

SCHULE HEUTE



Zeitschrift des
Landesschulrats
für Vorarlberg

AUSGABE 48
NOVEMBER 2008

ERNÄHRUNG, BEWEGUNG UND SPORT

„Leben ist Bewegung ...“

Inhaltsverzeichnis

Auf ein Wort	2
Zum Schwerpunkt	
Gesundheitsförderung durch Sport, Ernährung und Bewegung	3
„Gehirn- und Nervenfutter erleichtern Schulalltag“	4
Ernährungsverhalten und Wohlbefinden	6
Interview mit Dir. Helmut Abl	7
Ernährungs- und Verbraucherbildung	8
Lebenskompetenzen zur Sicherung der Bildungsqualität	8
Schularzt Dr. Günter Tschol	9
Projekt der Landesberufsschule Bregenz 3	10
Gesundes Schulessen	10
GIVE	11
schoolwalker	12
aks Gesundheitsvorsorge	13
„Vorarlberg bewegt“	14
Arbeitskreis „Gesunde Schule“	15
HI Kurse	16
Tag des Wassers	17
Schulwettkämpfe	17
Fair Play	18
Kindersportwelt 2008	19
Euroschoools 2008	20
Schulheim Mäder	21
Spielbus	22
Lernförderung	23
Sportgymnasium Dornbirn	24
Pädagogische Hochschule	26
News	28
Laufwunder/Kultur	29
Exkursion/Tipps	30
Kultur	31
Verkehrserziehung/Bifo	32



„... und ohne Bewegung findet Leben nicht statt,“ dieser Ansicht war schon der Physiker Moshe Feldenkrais, bekannt durch die nach ihm benannte körperorientierte Lernmethode.

Bewegung ist für Kinder und Jugendliche wichtiger denn je. Denn das Problem „Übergewicht bei Kindern“ ist schon längst kein rein amerikanisches mehr, so hat in Österreich jedes vierte Kind Übergewicht – Tendenz steigend!

Die Ursachen für diese rasante Zunahme sind vielfältig und verstärken sich gegenseitig: Ständig verfügbare Nahrung, falsche – meist im Elternhaus erlernte – Essgewohnheiten, Bewegungsmangel und psychische Probleme sind die Hauptauslöser für die Gewichtsprobleme.

Der Landesschulrat sowie das Land Vorarlberg steuern dieser besorgniserregenden Entwicklung mit zahlreichen Angeboten entgegen. Durch die Initiative „Vorarlberg bewegt“ werden das Gesundheits-

bewusstsein und die Motivation für mehr Bewegung, bewusste Ernährung und sinnvolle Entspannung gesteigert. In diesem Zusammenhang werden die dritten Vorarlberger Bewegungsfestspiele am 19. Oktober 2008 wiederum zu einem besonderen Bewegungshighlight für viele Familien.

Im Rahmen der Fortbildung absolvieren Pädagoginnen und Pädagogen nach dem Motto „Bewegung plus“ Lehrgänge mit dem Schwerpunkt Sport und Bewegung. Ein wichtiger Eckpfeiler ist auch der Bereich „Ernährung und Gesundheit“.

Workshops und Projekte sollen während des Schuljahres bei Schülerinnen und Schülern nicht nur körperlich, sondern – durch Bewusstseinsbildung – auch im Kopf etwas bewegen.

*Landesrat Mag. Siegi Stemer,
Amtsführender Präsident
des Landesschulrates*

Impressum

Herausgeber und Verleger:
Landesschulrat für Vorarlberg
Bahnhofstr. 12, 6900 Bregenz
Redaktion und Gestaltung:
Mag. Birgit Sprenger, Mag. Julia Marte-Schwald
E-Mail: schule.heute@lsv-vbg.gv.at
Herausgegeben mit Unterstützung
der Vorarlberger Landesregierung
Druck: Hugo Mayer, 6850 Dornbirn
Verlagspostamt: 6900 Bregenz
Erscheinungsort: 6900 Bregenz
Titelbild: Sportgymnasium Dornbirn