

## VOLKSSCHULE ALTENBERG

Im Schuljahr 2016/17 begab sich die **Volksschule Altenberg** im Rahmen des Projekts "Der kleine Mugg – mir und uns geht's gut" auf den Weg zur Gesunden Schule.

Die Bewegung hat in der Schule einen sehr hohen Stellenwert. Zum bewegten Lernen wurde die verlängerte bewegte große Pause eingeführt. In diesem Schuljahr haben sie auch das silberne Sportgütesiegel verliehen bekommen.



Die bewegte Pause findet bei fast jeder Witterung draußen statt. Der vergrößerte Schulgarten mit zusätzlichen Bewegungsgeräten bietet mehr Platz und Freiraum für Bewegung. Dies führt nicht nur zu einer besseren Konzentration und Motivation, auch soziale Kontakte können so besser klassenübergreifend geknüpft werden. Die jährliche Woche der Achtsamkeit legt zudem einen Fokus auf die innere Wahrnehmung. Zusätzlich werden die Kinder geschult und bestärkt, Konflikte selbständig zu lösen. Dies unterstützt die Kinder im sozialen Umgang miteinander. Kinder mit Sorgen können sich anonym an die Schulsozialarbeiterin wenden.



Das „Motto des Monats“ unterstützt die Schule, alle wertvollen Regeln im Umgang Miteinander zu leben.

Das körperliche Wohlbefinden wird durch den Trinkwasserbrunnen gut unterstützt und die gesunde Jause wird einmal wöchentlich von den Schülern und Schülerinnen gut angenommen.

Die Lehrerfortbildungen „Eigenständig werden“ und „SAM“ unterstützen die ressourcenorientierte Kommunikations- und Arbeitshaltung. Sie soll Stressfaktoren minimieren, Burnout vorbeugen und kommunikative Prozesse wirksam verbessern.