



# schulbrugg

Informationen für Schulinteressierte  
Nr. 35, November 2023

## SPORT UND BEWEGUNG

# BEWEGTE SCHULE - VIEL MEHR ALS NUR SPORTUNTERRICHT

**Vor allem Kinder haben schon von klein auf einen natürlichen Bewegungsdrang. Auch im Schulalltag wird dem Bewegungsbedürfnis der Kinder und Jugendlichen Raum gegeben. Durch regelmässiges Bewegen fördert die Schule die Entwicklung und das Lernen der Schülerinnen und Schüler.**

*von Tanja Merkle und Aime Tuchschnid*



In der Pause spielen die einen Kinder gerne einmal Fussball...

Durch regelmässige sportliche Aktivitäten werden nicht nur die Muskeln gestärkt, sondern auch das Herz-Kreislauf-System trainiert. Dies führt zu einer besseren Ausdauer und gesteigertem Wohlbefinden. Darüber hinaus hat Sport auch positive Auswirkungen auf die geistige Leistungsfähigkeit der Kinder und Jugendlichen. Und es wird neben der motorischen auch die kognitive, emotionale und soziale Entwicklung gefördert. Studien zeigen eindrücklich, dass sich Bewegung positiv

auf Gedächtnis, Konzentration, Gehirndurchblutung und auch auf das Lernklima auswirkt. Neben den körperlichen und geistigen Aspekten spielt Sport auch eine wichtige Rolle für die soziale Entwicklung der Schülerinnen und Schüler. Durch gemeinsame sportliche Aktivitäten lernen sie Teamgeist, Fairness und den Umgang mit Sieg und Niederlage. Sport kann dazu beitragen, das Selbstbewusstsein und das Selbstwertgefühl der Kinder und Jugendlichen zu stärken. Zudem bietet er die Mög-

lichkeit, neue Freundschaften zu knüpfen und soziale Kontakte zu pflegen.

An unseren Schulen in Illnau Effretikon sind wir ständig in Bewegung: in den Pausen wird gehüpft, geklettert, Fussball gespielt. Auch im Unterricht wird nicht pausenlos still-gesessen, ein ständiger Wechsel zwischen Bewegung und Ruhe, Spannung und Entspannung, Aktion und Konzentration lässt die Kinder ihr volles Leistungspotenzial ausschöpfen. Im Laufe des Schuljahres finden verschiedene Sporttage statt, wie zum Beispiel der Wassersporttag im Kindergarten oder das jährlich stattfindende Fussballturnier der 5./6. Klässler im Eselriet. Im Sportzentrum Eselriet beginnen im Frühling zudem die Schwimmlektionen und in der Wintersaison wird unter fachlicher Anleitung Eislaufen trainiert. Jedes Jahr gehen Primar- und Oberstufenschülerinnen und -schüler ins Skilager. Wer sich noch weiter sportlich betätigen möchte, findet ein brei-

tes Angebot im freiwilligen Schulsport oder bei den zahlreichen Sportvereinen in unserer Gemeinde.

Aus dem abwechslungsreichen und vielfältigen Sport- und Bewegungsangebot an unseren Schulen zeigen wir Ihnen auf den folgenden Seiten eine Auswahl.

Und was denken Sie, ist wohl der Lieblingssport der Kinder aus der Mittelstufe? Blättern Sie um!



...andere gehen lieber schaukeln.

# BEWEGUNGSLANDSCHAFT

**Kinder brauchen Bewegung! Die Bewegungslandschaft besteht aus einer Vielzahl unterschiedlicher Turngeräte, die zu einem grossen Bewegungsparcours aufgebaut werden. Da kommen Kästen, Matten, Stufenbarren, Sprossenwand, Bänke, Ringe und Reckstangen zum Einsatz. Durch verschiedene Aufbauvarianten und Kombinationen entstehen immer wieder neue Bewegungsangebote.**

von Tanja Merkle



Verschiedene Turngeräte kommen in der Bewegungslandschaft zum Zug.

