

# KRIDA STAUß

## Rhizüns

### Wenn die Weihnachtsstimmung ins Schulzimmer zieht

Wie entsteht in einem gewöhnlichen Schulzimmer eine Atmosphäre, die Kinderaugen jeden Morgen aufs Neue zum Leuchten bringt? Seit dem 1. Dezember verwandelt sich unsere Klasse in eine kleine Weihnachtswelt voller Musik, Licht und Überraschungen.

Am 1. Dezember hat in unserem Schulzimmer endlich die weihnachtliche Stimmung ihren Platz gefunden. Überall hängen leuchtende Lichterketten und an den Fenstern zaubern die liebevoll gebastelten Schneesterne eine gemütliche Atmosphäre.

Unser Adventsritual beginnt damit, dass die Kinder zu Beginn des Morgens Zeit bekommen, eine vorgegebene Figur aus Knete zu formen. Diese kleine kreative Auszeit fördert nicht nur ihre Fein- und Grobmotorik, sondern stärkt auch die räumliche Vorstellungskraft. Untermalt wird diese Sequenz von stimmungsvollen Weihnachtsliedern, die für gute Laune sorgen.

Im Anschluss hören wir gemeinsam unseren Hör-Adventskalender. Die Kinder fieberten mit und lassen sich begeistert in die spannende Geschichte hineinziehen.

Zum Abschluss darf das Adventskind das tägliche Türchen im Adventskalender öffnen. Dahinter verbirgt sich jeweils ein Zettel mit einem Bewegungsspiel oder sogar zwei kleinen Überraschungen, die für zusätzliche Freude sorgen.

Selina Duschletta, Klassenlehrerin 1. Klasse



## Wildtierpfad in Feldis

Seit kurzem gibt es in Feldis einen Wildtierpfad, welcher von Seraina Lony (PHGR-Studentin) als Bachelorarbeit konzipiert wurde. Die 1. und die 4. Klasse gingen auf Entdeckungstour.

Unsere erste Herbstwanderung führte die 1. Klasse auf den Wildtierpfad in Feldis. Schon nach den ersten Metern war klar, dass wir heute zu kleinen Wald-Detektiven werden. In zwei Gruppen machten wir den spannenden Lehrpfad und entdeckten unterwegs allerhand Überraschungen. Die Kinder durften Knochen, Felle und Geweihen anfassen, Wildtier-Geräusche anhören und alles miteinander vergleichen, ordnen und benennen. Etwa in der Mitte legten wir eine gemütliche Znüni- und Punsch-Pause ein, bevor es frisch gestärkt weiterging. Mit dem tollen Anschauungsmaterial konnten die Kinder alles über die Sinne erleben.

Für unsere neugierige, wissbegierige und aktive Klasse war das eine gelungene Herbstwanderung, bei der wir uns noch besser kennenlernen durften und ganz nebenbei viel über die Wildtiere in unseren Wäldern gelernt haben.

Selina Duschletta, Klassenlehrerin 1. Klasse

Auch die vierte Klasse war auf dem Wildtierpfad.

Die Kinder schreiben dazu:



Als sich die ganze 4. Klasse traf, war ich schon aufgeregt. Einige Fragen schossen mir durch den Kopf: Wie sieht der Wildtierpfad aus? Hat es in Feldis Schnee? Als wir den Pfad machten, übertraf es meine Erwartungen. Was für eine Arbeit! Ich finde, dass es ein wunderbares Erlebnis war, dass ich nur empfehlen kann!

Kyan

Besonders gefreut hat mich, dass wir eine Murmeltiersalbe machen konnten. Die Rätsel waren auch sehr cool.

Orlando

Ich fand es richtig cool! Es hatte sogar noch ein wenig Schnee. Ich empfehle es allen, die gerne Rätsel lösen.

Miya

Am Morgen früh sind wir mit der Luftseilbahn nach Feldis gefahren. Voller Spannung starteten wir den Wildtierpfad. Plötzlich sahen wir ein echtes Reh. Es hatte nur ein Horn. Am besten hat mir die Höhle gefallen.

Alissa

Wir werden nie vergessen, wie wir das Fuchsfell in der Hand halten durften und wie wir die Schädel vom Dachs und vom Fuchs zuordnen mussten. Am coolsten fand ich, dass wir eine Murmeltiersalbe selbst mischen durften.

