

**Zeitschrift:** Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

**Herausgeber:** Lehrpersonen Graubünden

**Band:** 81 (2019)

**Heft:** 2: Quer denken - kreativ handeln

**Rubrik:** Amtliches

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 21.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Schulpsychologischer Dienst Graubünden

# Trainingsgruppe Exekutive Funktionen: Förderspiele und Alltagsstrategien

Viele Kinder haben Mühe damit, Handlungsimpulsen zu widerstehen, Störreize auszublenden, sich aufgabenrelevante Informationen zu merken, das eigene Verhalten neuen Situationen anzupassen oder den Aufmerksamkeitsfokus zu wechseln. Häufig liegen diesen Schwierigkeiten Defizite in den exekutiven Funktionen zugrunde. Zu diesen zählen die Inhibitionsfähigkeit (Fähigkeit, Handlungsimpulsen zu widerstehen und Störreize auszublenden), das Arbeitsgedächtnis (Fähigkeit, aufgabenrelevante Informationen aufrechtzuerhalten) und die kognitive Flexibilität (Fähigkeit, sein Verhalten an sich verändernde Bedingungen anzupassen oder zwischen Aufgaben hin und her zu wechseln).

Gut ausgebildete exekutive Funktionen ermöglichen dagegen langfristiges Denken und lösungsorientiertes Planen, zielgerichtetes und situationsangepasstes Handeln sowie selbstständiges Arbeiten. Damit spielen sie auch im Schulalltag eine wichtige Rolle. Es konnte in mehreren Studien nachgewiesen werden, dass die exekutiven Funktionen durch ein gezieltes Training verbessert werden können.

Der Schulpsychologische Dienst Graubünden bietet im Jahr 2019 nun zum zweiten Mal ein Gruppenprogramm zur Förderung der exekutiven Funktionen an. Teilnehmen können maximal sechs Kinder von der 3. bis zur 5. Klasse, die insbeson-

dere im Bereich der exekutiven Funktionen Schwierigkeiten haben. Die Trainingsgruppe trifft sich zwischen den Sommer- und Herbstferien an sechs Mittwochnachmittagen. Der Durchführungsort wird je nach Nachfrage in Chur oder Landquart sein.

Gerne können Lehrpersonen Eltern auf das Trainingsprogramm aufmerksam machen. Bei Interesse können Eltern ihr Kind telefonisch beim Sekretariat des Schulpsychologischen Dienstes Graubünden bis zum 31. Mai 2019 anmelden oder weitere Informationen einholen (081 257 27 42). Eine definitive Zusage kann erst nach Rücksprache mit den Eltern in Bezug auf die Eignung des Kindes erfolgen.



## Wasser-Sicherheits-Check

Vom Rand ins tiefe Wasser purzeln, sich 1 Minute an Ort über Wasser halten, 50 m schwimmen und aussteigen – das ist der Wasser-Sicherheits-Check (WSC). Mit dem WSC wird getestet, ob sich Schülerinnen und Schüler nach einem Sturz ins Wasser selber an den Rand oder ans Ufer retten können. Schülerinnen und Schüler, die den WSC erfolgreich absolviert haben, bekommen

von der Lehrperson einen Ausweis. Dieser attestierte, dass die Schülerin/der Schüler den WSC bestanden hat und genügend wasserkompetent ist, um ins – beaufsichtigte – tiefe Wasser zu dürfen. Im Kanton Graubünden sollen alle Kinder die Gelegenheit erhalten, Schwimmen zu lernen. Der WSC ist im Lehrplan 21 im Zyklus 1 bzw. Zyklus 2 abgedeckt. Ziel der Volksschule ist, dass die Schülerinnen und

Schüler spätestens Ende der 4. Klasse die Kompetenzen des WSC beherrschen.

## graubünden SPORT

Lehrpersonen können die WSC-Ausweise bei graubündenSPORT bestellen:  
sport@avs.gr.ch.

## Schulkongress «Bewegung & Sport» 2019

Zahlreiche Workshops, spannende Referate, neue wissenschaftliche Erkenntnisse und die Verlängerung der J+S-Anerkennungen Kinder- und Jugendsport – 4 Fliegen auf einen Schlag! Das erwartet Sie mit dem graubündenSPORT-Paket am Schulkongress «Bewegung & Sport» 2019 in Magglingen.

