

Schritt-für-Schritt-Anleitung:

Von der Registrierung der Schule, über das Anlegen der Klassen bis hin zur Nutzung

1. Öffnen Sie Ihren Internet-Browser und besuchen Sie: www.gesunderlehrling.at
2. Auf der Startseite finden Sie rechts oben die Schaltfläche „Registrieren“.
Klicken Sie darauf.



3. Es öffnet sich folgende Maske:

- Geben Sie hier Ihre Daten ein und wählen Sie Ihre Berufsschule, welche bereits im Drop-Down-Menü hinterlegt ist.

4. Nachdem Sie das Formular abgeschickt haben, erhalten Sie eine E-Mail mit einem Bestätigungslink.

Klicken Sie auf diesen Link, um Ihre Registrierung abzuschließen.

Vorname * Nachname *

E-Mail *

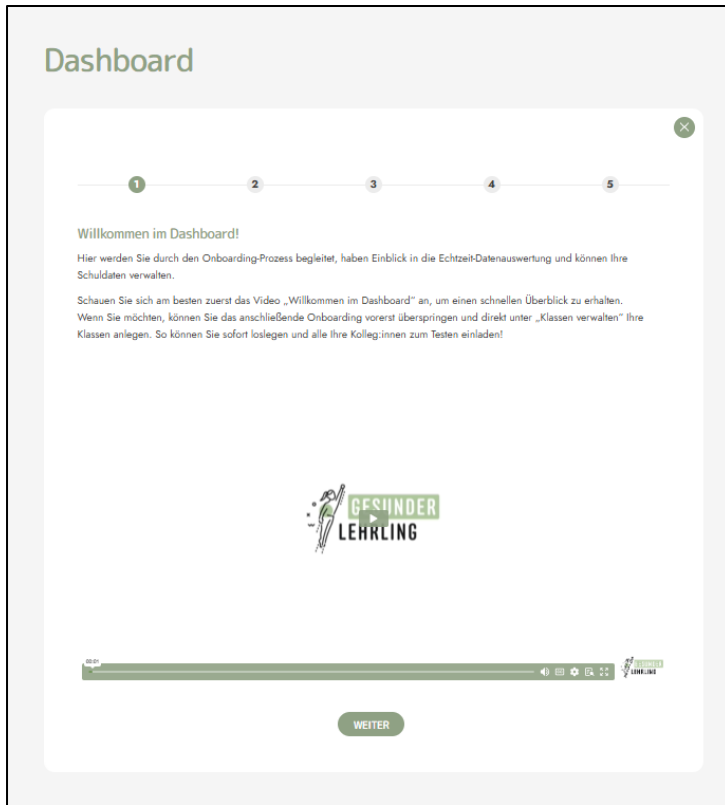
Schule *

Position

[JETZT REGISTRIEREN](#)

[Bereits registriert? Dann log dich hier ein.](#)

5. Danach landen Sie im Dashboard Ihrer Schule:

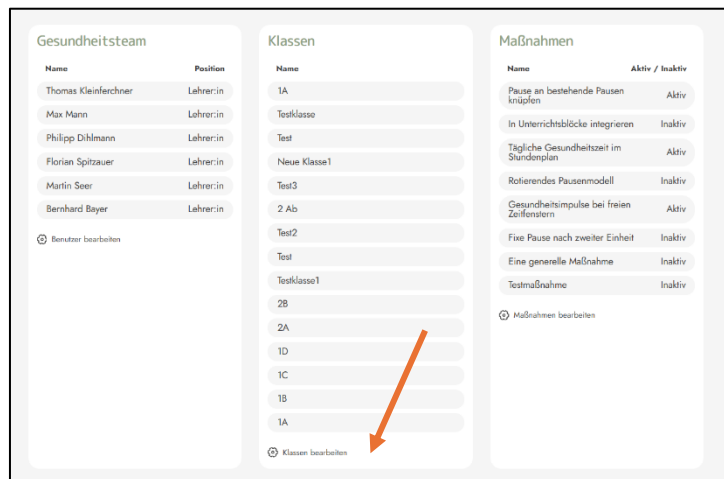


Sie können sich hier mithilfe des Videos „Willkommen im Dashboard“ einen schnellen Überblick verschaffen und werden in 5 Schritten durch den Onboarding-Prozess begleitet.

