



*Sei dabei!*

**SYMPOSIUM**  
Bewegung  
und Sport

# Trendy Sports New Moves in School

Workshopreihen & Vortrag

**26. August 2024** 9:00 - 18:30 Uhr  
Mittelschule & Kulturzentrum Mattersburg

# #symposium Sommer - Sport

## Trendy Sports - New Moves in School Workshopreihen & Vortrag

Das Symposium Sommer – Sport findet bereits zum vierten Mal statt und konzentriert sich auch in diesem Jahr auf Trendsportarten. Ziel der Veranstaltung ist es, den Teilnehmer:innen multisportive Möglichkeiten für eine freundliche, gesunde und abwechslungsreiche Sportausübung aufzuzeigen. Im Rahmen des Symposiums werden Trendsportarten vorgestellt, die auf einem neuen, veränderten Sportverständnis basieren und traditionelle Sportarten ergänzen, nicht ersetzen sollen.

Ein Höhepunkt des Symposiums ist der Vortrag von Dr. Robert Fritz, der die Bedeutung von Bewegung und Sportunterricht aus medizinischer Sicht beleuchtet.

Besonders hervorzuheben ist die einzigartige Kooperation mit allen drei Sportdachverbänden und der Bildungsdirektion. Der Bewegungs- und Sportunterricht ist immens wichtig, wird aber nicht immer in seiner vollen Bedeutung erkannt. Das Symposium zielt darauf ab, die zentrale Rolle dieses Unterrichts für die körperliche und geistige Gesundheit der Schüler:innen hervorzuheben.

Darüber hinaus bietet das Symposium eine Plattform, um die Qualität und den Umfang des Bewegungs- und Sportunterrichts zu verbessern und neue Impulse in diesem wichtigen Bereich zu setzen.

## #anmeldung

PH-Online Nummer B00W24KT00

Für Personen, die nicht in PH-Online registriert sind, besteht die Möglichkeit sich bei Johanna Skarits unter der E-Mail-Adresse [johanna.skarits@ph-burgenland.at](mailto:johanna.skarits@ph-burgenland.at) anzumelden.



## #informationen zu den Workshops

Die Workshops sind in drei Zeitblöcke unterteilt (Workshopreihe 1 bis Workshopreihe 3).

Die genaue Einteilung entnehmen Sie bitte der Programmübersicht. Aufgrund der begrenzten Teilnehmer:innenzahl in den Workshops wird bei „Überbuchung“ das Datum der Anmeldung berücksichtigt. Sollten Sie keinen fixen Platz erhalten, wählen Sie bitte einen anderen Workshop in diesem Block.

Die Anmeldung zu den Workshops ist ab dem 1. Juli 2023 möglich. Sie erhalten dazu einen separaten Zugangslink per E-Mail.



# #programm

Montag, 26. August 2024

8:30 Uhr	<b>Registrierung</b>	Mittelschule Mattersburg
9:00 Uhr	<b>Eröffnung</b>	
9:30 Uhr	<b>Warm up</b> <b>Move to Music</b> mit Jasmin Hatzl	
10:00 bis 11:45 Uhr	<b>Workshopreihe 1</b>	
11:45 bis 12:45 Uhr	<b>Mittagspause</b>	
12:45 bis 14:30 Uhr	<b>Workshopreihe 2</b>	
14:45 bis 16:30 Uhr	<b>Workshopreihe 3</b>	
17:00 Uhr	<b>Begrüßung</b> <i>Hans Niessl, LH a.D.</i> <i>Präsident von Sport AUSTRIA</i>	Kulturzentrum Mattersburg
17:15 - 18:30 Uhr	<b>Bewegung und Training als Medikament</b> <b>- die Dosis entscheidet über die Wirkung</b>  <i>Dr. Robert Fritz</i> <i>Medizinischer Leiter des Zentrums für Gesundheit, Sportmedizin, Ernährung, Sportwissenschaften und Trainingstherapie</i> <i>Medical Director und Leiter des Medical Centers des Österreichischen Frauenlaufs sowie des Vienna City Marathons</i>	

# #workshops

Workshopreihen zu je 2 Stunden

## Smash it! Padel für Dynamik und Action

*Mag. Peter Grandits*

Lehrer für Bewegung und Sport und Mathematik an der BHAK/BHAS Mattersburg, Obmann vom Padelclub Mattersburg, Teilnehmer an der Padel-Senioren-EM Ü40