### graubündenSPORT-Paket

Samstag, 26. Oktober 2019:

- Carfahrt nach Magglingen ab Chur/Landquart (ca. 6.00 Uhr)
- Teilnahme am Schulkongress
  - Referat, Runde 1 – 3

Sonntag, 27. Oktober 2019:

- Teilnahme am Schulkongress
  - Referat, Runde 4 – 5
- Carfahrt nach Landquart/Chur
  - 15.00 Uhr: nach Besuch Workshop Runde 5

Vom graubündenSPORT-Paket profitieren können alle Lehrpersonen mit oder ohne J+S-Anerkennung.

Erleben Sie eine Carfahrt, gespickt mit J+S-Inhalten und verlängern Sie Ihre **J+S-Kinder- und Jugendsportanerkennungen** um weitere zwei Jahre. Zusätzlich erhalten Sie Erwerbsausfallentschädigung (sofern Sie eine J+S-Anerkennung haben).

Achtung: Die Workshops des Schulkongresses sind sehr schnell ausgebucht! Nutzen Sie das vielfältige Angebot, stellen

Sie Ihr individuelles Programm zusammen und melden Sie sich ab dem 1. Mai 2019 auf **schulkongress.ch** an. Mit dem Weiterleiten Ihrer Anmeldebestätigung und Ihrer J+S-Nummer bis spätestens Ende Juni 2019 an lieni.widmer@avs.gr.ch sind Sie automatisch für das graubündenSPORT-Paket angemeldet.

Die Kosten für den Schulkongress gehen zulasten der Lehrperson. Als Bündner Lehrperson profitieren Sie von einem Rabatt im Wert von Fr. 40.-. Die Carfahrt inkl. J+S-Inhalte sind eine Dienstleistung von graubündenSPORT.



### Schulmusik-Kurse in Arosa:

## Auftanken und neue Ideen sammeln

Arosa Kultur führt im Sommer 2019 zum 33. Mal seine «Musik-Kurswochen Arosa» durch. Nebst zahlreichen Interpretationskursen für verschiedenste Instrumente sowie Blasmusik- und Chorwochen finden auch einige didaktische Kurse für Kindergärtnerinnen und Lehrpersonen statt, so zum Beispiel der Kurs «Material wird Klang

– ein Instrumentenbau- und Spielkurs» unter der Leitung von Boris Lanz. Hier erhalten die Lehrpersonen neue Impulse für ihren Sing- und Musikunterricht. Gitarre als Begleitinstrument ist ein weiterer Kurs, der bei Lehrpersonen jedes Jahr gut ankommt. Diverse Anfängerkurse (u.a. Alphorn, afrikanische Trommeln, Mundharmonika,

Ukulele, Harfe, Jodeln etc.) runden das Angebot ab.

Der Kursprogramm kann bei Arosa Kultur, 7050 Arosa T 081 353 87 47 oder info@arosakultur.ch bezogen werden. Weitere Informationen:  
[www.musikkurswochen.ch](http://www.musikkurswochen.ch)

**LEHRMITTEL GRAUBÜNDEN**  
**MATERIALE DIDATTICO DEI GRIGIONI**  
**MEDS D'INSTRUZIUN DAL GRISCHUN**

## Aus dem Sortiment von Lehrmittel Graubünden

Besuchen Sie unseren Webshop unter: [www.lmv.gr.ch](http://www.lmv.gr.ch)

### RUMANTSCH

- MEDIOMATIX – Grammatica da scola en format digital

Meds d'instrucziun dal Grischun

2. e 3. ciclus	CHF	2./3. Zyklus	CHF
nr.-art. 02.0312 1 licenzia singula (sursilvan)	9.00	Art.-Nr. 90.0362 Schülerheft	7.50
nr.-art. 02.0313 5 licenzias singulas (sursilvan)	40.00	Art.-Nr. 90.0363 Lehrpersonen-Lizenz und Heft	14.00
nr.-art. 03.0302 1 licenza singulara (sutsilvan)	9.00		
nr.-art. 03.0303 5 licenzias singularas (sutsilvan)	40.00		
nr.-art. 05.0339 1 licenza singula (puter)	9.00		
nr.-art. 05.0341 5 licenzias singulas (puter)	40.00		
nr.-art. 06.0301 1 licenza singula (vallader)	9.00		
nr.-art. 06.0302 5 licenzias singulas (vallader)	40.00		

