

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 10 (2008)

Heft: 6

Rubrik: Schaufenster // News

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: 03.02.2026

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



Illustration: sukbamboo.com

Der Berg ruft

► «Alle Kinder sollten im Winter die Möglichkeit bekommen, an schulfreien Nachmittagen schneedeckte Hänge hinunterzufahren.» Das ist die Vision des ehemaligen Skiweltcupmeisters, Olympiasieger und TV-Moderators, Bernhard Russi. Die Schweizer Alpen zählen zu den eindrücklichsten Berglandschaften weltweit. Und doch ist die Zahl der Kinder, die noch nie auf Ski oder Snowboard gestanden ist, in den letzten Jahren gestiegen. Viele, vor allem aus städtischen Regionen, kennen das sagenhafte Gefühl, schneedeckte Pisten mit Ski, Snowboard oder Schlitten hinunterzufahren, nicht. Dafür gibt es viele Gründe, und oft fehlt schlicht die Möglichkeit, in die Berge zu fahren. «snow for free» fährt deshalb an vier Mittwochnachmittagen am 14./21./28. Januar und am 4. Februar 2009 Kinder im Alter von 10 bis 13 Jahren in sechs Wintersportgebiete der Schweiz. Die passende Schneesportausrüstung wird bei Bedarf von Intersport-Fachgeschäften ebenfalls gratis zur Verfügung gestellt. Die Kinder sind während der ganzen Zeit bis zur Rückkehr an den Abfahrtsort von erfahrenen Coaches begleitet und betreut. Informationen und Anmeldung auf der Website erhältlich.

➤ www.snowforfree.ch

Sicherheit für kleine Skiasse

► Von Skilehrern entwickelt, eignet sich der Sicherheitsgurt «easy-turn» bestens, um Kindern zwischen zwei und acht Jahren das Skifahren auf sichere Art und Weise näher zu bringen. Besonders leicht zu handhaben, ermöglicht der Sicherheitsgurt eine leichte Führung des jungen Skilerlings, was dem Führer erlaubt, das Kind in die genaue Richtung zu steuern: Es eignet sich aber auch für die Abfahrt, ist für den Skilehrer vorteilhaft für den Aufstieg, da er ziehen kann ohne sich zu ermüden und erleichtert dem Kind den Abgang vom Skilift. Der Sicherheitsgurt kann aber auch für andere Aktivitäten eingesetzt werden: egal, ob fürs Eis- und Rollschuhlaufen oder ganz einfach, um Wanderausflüge in den Bergen etwas sicherer zu gestalten.

➤ www.easy-turn.com

Neue CD für bewegte Kinder



► Musik und Bewegung gehören zu den elementaren kindlichen Betätigungs- und Ausdruckformen. Sport- und Bewegungslektionen für Kinder lassen sich mit Musik bestens gestalten. Ein Grund mehr, um die BASPO-CD-Reihe «Musik und Bewegung» (Autor Fred Greder) um ein neues Produkt zu ergänzen: Auf der Doppel-CD «Musik und Bewegung Nr. 7, Bewegungsspiele für Kids» befinden sich Musikstücke für Spiele mit Kindern im Alter von 5 bis 8 sowie von 7 bis 10 Jahren. Als Ergänzung dazu dient die Praxisbeilage (mobile 6/08), die im Einklang mit den Musikstücken der CD Ideen für die Gestaltung des Unterrichts liefert. Erhältlich ist die CD ab Weihnachten 2008 unter:

➤ www.basposhop.ch

Tagebuch Modellklasse

Der Ganzheitlichkeit auf der Spur

► Der Tag beginnt für die Schüler/-innen der Modellklasse bereits um 07.40 Uhr in der Seilbahn, die Biel mit Magglingen verbindet. Ein «privilegierter» Augenblick für die BASPO- Mitarbeiter, die auch zu dieser Zeit mit der Seilbahn (Funic) hochfahren: staunende Kinderäugen, eine Ladung Fröhlichkeit, enthusiastische Lebhaftigkeit.

