



**Donnerstag,
12. März 2015**

Motivation bewegt!

Unfallkrankenhaus Linz
Stufensaal, 1. Stock
Garnisonstraße 7
4010 Linz

Motivationsfaktoren für mehr
Bewegung im Schulalltag

Die Veranstaltung ist
kostenfrei!

Bei Fragen zum Ablauf
oder Inhalt wenden Sie sich
bitte an Michael Heilbrunner.
michael.heilbrunner@ph-ooe.at
Tel. +43 732 74 70-72

Anmeldung
bis spätestens
16. Jänner 2015 unter
www.ph-ooe.at/bewegt
VA-Nr. 26F5ÜSA014

LUV 09/2014

Medieninhaber und Hersteller:
Allgemeine Unfallversicherungsanstalt, Adalbert-Stifter-Straße 65, 1200 Wien
Verlags- und Herstellungsort: Wien

Foto: P. Winkler/AUVA

www.auva.at



Motivation bewegt!

Motivationsfaktoren für mehr Bewegung im Schulalltag

Donnerstag, 12. März 2015



LANDESSCHULRAT
OBERÖSTERREICH



www.auva.at

Motivationsfaktoren für mehr Bewegung im Schulalltag

Wie kann ich andere von der positiven Strahlkraft eines bewegten Schulalltags überzeugen? Diese Frage steht im Zentrum der Tagung „Motivation bewegt!“.

Um einen bewegten Schulalltag zu realisieren, bedarf es sowohl der Eigenmotivation als auch der Motivation anderer, insbesondere von Kolleginnen und Kollegen sowie von Schülerinnen und Schülern. Motivation für mehr Bewegung bedeutet gleichzeitig Aufbruch, Veränderung und Überwindung gewohnter Verhaltensweisen.

Das Instrument der motivierenden Gesprächsführung kann dabei ebenso unterstützend wirken wie eine gute Vernetzung.

Der Sportwissenschaftler, Psychotherapeut und Buchautor Dr. Thomas Wörz war selber Profisportler und gibt seit vielen Jahren seine Motivationsstrategien an andere Spitzensportler weiter. Er zeigt in seinem Vortrag auf, wie sehr Bewegungsfähigkeit den Selbstwert stärkt, und hilft, Belastungen zu überwinden. Gleichzeitig zeigt er auf, wie es gelingen kann, die eigene Begeisterung zur Bewegung auf das Umfeld zu übertragen.

Die Tagung verspricht einen spannenden Mix aus Vorträgen und Workshops rund um das Thema Motivation an den Schnittstellen Sportwissenschaft, Soziologie, Psychologie und Pädagogik.

Zielgruppen

- Lehrerinnen und Lehrer aller Schultypen
- Haltungs- und Bewegungsberaterinnen und -berater
- Schulärztinnen und -ärzte
- Beraterinnen und Berater für schulische Gesundheitsförderung

12. März 2015

Unfallkrankenhaus Linz
Stufensaal, 1. Stock
Garnisonstraße 7
4010 Linz

Anreise

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:
ab Hauptbahnhof Linz mit den Buslinien 45, 46, 70 oder 71 bis zur Haltestelle Garnisonstraße, danach rechts noch ca. 100 Meter zu Fuß.

Mit dem PKW:
Kostenlose Parkplätze stehen in der Tiefgarage des Unfallkrankenhauses Linz zur Verfügung.

Programmablauf

- 08:30 Registrierung/Vernetzung/Empfang
09:00 **Begrüßung**
09:15 **Talkrunde**
Vertreterinnen und Vertreter der AUVA, Oö. Landesregierung OÖGKK, Oö. Landesschulrat, PHÖÖ
- 09:30 **Motivation bewegt!**
Dr. Thomas Wörz
- 11:15 **Was bewegt unsere Jugend?**
Ergebnisse der Oö. Gesundheitsberichterstattung
Mag. Markus Peböck
- 11:45 **Arbeitsgruppen:**
Gelingensfaktoren und Stolpersteine bewegter Projekte
- 12:15 **Mittagsbuffet**
Zeit für Vernetzung
- 14:00 **Parallelworkshops:**
für Anmeldung bitte einen Workshop auswählen
- **Motivational Interviewing**
Klaus Rauscher
 - **Motivation im Netzwerk**
Mag. Margit Auinger
 - **Selbstmanagement**
„Cool bleiben und kompetent agieren, wenn's stressig wird“
Dr. Thomas Wörz
 - **Systemische Aspekte der Motivation**
Dr. Patrick Bernatzky
 - **Zusammenarbeit Schule und Sportverbände**
Mag. Florian Hirschmann
- 16:00 **Abschlussworte im Plenum**