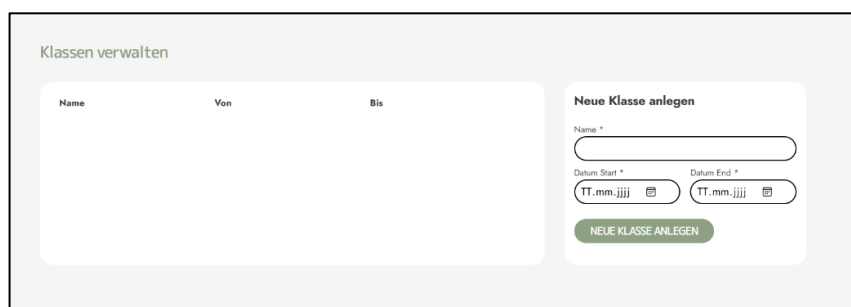
Außerdem ist hier eine Übersicht zu Ihrer aktuellen Statistik ersichtlich:



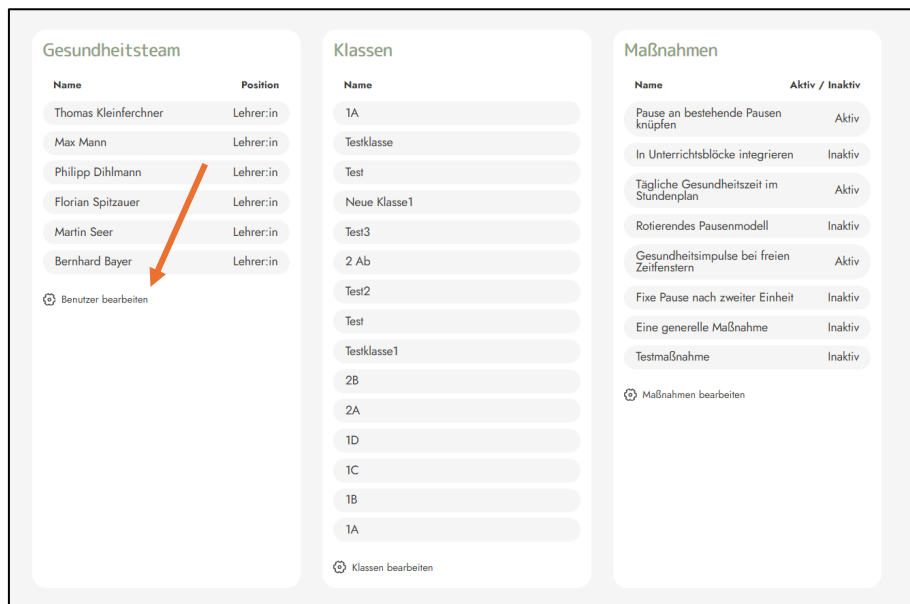
6. Im Dashboard sollen nun die Klassen angelegt werden, in denen die Video-Plattform Einsatz finden soll:



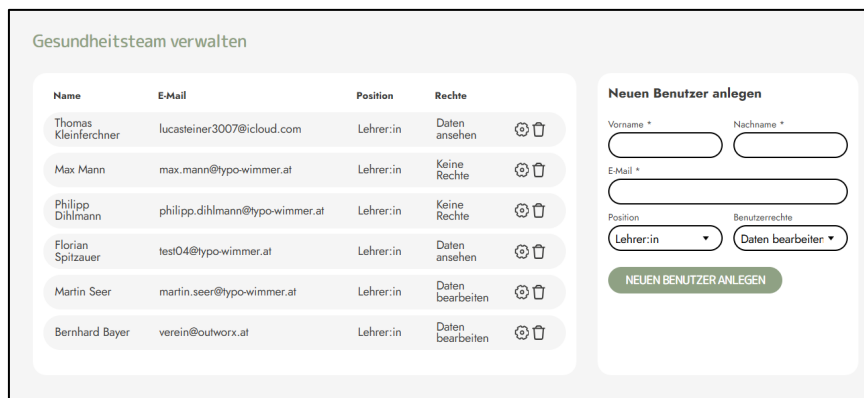
- Klicken Sie auf „Klassen bearbeiten“, um auf folgende Maske zu kommen:



- Als Start- und End-Datum werden die Lehrgangszeiträume definiert.
7. Auch das Gesundheitsteam sollte im Dashboard angelegt werden:
- Klicken Sie zum Anlegen neuer User auf „Benutzer bearbeiten“:

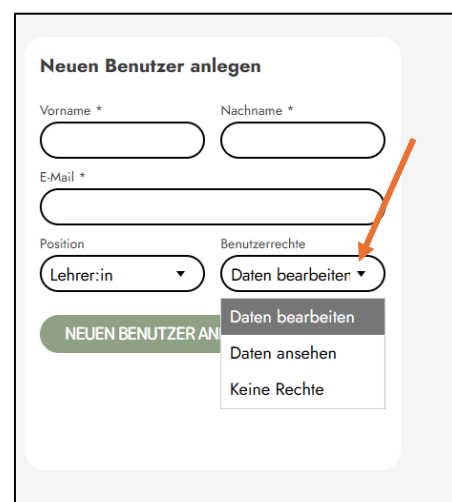


- Sie gelangen auf folgende Maske:



- Im Drop-Down-Menü von „Benutzerrechte“ gibt es drei Möglichkeiten zur Auswahl:

- Vergeben Sie jenen Lehrkräften, die zukünftig Einstellungen im Dashboard verändern können sollten, das Recht „Daten bearbeiten“. Sie können dann beispielsweise Klassen anlegen, Schuldaten verändern, Maßnahmen auswählen, ...
- Lehrkräfte, die „Daten ansehen“ können, haben Zugriff und Einblicke ins Dashboard.
- Lehrkräfte, für die sie „Keine Rechte“ gewählt haben, sind Mitglieder des Gesundheitsteams, haben aber keine Einsicht ins Dashboard.



Info: Am Ende jedes Lehrganges bekommen alle Lehrkräfte, die im Dashboard als User angelegt sind und somit Teil des Gesundheitsteams sind, eine E-Mail mit den Teilnahmezertifikaten für die jeweiligen Klassen.

- Weiters gilt es im Dashboard, Maßnahmen zur Umsetzung zu definieren: Ziel ist es, Maßnahmen festzulegen, die Gesundheitsförderung dauerhaft im Unterrichtsalltag verankern – unabhängig von der individuellen Motivation einzelner Lehrkräfte. Sie können dabei sowohl aus den vorgegebenen Maßnahmen wählen als auch selbst passende Maßnahmen für das individuelle Setting Ihrer Schule beschreiben. Idealerweise definieren sie Maßnahmen, die sie derzeit probieren und adaptieren diese, sofern sie nicht gut greifen oder eine andere Maßnahme zur Verankerung wählen.

Maßnahmen verwalten

Name	Beschreibung	
Pause an bestehende Pausen knüpfen	Aktivierung direkt vor oder nach der großen Pause oder Mittagspause für nahtlose Integration.	<input type="checkbox"/>
In Unterrichtsblöcke integrieren	10-Minuten-Pause in langen Unterrichtsblöcken zur Förderung der Konzentration.	<input type="checkbox"/>
Tägliche Gesundheitszeit im Stundenplan	Täglich fest verankerte Pause zur gleichen Zeit für alle Klassen zur Gesundheitsförderung.	<input type="checkbox"/>
Rotierendes Pausenmodell	Rotierende Aktivierungspause zu verschiedenen Zeiten, fair verteilt auf alle Lehrkräfte.	<input type="checkbox"/>
Gesundheitsimpulse bei freien Zeitfenstern	Nach der Prüfungszeit oder in Supplierstunden.	<input type="checkbox"/>
Fixe Pause nach zweiter Einheit	Täglich feste 10-Minuten-Pause nach der zweiten Stunde für alle Klassen zur Konzentrationsförderung.	<input type="checkbox"/>
Eine generelle Maßnahme	Das ist eine generelle Maßnahme	<input type="checkbox"/>
Testmaßnahme	Ich bin eine Test-Maßnahme	<input type="checkbox"/>