Florian

Es war so cool den Weg zu laufen, es ging hoch und runter und es hatte auch Schnee. Man musste sich immer etwas merken oder zählen, dass man die nächste Kiste öffnen konnte. Das war sehr spannend. Man kann diesen Weg auch sehr gut mit der Familie machen.

Valerie und Ladina



## Naturzone Rhäzüns

**Der Naturgarten, welcher zurzeit am Dorfrand entsteht, bietet auch für unsere Schülerinnen und Schüler eine wertvolle Lernumgebung bezüglich Biodiversität.**

Am Dienstag, 25.11.2025, war für unsere Kindergartenkinder und für mehrere Schulklassen kein gewöhnlicher Tag. Es stand die Mitarbeit an der neu entstehenden Naturzone an der Via Mulin/unterhalb der Kirche St. Paul an. Die Kindergartenkinder haben sich morgens direkt auf den Weg zu ihrem Waldplatz gemacht und haben dort säckeweise Blätter und Tannzapfen vom Waldboden gesammelt. Mit gefülltem Leiterwagen ging es dann gemeinsam zum Naturgarten-Projekt, welches von Tina und Fabian Elvedi ins Leben gerufen wurde. In Zusammenarbeit mit Pro Natura und mit Unterstützung durch das Amt für Natur und Umwelt des Kantons wird dieses wertvolle Projekt durchgeführt, um einheimische Tiere und Pflanzen mit geeigneten Lebensräumen zu unterstützen und zu fördern.

Zurück zu den Kindergärtlerinnen und Kindergärtlern. Diese wissen ganz genau, wozu ihre schwere Arbeit gedient hat: Die Blätter werden für den Igelhaufen benötigt, damit die stacheligen Tiere im Winter nicht frieren und in den Tannzapfen können sich Insekten verkriechen. Bevor es für die kleinsten Helfer für eine Punsch-Pause zurück zum Kindergarten ging, durften sie noch beim Ansähen mithelfen. Zusammenfassend das Fazit eines schlammig-glücklichen Kindergartenkindes nach diesem ereignisreichen Vormittag: «Am beschta het miar hüt s Helfa im Paradies gfalla!»

Für die Kinder der 6. Klasse gab es in der Zwischenzeit im Naturgarten viele verschiedene Aufgaben zu erledigen. Einige gruben ein Loch für einen Reptilien-Steinhaufen, andere bestückten Totholz mit Pilzdübeln als Nahrung für erwartete Hirschkäfer. Es wurde fleissig gesägt, getragen und einander geholfen. Die Experten der Firma Kompass B unterstützten die Schülerinnen und Schüler und erklärten begeistert und fachkundig, welche Tiere in den verschiedenen Zonen des Gartens Unterschlupf finden sollen und wie die Bedingungen dafür optimiert werden können.

Die Kinder der 5. Klasse haben den Morgen am Rhein verbracht und dort Schwemmmholz gesammelt, das an verschiedenen Orten der Naturzone benötigt wird. Am Nachmittag waren sie dann tatkräftig vor Ort.

Die Kinder der 1. und 2. Klasse waren am Nachmittag auch im Einsatz und haben an verschiedenen Posten mitgeholfen. Ein begeisterter Zweitklässler: «I wünscha miar, dass d Tiar do immer glücklich sind und dass niamt ihres Dahai kaputt macht!»

Im weiteren Verlauf wird es laut Projektleitung immer wieder Möglichkeiten und Aufgaben geben, bei denen sich einzelne Klassen im Naturgarten einbringen können. So wird es für die Kinder möglich, diesen vielfältigen Lebensraum auch im Wechsel der Jahreszeiten zu beobachten.

Der neue Rhäzünser Naturgarten ist ein spannendes Projekt, welches sowohl der Dorfbevölkerung als auch den Schulkindern die Natur näherbringen und Möglichkeiten zur Förderung der Biodiversität aufzeigen kann.

