

#GSUND INFORMATION

ALLGEMEINES

Die **digitale Schnitzeljagd #Gsund** beinhaltet Stationen, die über das Smartphone angeleitet werden und die Bewegung von Kindern und Jugendlichen fordert. Als Beweis oder Zusatz müssen die Kinder und Jugendlichen zum Beispiel Audios aufnehmen oder Fragen zu den Themen Sport und dem Roten Kreuz beantworten.

Rahmenbedingungen

Wie?

#Gsund wird mit der App **Actionbound** durchgeführt und leitet die Jugendlichen via Smartphone durch die Stationen. Der Actionbound #Gsund wird via QR Code (siehe gsund QR Code) in der Actionbound App gestartet. Dazu muss sich eine Person pro Gruppe die App herunterladen (kostenfrei).

Wer?

In Teams von **mindestens 4 Kindern oder Jugendlichen** und einem Smartphone wird der Parcours durchgespielt. Wir empfehlen den Parcours für Kinder ab 10 Jahren.

Wo?

Am besten wird #Gsund in einem Turnsaal oder einem Sportplatz durchgeführt.

Wie lange?

Abhängig vom Alter der Kinder oder Jugendlichen dauert #Gsund ca 40 Minuten. Davor empfehlen wir, ein gemeinsames Aufwärmspiel zu machen.

Welches Material benötige ich?

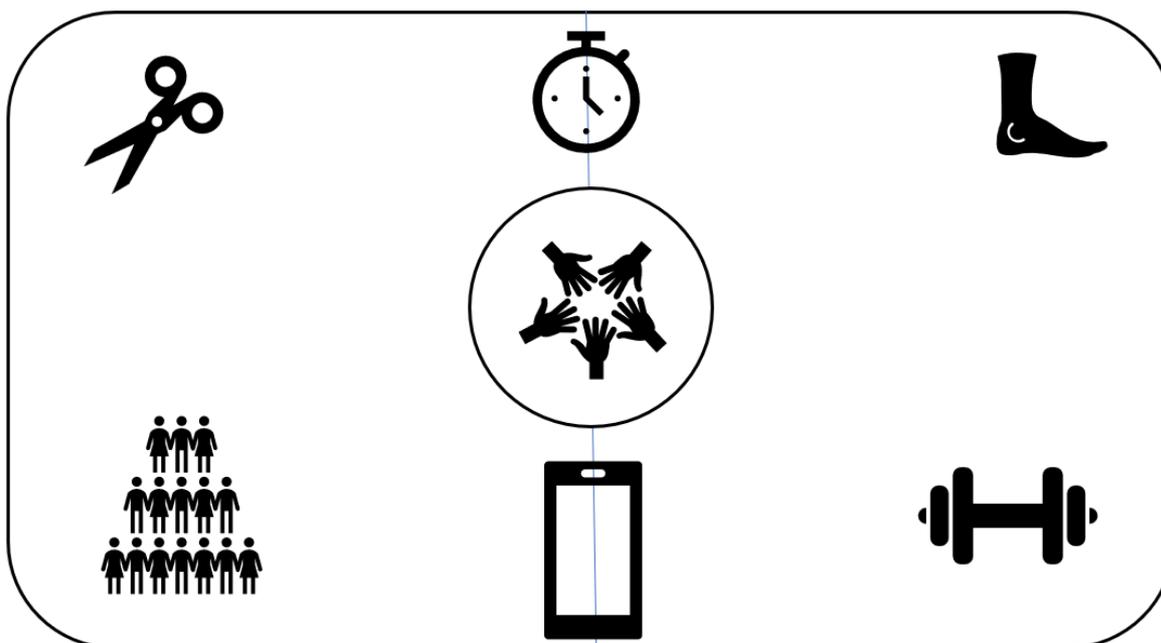
Wichtig ist, dass die Kinder oder Jugendlichen den Actionbound via QR herunterladen können, dazu benötigen sie Internet. Während des Parcours selbst, brauchen sie es nicht unbedingt. Die Stationen sind so erstellt, dass keine Materialien benötigt werden. Wir empfehlen zur Hilfestellung der Jugendlichen eine Beschriftung der Stationen zu machen (Vorschlag siehe Plan)



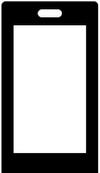
ÖSTERREICHISCHES JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

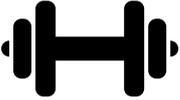
Stationenplan im Turnsaal/ am Sportplatz



Kurze Stationenbeschreibung inkl. Material

	<p>Gemeinsamer Start: Eine Person pro Team lädt die Actionbound App und öffnet via QR Code #Gsund. Danach kann sich das Team aussuchen, welche Station es macht. Die Reihenfolge ist egal. Am Abschluss gibt es eine gemeinsame Station für alle Teams.</p>
	<p>Schere Stein Papier Die Jugendlichen treten gegeneinander bei Schere Stein Papier an. Wer verliert muss eine Runde laufen.</p>
	<p>Akrobatik Material: 2 Matten platzieren Die Jugendlichen machen eine menschliche Pyramide und halten sie durch ein Foto fest. <i>Empfehlung:</i> Lehrkraft oder Betreuungsperson zum Sichern</p>
	<p>2 Füße Parcours Material: 20 Meter sichtbar mit Hütchen/Stangen markieren Das Team muss gemeinsam auf insgesamt 2 Füßen 20m zurücklegen. Wie? Das bleibt ihrer Kreativität überlassen.</p>

INTERNE INFORMATION

	<p>Menschenkraft Die Jugendlichen machen ein paar Kraftübungen und überlegen, was Menschlichkeit, der wichtigste Grundsatz der Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung, für sie bedeutet.</p>
	<p>Planking In Turnierform treten die Jugendliche gegeneinander im Planking an.</p> <p><i>Empfehlung:</i> Zeigen Sie einen Plank vor.</p>
	<p>Ende: Gemeinsame Station Nachdem die Teams alle Stationen absolviert haben, kommen sie in der Mitte zusammen und werden zu einer gemeinsamen Abschlussübung angeleitet.</p>

RÜCKFRAGEHINWEIS:

E: humanity@roteskreuz.at

W: www.humanity.at