Bewegungslandschaften haben für Kinder aller Altersgruppen einen hohen Aufforderungscharakter. Beim Klettern, Rutschen, Rollen, Krabbeln, Balancieren, Springen und vielem mehr haben die Kinder die Möglichkeit für ei-

genständige Entscheidungen und lernen so, ihre Fähigkeiten einzuschätzen und zu erweitern.

Lebhaft und fröhlich stürmen die Kinder in die Garderobe der Turnhalle. Schnell schlüpfen

sie in ihre Turnsachen. Nach einigen Aufwärmrunden ertönt das Signal, die Spielgeräte sind freigegeben! Im Nullkommanix klettern vier Jungs wie die flinken Wiesel an der Sprossenwand hoch und winken mir fröhlich von oben zu. Einer nach dem anderen springt hinunter auf die weiche Matte. Zwei Mädchen balancieren über eine umgedrehte Bank: der einen gelingt es mühelos auch rückwärts, das andere Mädchen benötigt meine Hand. Doch nach kurzer Zeit möchte auch sie es alleine probieren. Weiter hinten in der Turnhalle versuchen fünf Kinder vom Kasten aus, Bälle in den Basketballkorb zu werfen - Sie jubeln laut, wenn es einer von ihnen geschafft hat!

Die vier Jungs haben die Sprossenwand inzwischen verlassen. Jetzt haben zwei Mädchen die Möglichkeit, vorsichtig, Stufe um Stufe, höher zu klettern.

Im Laufe der Turnstunde beobachte ich viele weitere Situationen. Viel zu schnell ist die Lektion vorbei....

Im Laufe des Vormittags kommen übrigens auch noch die 1- und 2. Klässler in den Genuss der aufgebauten Bewegungslandschaft – ein tolles Projekt, an dem wir klassenübergreifend arbeiten und das wir Lehrpersonen am Morgen gemeinsam aufbauen, damit viele Kinder diese tollen Erfahrungen machen können.

## OPENSUNDAYS ILLNAU-EFFRETIKON

**Ab Oktober bis im April öffnet die Sporthalle Schlimperg in Effretikon im Rahmen des «OpenSundays» für Kinder im Primarschulalter jeden Sonntag 13:30 - 16:30 Uhr ihre Türen. Ein Besuch bei dem gemeinsamen Projekt der Stadt Illnau-Effretikon und Stiftung IdéeSport.**

von Marita Rensch

Die Kinder wurden an diesen Nachmittagen in zwei Altersgruppen aufgeteilt und nutzten beide Sporthallen im Schulhaus Schlimperg. Dabei durften sie während des gesamten Nachmittags selber wählen, in welcher Halle sie sich gerne aufhalten möchten.

Für die eher jüngeren Kinder gab es eine abwechslungsreiche Bewegungslandschaft: sie konnten sich über eine Liane zur nächsten schwingen, die Rutschbahn hinuntersausen oder ein Kunststück an den Ringen ausprobieren. Später spielten die Kinder verschiedene Fangis-Variationen und Sitzball. Die älteren Kinder

(4.-6. Klasse) hingegen hatten neue Spiele ausprobiert und versuchten sich auch noch im Unihockey.

Gegen 15.00 Uhr machten alle Kinder zusammen eine Pause, in der es ein kostenlos zur Verfügung gestelltes Zvieri gab. Hier erzählten die Kinder lebhaft, was sie alles erlebt haben und was sie als nächstes machen wollen.

Die Kinder werden an den Nachmittagen durchgängig vom OpenSunday-Team betreut. Das Team am Sonntag besteht aus einer Projektleitung, Seniorcoaches und 2-3 Juniorcoaches. Dabei kommen die Juniorcoaches mei-

stens aus der Oberstufe, Seniorcoaches sind Erwachsene über 18 Jahre, die eine Ausbildung dafür absolviert haben.

Teilnehmen können übrigens alle Kinder aus der Primarstufe, sie müssen lediglich feste Turnschuhe für die Halle, ihre Turnkleider und eine Wasserflasche mitbringen.



Spiel und Spass am Open Sunday (Symbolbild).