### NMG – WIRTSCHAFT, ARBEIT, HAUSHALT

- Das WAH-Buch

Schulverlag plus AG

3. Zyklus	CHF	Lehrmittelverlag Zürich
Art.-Nr. 01.2624 Themenbuch	34.00	1. – 3. Klasse Sekundarstufe I
Art.-Nr. 01.2625 Doku (inkl. Nutzungslizenz)	19.00	Art.-Nr. 90.0329 Themenbuch A2
Art.-Nr. 01.2626 filRouge (inkl. Nutzungslizenz) (Erscheinen im Mai/Juni 2019.)	179.00	Art.-Nr. 90.0330 Arbeitsheft A2 Art.-Nr. 90.0332 Webplattform für SchülerIn (36 Mt.) Art.-Nr. 90.0333 Webplattform für Lehrperson (12 Mt.)

### NMG – ETHIK, RELIGIONEN, GEMEINSCHAFT

- Dossier «4 bis 8»: ICH MIT DIR UND IHR MIT UNS

Schulverlag plus AG

1. Zyklus	CHF	
Art.-Nr. 41.2009 Handbuch	27.00	

### NMG – NATUR UND TECHNIK

- zikzak 1/2019 – Bionik – von der Natur abgeschaut

Lehrmittelverlag St. Gallen

nr.-art. 02.0312 1 licenzia singula (sursilvan)	9.00	Art.-Nr. 90.0362 Schülerheft	7.50
nr.-art. 02.0313 5 licenzias singulas (sursilvan)	40.00	Art.-Nr. 90.0363 Lehrpersonen-Lizenz und Heft	14.00
nr.-art. 03.0302 1 licenza singulara (sutsilvan)	9.00		
nr.-art. 03.0303 5 licenzias singularas (sutsilvan)	40.00		
nr.-art. 05.0339 1 licenza singula (puter)	9.00		
nr.-art. 05.0341 5 licenzias singulas (puter)	40.00		
nr.-art. 06.0301 1 licenza singula (vallader)	9.00	Edition Rüegger	
nr.-art. 06.0302 5 licenzias singulas (vallader)	40.00	1. – 3. Zyklus	CHF
		Art.-Nr. 01.6010 Handbuch für Lehrerinnen und Lehrer	34.00

### DEUTSCH FÜR FREMDSPRACHIGE

- startklar A2

Lehrmittelverlag Zürich

Art.-Nr. 01.2624 Themenbuch	34.00	1. – 3. Klasse Sekundarstufe I	CHF
Art.-Nr. 01.2625 Doku (inkl. Nutzungslizenz)	19.00	Art.-Nr. 90.0329 Themenbuch A2	32.80
Art.-Nr. 01.2626 filRouge (inkl. Nutzungslizenz) (Erscheinen im Mai/Juni 2019.)	179.00	Art.-Nr. 90.0330 Arbeitsheft A2 Art.-Nr. 90.0332 Webplattform für SchülerIn (36 Mt.) Art.-Nr. 90.0333 Webplattform für Lehrperson (12 Mt.)	18.80 10.80 17.80
		(Erscheinen im Mai 2019.)	

[www.lmv.gr.ch](http://www.lmv.gr.ch)



**MUSISCH-PÄDAGOGISCHES SEMINAR  
METZENTHIN**

**MUSISCH - PÄDAGOGISCHE WEITERBILDUNG**  
seit 1978

für LehrerInnen, KindergärtnerInnen, SpielgruppenleiterInnen, Gymnastik-, Tanz- und SportlehrerInnen, MusiklehrerInnen, SozialpädagogInnen

**Theater und Theaterpädagogik, Improvisation  
Rhythmik, Bewegung, Tanz, Musik und Gesang, Abschluss Zertifikat**

Daten: 30. August 2019 bis 3. Juli 2020  
freitags 18.00 bis 21.00 Uhr + ca. zweimal pro Monat am Samstag oder Sonntag (5 Std.)  
Tel: 044 252 45 15 / Mail: info@metzenthin.ch / Freiestr. 58, 8032 Zürich  
[www.metzenthin.ch/de/seminar](http://www.metzenthin.ch/de/seminar)