*Magdalena Lötscher, Logopädin*



## Fashion show in the 6th grade

Auch dieses Jahr veranstalteten die Schülerinnen und Schüler der 6. Klasse im Englischunterricht eine Fashion Show. Den neugierigen Zuschauenden der 5. Klasse stellten sie ihre kreativen Outfits vor. Hier sehen Sie einige Beispiele:



**Ben**

Now you can see the beachboy Ben, he wears cool sunglasses and a black hat. On his feet he wears black slippers and black socks. On his upper body he has a white shirt and a towel on his shoulder. Don't forget his blue swimming shorts.

by Severin

**Severin**

You can see a paramedic uniform with a brown cap and a rescue jacket with the colours yellow, blue and reflective stripes. The trousers are also blue and yellow. In his trousers he has a notebook and two scissors. The rescue bag has the colours red and black with reflective triangles.

by Ben



**Malika**

This is Malika, she has a teddy bear pyjama and grey slippers. She has also a teddy bear in her arm. Her hairband is brown, her earrings and the necklace are golden.

by Margarida

**Margarida**

This is Margarida, she wears a pink pyjama. Look at her eye mask, it fits so good with the outfit. Her teddy bear is wearing a pink little shirt; this is so cute. She is about to go to sleep. She is wearing flower slippers. She has a book in her hand. Good nighty night Margarida.

by Malika



**Ali Sina**

Today Ali Sina is wearing a nice football outfit, he wears a FC Barcelona jersey with blue shorts. The shin guards are under the red football socks. He has also a white football.

by Elia



**Elia**

This is Elia, he is wearing a vest with trekking pants. Under the vest he has a green hoodie. In his left hand he has a fishing net, in the right hand a fishing rod. He wears dark blue boots. On his hat he has a cap with sunglasses.

by Ali Sina



**Claudia**

Today Claudia is wearing a white t-shirt and blue shorts. She has a nice white cap and look at her red glasses, they are so cool. She has slippers and Nike socks. Look at her arms, she has a watch and a bracelet. Her outfit is so comfortable.

by Elena



**Elena**

Today Elena is wearing a Naruto shirt. She wears blue jeans shorts. She has a white cap and beautiful sunglasses. She wears Nike socks, slippers and a watch. I think her outfit is beautiful and tough.

by Claudia

# Als Praxislehrperson bleiben wir am Puls der Ausbildung

Im Moment sind zwei Studentinnen der PHGR bei uns. Wir wollten von den beiden Praxislehrpersonen Tamara Scheidegger und Claudio Caviezel wissen, was sich im Unterricht verändert, wenn man nicht selbst unterrichtet.

## Warum hast du dich entschieden, dich als Praxislehrperson zur Verfügung zu stellen?

TS: Da ich während des Studiums selbst ein eher negatives Erlebnis mit einer Praxislehrperson hatte, habe ich mir vorgenommen, für die Studierenden da zu sein und das besser zu machen.

CC: Mir ging es darum, den jungen Menschen die Möglichkeit zu geben in der Praxis zu lernen. Die Arbeit mit Erwachsenen ist eine Abwechslung im Berufsalltag.

## Welche Vorbereitungen, Sitzungen und Besprechungen finden im Vorfeld eines Praktikums statt?

CC: Zuerst finden telefonische Vorgespräche statt. Anschliessend steht ein Hospitationstag vor dem Praktikum in der Klasse auf dem Programm. Die Studierenden bekommen einen Einblick in den Schulstandort und in die Klasse. Sie lernen die Lehrperson und die Kinder kennen und sehen, wie der Schulalltag läuft. Es erfolgt auch die Abgabe des Materials und die Besprechung der Themen in den verschiedenen Fächern. Während der nachfolgenden zweiwöchigen Planungsphase ist man ständig im Austausch.

## Was sind deine Aufgaben, wenn eine Studentin/ein Student unterrichtet?

TS: In den Praktika beobachten wir viel. Wir halten fest, was gut klappt und was noch nicht. Danach werden die Lektionen reflektiert und nachbesprochen. Im Diplompraktikum ist es so, dass die Studierenden die ganze Verantwortung übernehmen müssen und von uns dann Rückmeldungen dazu bekommen.

CC: Zusätzlich sind wir Praxislehrpersonen auch Vorbilder wie man gewisse Sachen machen oder spezielle Situationen lösen könnte.

## Wie sehen die Nachbesprechungen des Unterrichtes aus?

CC: Die Studierenden setzen sich Schwerpunkte, an denen sie arbeiten wollen. Sie reflektieren ihren Unterricht selbst nach gewissen Punkten, wie Klassenführung, ertragreiche Aufgabenstellungen, Körpersprache, Mimik, Einfühlungsvermögen und vieles mehr. Im Laufe des Praktikums werden vermehrt einzelne Sequenzen angeschaut. Es werden auch Entwicklungspunkte besprochen.

