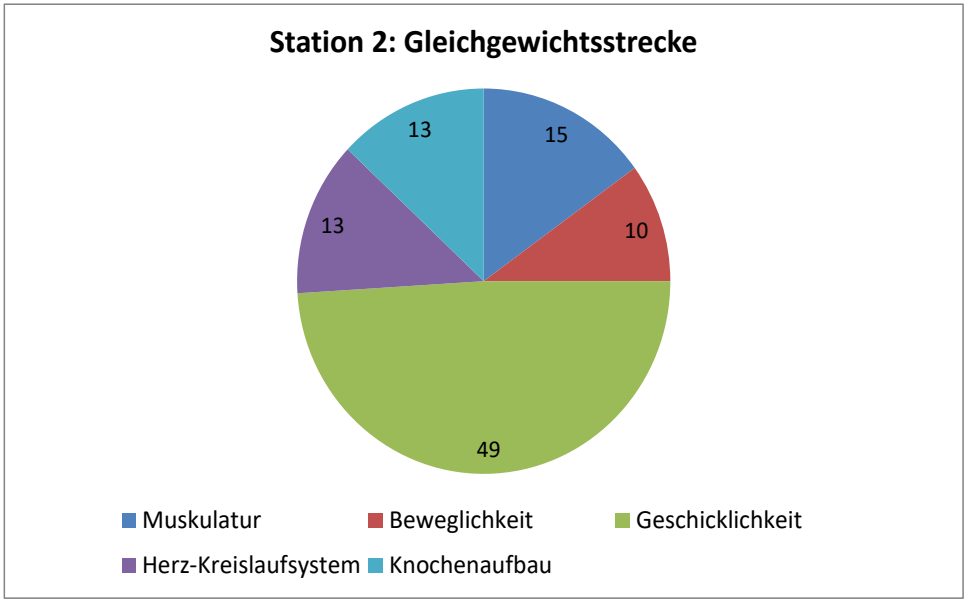
- **3 exemplarische Beispiele**

Station 13: SEILBRÜCKE



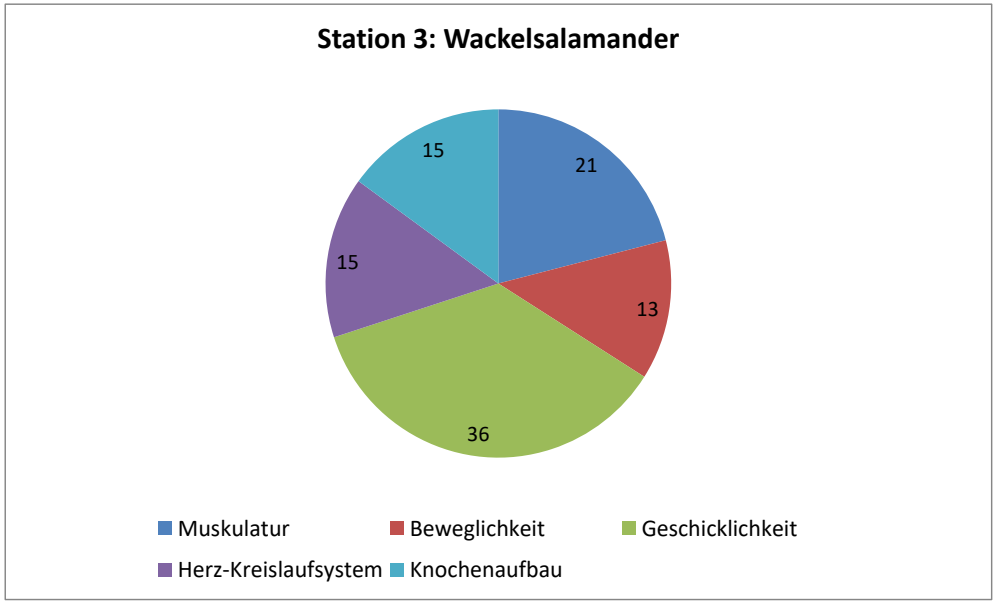
„Zuerst geht ihr vorwärts über die Brücke. Erst wenn ihr euch ganz sicher fühlt, versucht es auch rückwärts. Wenn es klappt, könnt ihr die Augen schließen. Auch an dieser Station gut festhalten!“

Station 2: GLEICHGEWICHTSSTRECKE



„Bewegt euch vorwärts über die Strecke und versucht immer das Gleichgewicht zu halten. Wenn ihr euch sicher fühlt, könnt ihr beim Balancieren auch einmal die Augen schließen oder rückwärts gehen.“

Station 3: WACKELSALAMANDER



„Auf dem Salamander dürft ihr stehen, hüpfen, reiten. Vielleicht haben ja auch mehrere von euch darauf Platz?“

Gesamtevaluierung des Projektes

- Evaluierung der motorischen Anforderungen an die Stationen
- Beobachtung und Befragung der Kinder
- Befragung der Eltern
- Der bewegte Schulweg als Motor der Verkehrsentlastung

www.energyglobe.info
Energy Globe
Salzburg 2016
Gesamtsieger
LAND SALZBURG
Energie

Zusammenfassung und Ausblick

Kontakt:

Direktor Mag. Wolfgang Becker

wolfgang.becker@sbg.ac.at
+43 6245 87035-19