

Motorikpark Dachsberg

THEMENBEREICH | BASISDIENSTLEISTUNGEN, LEADER, GEMEINDEN

UNTERGLIEDERUNG | JUGEND | INTEGRATION & SOZIALE

INKLUSION | GESUNDHEIT | LEADER | STANDORTENTWICKLUNG | BILDUNG & LEBENSLANGES LERNEN

PROJEKTREGION | OBERÖSTERREICH

LE-PERIODE | LE 14-20

PROJEKTLAUFZEIT | 01.02.2020-30.06.2020

PROJEKTKOSTEN GESAMT | 102.456,00€

FÖRDERSUMME AUS LE 14-20 | 61.473,60€

MASSNAHME | FÖRDERUNG ZUR LOKALEN ENTWICKLUNG (CLLD)

TEILMASSNAHME | 19.2. FÖRDERUNG FÜR DIE DURCHFÜHRUNG DER VORHABEN IM RAHMEN DER VON DER ÖRTLICHEN BEVÖLKERUNG BETRIEBENEN STRATEGIE FÜR LOKALE ENTWICKLUNG

VORHABENSART | 19.2.1. UMSETZUNG DER LOKALEN ENTWICKLUNGSSTRATEGIE

PROJEKTTRÄGER | KONGREGATION DER OBLATEN DES HEILIGEN FRANZ VON SALES

KURZBESCHREIBUNG

Durch die Errichtung eines Motorikparks auf dem Schulgelände des Gymnasiums Dachsberg soll die Freude an der koordinierten Bewegung gesteigert werden. Das Angebot gilt nicht nur für die Schülerinnen und Schüler der Bildungseinrichtung, sondern soll sich an Familien der gesamten Region richten. In verschiedenen Stationen werden unterschiedliche Dimensionen der Motorik angeregt wie zum Beispiel Beweglichkeit, Schnelligkeit, Ausdauer oder Koordination. Die Stationen werden anhand von Schautafeln ausführlich erklärt.

AUSGANGSSITUATION

Im Mittelpunkt des Projektes stand die Anregung zu einer freudvollen koordinierten Bewegung, welche auch die Gesundheit fördert. Durch die Schaffung von attraktiven Bewegungs- und Erlebniswelten mit niedrigen Einstiegsschwellen soll bei Menschen mit wenig Bewegungserfahrung die Neugier geweckt werden, etwas Neues auszuprobieren. Umgekehrt soll bei Bewegungsbegeisterten durch die ausgeklügelten Stationsinhalte die Möglichkeit für ein komplexes Training mit verschiedenen Facetten geboten werden.

ZIELE UND ZIELGRUPPEN

Ziel ist es, einen wertvollen Beitrag zu mehr Bewegung und damit für mehr Gesundheit in unserer Region zu schaffen. Zielgruppen sind zum einen die Schülerinnen und Schüler des Gymnasiums Dachsberg aber zum anderen auch alle bewegungshungrigen Menschen jeglichen Alters in der Region Eferdiger Land und darüber hinaus.

PROJEKTUMSETZUNG UND MASSNAHMEN

Umgesetzt wurde das Projekt mit der Errichtung von 12 Bewegungsstationen, welche aus rund 25 Einzelgeräten bestehen. Die Stationen zielen alle auf verschiedene Schwerpunkte ab:

- Different Walking: koordinative "Geh-Aufgaben" wie Gleichgewicht, Antizipation
- Wasserskiwand: Rumpfkraft, Körperspannung, Mut

- Hangeln /Monkey-Bar: Erweiterung zu klassischem Reck und Kletterseilen
- Kraft / Calisthenics: Trainingsgeräte zur Stärkung des Oberkörpers mit dem eigenen Körpergewicht
- Gitterspinnen / Blockhürden: Sprint- und Koordinationstraining
- Stab-Balance: Armkoordination, Rhythustraining, Präzision
- Heißer Draht: Armkoordination, Differenzierung, peripheres Sehen
- Gehirnbastelstube: Gehirnhälftenvernetzung, Präzision
- Balancier-Parcours: 35 m lang, Gleichgewicht, Orientierung im Raum
- Propriozeptions-Bank: Gleichgewichts- und Steuerungskompetenz, reagieren auf überraschende Situationen
- Balancierwerkstatt: Gleichgewicht, Sensomotorik
- 4-Hand-Doppelzug: Präzision, Beweglichkeit und Kräftigung von Armmuskulatur

ERGEBNISSE UND WIRKUNGEN

Der Motorikpark erfreut sich großer Beliebtheit. Das Publikum ist gemischt (Schülerinnen, Schüler, Familien mit Kindern jeglichen Alters, Seniorinnen und Senioren,...) Übungen, die oftmals eher einfach wirken, bringen vor allem Erwachsene manchmal an ihre Grenzen.



REGEF



REGEF



REGEF



REGEF



REGEF