# LEICHTATHLETIK-SPORTTAG SCHULE HAGEN/WATT

**Nach den Sommerferien sieht man sie wieder: Die Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe, die auf und um den Sportplatz rennen, springen, Bälle werfen... Denn bald ist wieder Leichtathletik-Sporttag.**

von Jacqueline Hofmann

Jedes Jahr zwischen den Sommer- und den Herbstferien findet der Leichtathletik-Sporttag der Schule Hagen/Watt statt. Früher war dies ein Grossanlass der ganzen Schule. Da diese aber gewachsen ist, nehmen nun nur noch die ersten und zweiten Klassen der Sekundarschule

an je einem Halbtage teil. Die dritte Sek absolviert die Disziplinen während ihrem Sport-Unterricht.

Dieses Jahr konnte der Sporttag am Freitag, 29. September bei schönstem und warmem Wetter durchgeführt werden. Am Morgen waren die 2.-Sek-

klassen aktiv, am Nachmittag die Klassen aus der 1.-Sek. Alle Schülerinnen und Schüler trafen sich zuerst klassenweise zum gemeinsamen Aufwärmen. Danach ging es, innerhalb eines strengen Zeitplans, ebenfalls klassenweise zu folgenden Disziplinen: 60-Meter-Sprint, Hochsprung, Weitsprung, Ballwurf und 2000-Meter-Lauf. Als Kampfrichterinnen und -richter aber auch als Helferinnen und Helfer standen Lehrpersonen und verletzte Jugendliche auf dem Platz, dieses Jahr haben übrigens auch noch ausgeloste Schülerinnen und Schüler der 3. Sekundarklassen mitgeholfen.

Die Jugendlichen waren alle engagiert und meist auch motiviert dabei, bei einigen erkannte man ihren Ehrgeiz. Die

Kolleginnen und Kollegen, die gerade nicht im Einsatz waren, standen zudem anfeuernd daneben. Vor allem beim 2000-Meter-Lauf hörte man viele motivierende Sätze wie «Du bist super unterwegs» oder «Noch eine Runde. Du schaffst das!» Wahrscheinlich wussten alle, dass diese Disziplin - vor allem bei dem warmen Wetter - für die meisten echt hart war. Und beim Weitsprung meinte ein Schüler sogar zum anderen: «Du hast gerade den bisherigen Schulrekord gebrochen!» Ob das wohl stimmte? Der Tag war Dank der tollen Arbeit des Sportlehrerteams jedenfalls sehr gut organisiert.

Die Rangverkündung fand schliesslich nach den Herbstferien in den Sportlektionen statt.



Eine Disziplin am Leichtathletik-Sporttag ist der Hochsprung.

**WELCHEN  
SPORT  
MACHST DU  
AM LIEBSTEN  
IN DEINER  
FREIZEIT?**

**Eine Online-Umfrage bei allen  
Mittelstufenschülerinnen und  
-schülern in Illnau-Effretikon**

von Anke Löffler und  
Marianne Lässer



## AGENDA 23/24

Schule Illnau-Effretikon

**25. Dezember - 5. Januar**

Weihnachtsferien

**5. - 16. Februar**

Sportferien

**19. Februar**

Fasnachtsmontag

**14. März**

Besuchstag alle Schulen

**29. März - 1. April**

Ostern

Schule Eselriet

**7. Dezember / 1. Februar /**

**7. März / 4. April**

Gesprächstisch Elternmitwirkung (freiwillig)

**18. Dezember**

Adventssingen

**24. Januar**

Schulentwicklungstag (mit Betreuung)

Schule Schlimperg

**28. März**

Schulentwicklungstag (mit Betreuung)

Ottikon-Kyburg

**31. Januar**

Schulentwicklungstag (mit Betreuung)

Schule Hagen-Watt

**4. - 8. Dezember**

Ready4life Woche Watt

**21. Dezember**

Schulsilvester abends (Sek)

**11. Januar**

Schulentwicklungstag, Unterrichtsschluss 11:50 h

**29. Januar**

Wintersporttag Watt (Nachmittag)