Durch ein Stücklein Wald spaziert, die Garderobe hinter sich gebracht, folgt im Schulzimmer ein musikalisches Sicheinstimmen in den Tag: Auf ihrem eigenen Flötchen pfeifen die Kinder ein Aufwach-Gezwitscher. Frau Beck fängt die Rhythmen und kleinen Melodien auf und führt sie über in eine musikalisch-pädagogische Sequenz. Das Thema sind die Märchen. Es folgt der Übergang vom Fein- zum Grobmotorischen. Mit dem Körper wird Bewegendes ausgedrückt, das sich im Märchen ereignet. Dies geschieht in Form von Tänzen, Spielen und Versen.

Der Hauptteil des Morgens findet in zwei Bewegungsgruppen statt: In täglichem Wechsel tummelt sich die eine draussen in der Natur, während die andere drinnen mit vielerlei artistischen Utensilien spielt und übt. Die Kinder haben die Gelegenheit – in diesem Trimester zum Thema Zirkus – zu experimentieren und ihrer Fantasie freien Lauf zu lassen. Es entstehenträumerische Szenen und Situationen, wo Mut gefordert ist. Nach dem ausgewogenen Znüni für alle kleinen Feinschmecker/-innen gibts ein Stück Puppentheater zu sehen. Die täglich aktuellsten Themen werden aus der Sicht von Käfer Chrabbi, Frisson, dem Eichhorn und der Biene Heilsum dramatisiert. Danach ist es Zeit, den Weg in die Sporthalle unter die Füsse zu nehmen, sich ins Sportdress zu stürzen und unter fachkundiger Anleitung die Sporthalle zu erobern oder ins Schwimmbecken einzutauchen. Auf dem Heimweg im Bus und im Funic finden die Kleinen die Musse, ihre intensiven Erfahrungen auszutauschen. Genüsslich werden dazu die täglich ersehnten, mit einem Ritual servierten Haselnüsse geknabbert. Das Leben in der Modellklasse ist nicht in Gefahr, in Routine einzufrieren.

Längerer Atem

► Nur wer einen längeren Atem hat, gewinnt. Ob Fussballer, Läufer, Schwimmer, Taucher oder Radrennfahrer: sie alle können eine verbesserte Lungenfunktion erzielen. Und diese kann durch Training mit dem Power-breathe-Atemtrainer verbessert werden. Die Funktionsweise des kleinen Geräts mit der grossen Wirkung beruht dabei auf dem Prinzip des Widerstands. Beim Einatmen regt der Widerstand die Atemmuskeln an, härter zu arbeiten, und je mehr sich der Sportler anstrengen muss, umso stärker und ausdauernder wird er. Studien zeigen, dass Powerbreathe die Leistung zum Beispiel bei Radrennfahrern um bis zu 4,5% steigern kann.

► www.powerbreathe.com



frieren. Im Wald, immer freitags, bei Ausflügen zum Twann-(Wild) Bach und zu einem Bauernhof in der Umgebung wird der Naturkreislauf hautnah miterlebt. Die Palette an Kompetenzen, die die Kinder in der Modellschule entwickeln, setzt zwar andere Schwerpunkte als die traditionellen, ohne aber die Ziele des Bernischen Lehrplanes aus den Augen zu verlieren. Das Pilotprojekt orientiert sich fortlaufend an den individuellen Bedürfnissen der Kinder, will sie sensibilisieren für ihre Umgebung, für die Bewegung, für den Respekt vor sich und den andern. *Virgil Brügger*

► *Virgil Brügger ist gemeinsam mit der Klassenlehrerin Susanne Beck und der Sportlehrerin Patricia Steinmann verantwortlich für die 22 Kinder zwischen 4 und 7 Jahren der Modellklasse der EHSM am BASPO in Magglingen.*

► www.baspo.ch/modellklasse

Vernetzt gegen Übergewicht

► Ende Oktober 2008 hat am BASPO in Magglingen die erste nationale Tagung der Netzwerke Ernährung, Bewegung und Körperfgegewicht stattgefunden. 150 Spezialisten erörterten das Gesellschaftsproblem «Übergewicht». Vertreter der Institutionen Nutrinet, hepa.ch und Forum Obesity Schweiz präsentierten ihre Fachbereiche. Mit dieser ersten nationalen Tagung führten die Netzwerke Nutrinet, hepa.ch und Forum Obesity Schweiz Experten aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Körperfgegewicht sowie aus dem Bildungswesen zusammen. Die Tagung förderte die Vernetzung auf fachlicher und institutioneller Ebene.

► www.hepa.ch