## Welche zusätzlichen Aufgaben kommen auf dich während eines Praktikums zu?

TS: Es findet ein Mentorenbesuch mit Nachbesprechung statt. Zudem zeige ich den Studierenden auch die Arbeit mit dem Lehreroffice oder mit Klapp sowie

das Erstellen von Beurteilungskriterien. Wir schauen auch andere Instrumente an, welche wichtig sind, um nächstes Jahr selbst eine Klasse zu führen. Dazu kommt die gesamte Beurteilung, die man machen muss. Im Diplompraktikum liegt es weitgehend an uns, ob diese Studierenden künftig unterrichten dürfen oder nicht.

CC: Auf Grund des Beurteilungsbogens wird schon in der Hälfte des Praktikums eine Zwischenbilanz gezogen. Hinzu kommt ein Treffen der Praxislehrpersonen an der PHGR. An diesem Tag unterrichten die Studierenden alleine.

## Nenne positive Aspekte eines Einsatzes eines Studierenden.

CC: Es gibt viele Impulse für den eigenen Unterricht und man nimmt die Kinder anders wahr, wenn man hinten sitzt und zuschaut.

TS: Es gibt frischen Wind in den Unterricht, auch für die Kinder. Mir fällt vor allem auch der vermehrte Einsatz der digitalen Medien auf.

## Gibt es negative Seite bei einem Praktikums Einsatz?

TS : Man gibt den Unterricht schon ziemlich aus der Hand. Manchmal ist es schwierig, nicht zu reagieren, wenn man selbst anders handeln würde. Schwierig ist es auch, wenn Studierende die Arbeit nicht so gut machen oder kompliziert erklären. Man weiss dann, dass man das wieder «ausbügeln» muss.

## Du bist schon längere Zeit Praxislehrperson, was hat sich in diesen Jahren verändert?

CC: Die Gesamtdauer der Praktika ist viel länger geworden, dies ist sicher positiv. Sie bekommen so einen realistischen Einblick in den Schulalltag. Mit den technischen Mitteln, die heute vorhanden sind, kann viel effizienter geplant werden als wir dies konnten.

*Das Interview führte Erika Sigrist, Schulische Heilopädagogin und Redaktionsmitglied.*



# Nisse und der Nordstern

Als auf dem Schulplatz in Rhäzüns der Weihnachtsbaum geschmückt wurde, beobachtete Nisse, der kleine Wichtel des Mittagstisches, heimlich die vielen selbstgebastelten Sterne der Kinder. Begeistert flüsterte er: «So viele Sterne und jeder ist einzigartig, wie die Kinder von Rhäzüns».

In dieser Nacht konnte Nisse kaum schlafen. Er wollte unbedingt selbst einen besonderen Stern basteln. Also machte er sich auf den Weg in den hohen Norden, wo das Nordlicht tanzt und der Schnee glitzert. Dort suchte er nach dem schönsten Stern. Als er zurückkam, trug er ihn vorsichtig in den Händen. «Dieser Stern soll für die Menschen in Rhäzüns leuchten und ihnen Wärme und Licht bringen», sagte er. Dann holte er seine Glitzerdose hervor und verzierte den Stern.

Am nächsten Morgen hing er am Weihnachtsbaum auf dem Schulplatz. Er funkelte heller als alle anderen: der Stern von Nisse. Wer ihn sieht, darf sich wünschen, dass auch in seinem Zuhause Licht und Wärme einkehren. Frohe Weihnachten!

Saskia Kämpfer, Leiterin Tagesstruktur

## «Gesunder Znüni» im Schuljahr 25/26

Im letzten Schuljahr stellte jede Klasse farbenfrohe Smoothies für die ganze Schule her. Dieses Jahr produzieren die Kinder für den gesunden Znüni eigene Riegel. Die 2. Klasse durfte im September starten und der Kindergarten folgte ihr.

Insgesamt 350 Riegel für die ganze Schule herzustellen, ist eine grosse Aufgabe. Die Vorfreude darauf war aber mindestens so gross. Während zweier Tage duftete es in den beiden Kindergärten nach leckeren Riegeln und die Kinder waren fleissig mit dabei. Die Zutaten mussten gewogen, zerkleinert, aufgekocht und gemischt werden. Sogar die Haferflocken durften die Kinder selbst quetschen. Stolz erzählten sie währenddessen von ihren Erfahrungen in der Küche und dass sie zu Hause auch mithelfen dürfen. Diese Erfahrung zeigte sich beim Zerkleinern der getrockneten Früchte und der Nüsse ganz besonders. Ohne grosse Hilfe konnten sie dies erledigen.

