

# Schaufenster // News

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **10 (2008)**

Heft 6

PDF erstellt am: **21.06.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Illustration: sukibambo.com

## Der Berg ruft

► «Alle Kinder sollten im Winter die Möglichkeit bekommen, an schulfreien Nachmittagen schneebedeckte Hänge hinunterzufahren.» Das ist die Vision des ehemaligen Skiweltcupmeisters, Olympiasieger und TV-Moderators, Bernhard Russi. Die Schweizer Alpen zählen zu den eindrucklichsten 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, schneebedeckte 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 Coachs begleitet und betreut. Informationen und Anmeldung auf der Website erhältlich.

► [www.snowforfree.ch](http://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 Skilehrlings, 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](http://www.easy-turn.com)



## Neue CD für bewegte Kinder



► Musik und Bewegung gehören zu den elementaren kindlichen Betätigungs- und Ausdrucksformen. 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](http://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 Kinder- augen, eine Ladung Fröhlichkeit, enthusiastische Lebhaftigkeit.

Durch ein Stücklein Wald spaziert, die Garderobe hinter sich ge- bracht, 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 Fanta- sie freien Lauf zu lassen. Es entstehen träumerische Szenen und Si- tuationen, wo Mut gefordert ist. Nach dem ausgewogenen Znüni für alle kleinen Feinschmecker/innen gibts ein Stück Puppen- theater zu sehen. Die täglich aktuellsten Themen werden aus der Sicht von Käfer Chrabbi, Frisson, dem Eichhorn und der Biene He- lisum 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 Erfah- rungen auszutauschen. Genüsslich werden dazu die täglich er- sehnten, mit einem Ritual servierten Haselnüsse geknabbert. Das Leben in der Modellklasse ist nicht in Gefahr, in Routine einzu-

### 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 Wider- stands. 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 Lei- stung zum Beispiel bei Radrennfahrern um bis zu 4,5% steigern kann.

► [www.powerbreathe.com](http://www.powerbreathe.com)



frieren. Im Wald, immer freitags, bei Ausflügen zum Twann-(Wild) Bach und zu einem Bauernhof in der Umgebung wird der Natur- kreislauf hautnah miterlebt. Die Palette an Kompetenzen, die die Kinder in der Modellschule entwickeln, setzt zwar andere Schwer- punkte 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](http://www.baspo.ch/modellklasse)

### Vernetzt gegen Übergewicht

► Ende Oktober 2008 hat am BASPO in Magglingen die erste nationale Tagung der Netzwerke Ernährung, Bewegung und Körpergewicht statt- gefunden. 150 Spezialisten erörterten das Gesellschaftsproblem «Über- gewicht». 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 Körper- gewicht sowie aus dem Bildungswesen zusammen. Die Tagung förderte die Vernetzung auf fachlicher und institutioneller Ebene.

► [www.hepa.ch](http://www.hepa.ch)