Padel, eine junge und schnell zu erlernende Trendsportart, wird in Workshops auf zwei Niveaus angeboten: zwei Workshops für Anfänger:innen und ein Workshop für Fortgeschrittene. Diese Aufteilung ermöglicht es den Teilnehmer:innen, die Grundlagen des Padel gründlich zu erlernen oder bereits vorhandene Fähigkeiten zu vertiefen und gleichzeitig ihr eigenes Können zu verbessern. Ziel des Workshops ist es, den Teilnehmer:innen die notwendigen Fähigkeiten zu vermitteln, um Padel effektiv und motivierend in den Sportunterricht zu integrieren und so den Lernprozess für die Schüler dynamisch zu gestalten.

## Body Rhythm Games

*Anita Gritsch*

arbeitet künstlerisch und pädagogisch mit Rhythmus und Körper in verschiedenen Formen; ist in vielen künstlerischen Projekten engagiert: z.B. Theaterstücke für junges Publikum, Kompositionen oder das Body-Music-Ensemble Groove Crew.



Rhythmus mit dem eigenen Körper steht im Mittelpunkt dieses ausschließlich praktischen Workshops. Eine bunte Mischung aus praxiserprobten Rhythmusspielen, Bodypercussion und Bewegungsrhythmen, auch in Verbindung mit Sprache, bringt facettenreiche Ideen für den Unterricht. Dabei werden viele Ebenen angesprochen: Körperwahrnehmung, Koordination, Gruppendynamik, Konzentration und Musikalität - und vor allem die Freude, gemeinsam im Rhythmus zu sein!

## Jumping FIT

*Astrid Gruber*

*Akademische Freizeitpädagogin-Sport, Bewegungscoach, Atemtrainerin und Fit-Instruktorin*



Jumping Fitness im Schulsport ist ein effektives und gelenkschonendes Fitnessstraining auf speziell entwickelten Trampolinen. Dieser Workshop zeigt, wie Pädagog:innen Jumping Fitness in den Schulsport integrieren können, um bei motivierender Musik Kondition, Koordination, Kraft und Balance der Schüler:innen zu trainieren. Dabei steht nicht nur die körperliche Fitness im Vordergrund, sondern auch der Spaß am Sport und die aktive Motivation der Schüler:innen.

## Cooler Tanzrends im Sportunterricht

Jasmin Hatzl

Bewegungs- und Tanzpädagogin, Fittest- Instruktorin und Choreografin. Vereinsgründungsmitglied des Vereins dance2gether in Bad Tatzmannsdorf



Der Workshop richtet sich an Pädagog:innen, die Tanzen selbst ausprobieren und als festen Bestandteil in den Bewegungs- und Sportunterricht integrieren möchten. Ziel des Workshops ist es aufzuzeigen, wie Tanz die körperliche Bewegungsvielfalt und das Rhythmusgefühl fördert und gleichzeitig die Persönlichkeitsentwicklung und die kreativen Fähigkeiten der Schüler unterstützt.

## Fair Play: Sport als Schlüssel zur Gewaltprävention

Eva Pauschenwein

Ehemalige Nationalteamsportlerin im Karate (Staatsmeisterin, Shotokan Europameisterin) Bewegungscoach, staatlich geprüfte Instruktorin Karate, diplomierte Mobbing- und Gewaltpräventionstrainerin



Der Workshop zeigt, wie gezielte sportliche Aktivitäten nicht nur die körperliche Gesundheit stärken, sondern auch das konstruktive Miteinander der Schüler:innen fördern. Durch Sport werden soziale Kompetenzen wie Teamfähigkeit und Fairness geschult, die die Gewaltbereitschaft deutlich senken können. Ziel des Workshops ist es, Teilnehmer:innen praktische Ansätze und Methoden zu vermitteln, um ein positives, respektvolles und gewaltfreies Miteinander durch den Sportunterricht zu fördern.

## Jump & Shoot: Basketball als cooler Trend für Kinder

Jason Johnson

Akademischer Freizeitpädagoge-Sport, Bewegungscoach, ehemaliger amerikanisch-österreichischer Basketballspieler, zweimaliger österreichischer Meister mit den Gunners Oberwart (2011 und 2016), Nachwuchscoach bei den Gunners Oberwart



Prof. Goran Patekar

Diplomierter Sportlehrer, Akademischer Freizeitpädagoge-Sport, Bewegungscoach, Nachwuchscoach bei den Gunners Oberwart, Cupsieger und österreichischer Meister im Basketball, mehrfacher österreichischer Meister im Nachwuchs, österreichischer Meister im Schulbasketball mit dem ZBG Oberwart.