Neue Maßnahme anlegen

Maßnahme *


Beschreibung (max. 100 Zeichen) *

NEUE MASSNAHME ANLEGEN

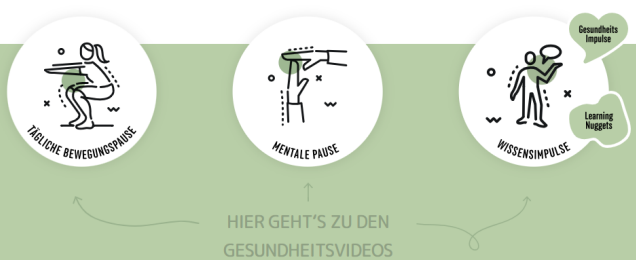
- Wenn Sie nun die User registriert, die Klassen angelegt und die Maßnahmen definiert haben, kann es losgehen:

10. Auf der Startseite www.gesunderlehrling.at finden Sie folgende drei Symbole:

- Tägliche Bewegungspause
- Mentale Pause
- Wissensimpulse (Learning Nuggets und Gesundheitsimpulse)

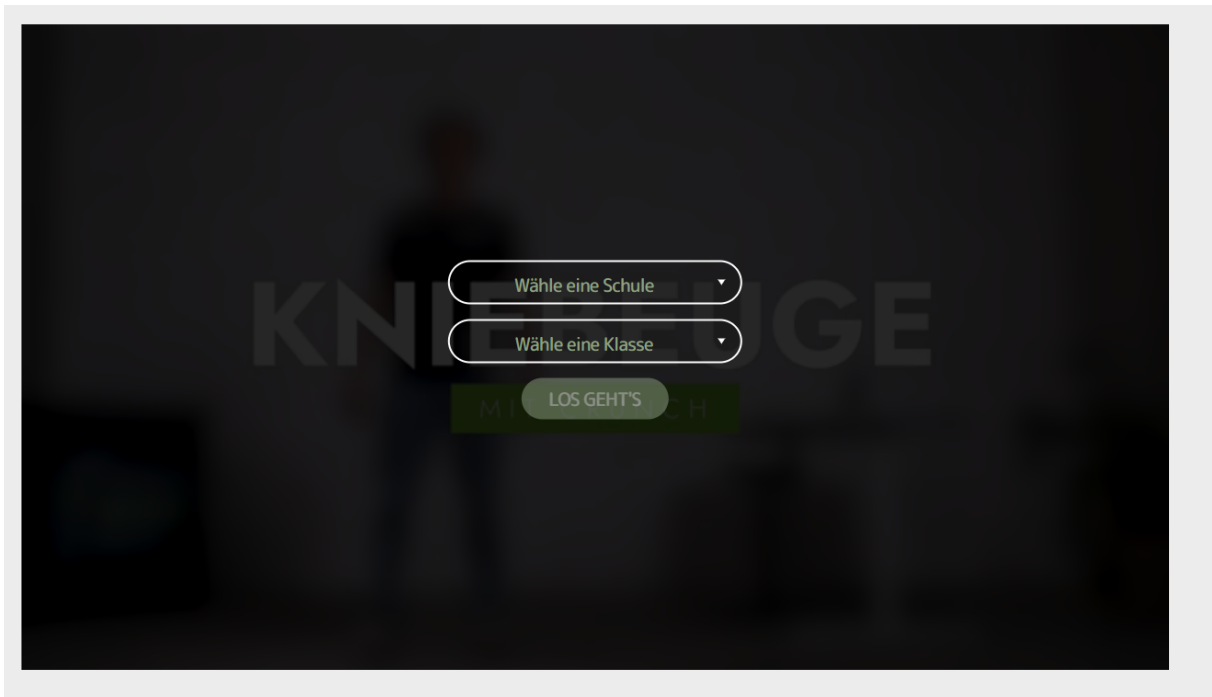


Landesberufsschule Dachsberg



HIER GEHT'S ZU DEN
GESUNDHEITSVIDEOS

- Klicken Sie das Symbol mit dem gewünschten Inhalt an und warten Sie ein paar Sekunden, bis folgendes Fenster sich öffnet:



- Wählen Sie hier nun Ihre Schule, sowie die Klasse aus, in der Sie die Bewegungspause, mentale Pause oder den Wissensimpuls einsetzen.

Info: Die Smiley-Punkte für das Scoreboard werden erst nach mindestens 9 der 10 Minuten Bewegungspause gewertet. Brechen Sie das Video also nicht frühzeitig ab.

Viel Freude und Motivation mit den Inhalten 😊

Mit aufkommenden Fragen können Sie sich jederzeit an verein@outworx.at wenden.