**31. Januar**

Wintersporttag Hagen (Nachmittag)

**2. April**

Schulentwicklungstag

BVJ

**21. März**

Informationsveranstaltung 19 h, Singsaal Watt

Musikschule

**1. Dezember**

An- und Abmeldeschluss

**29. April - 3. Mai**

Alato Musiklager

Mehr Informationen unter [www.schule-ilef.ch](http://www.schule-ilef.ch)

## Wettbewerb

**für unsere jungen Leserinnen und Leser**

von Marianne Lässer

Was brauchen die Sportlerinnen und Sportler für ihre Sportart?



V



T



A



K



I



Ordne die Buchstaben der richtigen Person zu.

Von oben nach unten gelesen ergibt sich das Lösungswort.

Schick uns deine Lösung mit deinem Namen und deiner Adresse bis zum 31. 12. 2023 per Mail an [schuelbrugg@schule-ilef.ch](mailto:schuelbrugg@schule-ilef.ch)

oder per Brief an

**Redaktion schuelbrugg  
Abteilung Bildung, Stadthaus  
Märtplatz 29, 8307 Effretikon**

und gewinne mit etwas Glück einen Kinogutschein!

Wir gratulieren den Gewinnerinnen unseres letzten Wettbewerbs:

Dilaria Digeronimo, Effretikon

Elena Wikart, Bisikon

Enola Hürlimann, Effretikon

## TEAM

### Redaktion

Jacqueline Hofmann, Marianne Lässer, Anke Löffler, Tanja Merkle, Marita Rensch, Aime Tuchs Schmid

### Layout

Aime Tuchs Schmid

**schuelbrugg Archiv unter:**

[www.schule-ilef.ch/schuelbrugg](http://www.schule-ilef.ch/schuelbrugg)

## ÜBRIGENS

Von T zu S zu BS...

Als ich noch das Schülerdasein genoss, freuten sich praktisch alle Schüler auf das Turnen. Wir wetteiferten bei Stafetten oder schwitzten beim Basketball. Alle gaben ihr Bestes und niemandem kam es in den Sinn, wegen eines Muskelkaters zu jammern. Es war unbeschwert und niemand störte sich daran, wenn man ein paar Minuten verspätet in die nächste Lektion kam. Denn Bewegung hatte ihren Stellenwert.

Aus dem T im Stundenplan wurde ein S, der Turnlehrer wurde zum Sportlehrer und breitete sich in der Volksschule aus. Sport tönt irgendwie besser als Turnen, aber wurde damit auch die Bewegungskultur bei den Kindern besser? Die Ausbildung hat bestimmt an Vielfalt und an Anforderungen zugenommen, was auch Auswirkungen auf den Unterricht und die Kinder hatte. Wettkämpfe hatten früher noch einen gewissen Stellenwert. Sieg und Niederlage waren noch nicht verpönt und man lernte im Sport, damit umzugehen – für mich ein wichtiger Teil in der Persönlichkeitsentwicklung. Dazu gehört auch die Bereitschaft, Leistung zu erbringen...

Und heute heisst es nicht mehr Sport, sondern Bewegung und Sport. Ist das nun ein Fortschritt oder eine Abwertung? Sind die Teenies nun kompetenter im Sport als früher? Sehr bedenklich blicke ich auf die letzten 10 Jahre zurück, in denen das Niveau im Sport erfahrungsgemäss gesunken ist. Die Fähigkeiten und Fertigkeiten haben abgenommen. Da hilft auch ein Lehrplan mit vielen Bewegungskompetenzen nicht weiter. Lasst uns wieder Sport treiben! (So asozial wie es auch sein kann). Lasst uns wieder möglichst viele Bewegungserfahrungen sammeln! (So ungewohnt und peinlich es sich anfühlen kann). Lasst uns wieder Leistung erfahren! (So anstrengend es auch sein mag). Es tut uns gut in jeder Hinsicht! Wir bleiben dran!

Christian Weibel, Sportlehrer  
Schule Hagen/Watt