Im Workshop lernen die Teilnehmer:innen, wie sie Basketball effektiv in den Sportunterricht integrieren können. Im Mittelpunkt steht die Einführung grundlegender Basketballtechniken wie Dribbeln, Korbleger und Wurfübungen. Die Teilnehmer:innen erfahren, wie diese Übungen die Koordination und Teamarbeit unter den Schüler:innen fördern können. Darüber hinaus werden innovative Basketballspiele und Wettbewerbsformate vorgestellt, die den Sportunterricht beleben und den Kindern viel Spaß bereiten.

## Yoga-Fun für Kids

Dipl.-Ing. Reinhard Neuwirth

Zertifizierter Kinderyogalehrer (RCYT), Ausbildungsleiter der Yoga-Akademie-Austria Landes- schulehrer; Tennisinstruktor



### Yoga fun für Kids

Der Kinderyoga-Workshop vermittelt einführende Übungen und Methoden, um Kinder spielerisch an Yoga heranzuführen. Die erste Einheit beginnt mit „Yoga mit unseren Kuscheltieren“, einer kreativen Methode, um Kindern den Spaß am Yoga zu vermitteln. Es folgen Sonnengrüße und der Aufbau einer Kinderyogastunde mit kleinen „Yoga-Snacks“ für zwischendurch, die mit KIYO-Karten gestaltet werden, oder „Yoga mit Yakari“, eine indische Yogastunde, die Spaß und Bewegung verbindet. Ziel ist es, den Teilnehmenden das nötige Wissen und die Motivation zu vermitteln, um Kinderyoga effektiv und begeisternd unterrichten zu können.

### Yoga fun für Teens

Der Teenageyoga-Workshop konzentriert sich auf das Erlernen grundlegender Asanas, dynamischer Übungen und Flows, einschließlich Partnerübungen und Atemtechniken. Ein Highlight ist der Sonnengruß, der zu einem Popsong choreographiert wird, um den Jugendlichen zu helfen, Yoga mit Musik und Bewegung zu verbinden. Der Workshop bietet einen umfassenden Einblick in den Aufbau einer Yogastunde für Jugendliche, beginnend mit einer Anfangsentspannung, über den Hauptteil mit der Erarbeitung eines Musikflusses bis hin zu Atemübungen und einer abschließenden Entspannung. Ziel ist es, die Teilnehmer in die Lage zu versetzen, Yoga für Jugendliche ansprechend und motivierend zu gestalten und sie zu ermutigen, sofort mit den Beispielstunden zu beginnen.

## Von Badminton bis Tennis: Die Vielfalt des Pickleballs entdecken

Mag. Stefan Grubmüller

Staatlich geprüfter Tennistrainer / 2-facher Staatsmeister im Einzel Herren +35 im Jahr 2023; Pickleball C-Trainer des Deutschen Pickleball Bundes; Nr. 1 in Europa im Einzel (Pickleball.global)



Pickleball ist eine Ballsportart mit Schlägern, die Elemente aus Tennis, Badminton und Tischtennis vereint. Das Besondere an Pickleball ist der relativ langsame Ballflug, der den Einstieg in diese Trendsportart erleichtert. Im Workshop lernen die Teilnehmer:innen die Grundlagen des Spiels kennen, erleben die dynamische Spielweise und erkunden die strategischen Aspekte, die Pickleball zu einer bereichernden Ergänzung für den Sportunterricht machen.



# #symposium Sommer - Sport



Sei dabei!

**ONLINE**

Anmeldung mit  
einem Klick

**Private Pädagogische Hochschule Burgenland**  
office@ph-burgenland.at  
+43 (0) 2682 24817  
Thomas-Alva-Edison-Straße 1, 7000 Eisenstadt



[www.ph-burgenland.at](http://www.ph-burgenland.at)



[www.instagram.com/phburgenland](https://www.instagram.com/phburgenland)



[www.facebook.com/phburgenland](https://www.facebook.com/phburgenland)



**phburgenland**  
Private Pädagogische Hochschule Burgenland