Lea Rüttimann, Kindergartenlehrerin und Redaktionsmitglied

### Powerriegel:

- 300 gr Haferflocken
- 150 gr Kokosflocken
- 75 gr Haselnüsse grob gehackt
- 75 gr Mandeln grob gehackt
- 50 gr Sonnenblumenkernen
- 50 gr Sultaninen
- 75 gr Vollrohrzucker
- 100 gr getrocknete Mangos
- 100 gr getrocknete Bananen

200 gr Honig in 4 dl Milch auflösen, eine Prise Salz dazu und mit den restlichen Zutaten mischen. Die Masse gleichmässig auf ein Blech streichen und für 20min bei 180° im Ofen backen.



# Parkour – effizient, kreativ und fliessend

Die 6. Klasse Rhäzüns setzte sich diesen Herbst im Sportunterricht zweimal mit dem Thema Parkour auseinander. Parkour ist eine junge Sportart, bei der man sich möglichst effizient von einem Punkt zum anderen bewegt, dabei gibt es verschiedene Hindernisse zu überwinden.

Parkour ist mehr als nur eine Bewegungsart. Es steckt eine ganze Philosophie dahinter. Neben der körperlichen Fitness wird auch die mentale Belastbarkeit, die Kreativität und die soziale Kompetenz grossgeschrieben.

Bei Parkour nach TRuST - einem Lernmodell, bei dem die Parkour-Kunst mit pädagogischen Prinzipien kombiniert wird - steht die Hand als Metapher für seine Werte:



- **Konkurrenzfreiheit:** Jedes Kind soll sich ohne Konkurrenzdruck frei bewegen können.
- **Vorsicht:** Sicherheit hat immer oberste Priorität.
- **Respekt:** Der Respekt gegenüber sich selbst, gegenüber anderen Mitmenschen und auch gegenüber der Umwelt ist zentral.
- **Vertrauen:** Das Vertrauen in sich selbst soll die Grundlage bilden, auch anderen zu vertrauen.
- **Bescheidenheit:** Es wird stets mehr Hindernisse geben, die nicht überwunden werden können, als solche, die überwindbar sind.
- **Mut:** Die Faust vereint alle Werte einer Hand. Sie bedeutet auch innere Stärke.



Mit diesen Grundsätzen haben wir uns, nach einem gezielten Warm-Up, auf einem definierten Rundgang einmal auf dem Spielplatz Rhäzüns und einmal auf dem Pausenplatz vor der Turnhalle bewegt. Mit Hilfe eines Würfels musste der Weg unter Einhaltung verschiedener Aufgaben bezwungen werden: Blind mit einem führenden Partner, rückwärts, zu zweit an der Hand, eine Hand immer den Boden oder das Hindernis berührend, auf einem Bein... Da galt es kreativ zu sein und neue Bewegungen auszuprobieren. Neben grossen Herausforderungen kam aber auch das Lachen nicht zu kurz.

Nicole Thoma, Klassenlehrerin 6. Klasse



# Achtsamkeit im Unterricht – Kleine Pausen, grosse Wirkung

Achtsamkeit hält langsam Einzug in viele Klassenzimmer – auch bei uns. In kurzen Übungen lernen die Kinder, aufmerksam zu sein, in sich hineinzuspüren und ihren Alltag bewusster wahrzunehmen. Das stärkt nicht nur ihre Konzentration, sondern auch das soziale Miteinander.

Ob in der 1. oder 6. Klasse: Achtsamkeitsmomente schaffen Ruheinseln im oft turbulenten Schulalltag. Zu Beginn einer Stunde spüren die Kinder zum Beispiel ihren Atem, lenken ihre Aufmerksamkeit auf Geräusche im Raum oder konzentrieren sich auf kurze Bewegungsabläufe. Solche Rituale helfen, Anspannung abzubauen und die Aufmerksamkeit neu auszurichten. Besonders wirksam sind kurze „Reset-Übungen“, die nach Gruppenarbeiten oder Pausen eingesetzt werden: ein gemeinsamer Atemzug, ein Moment der Stille, ein bewusster Bodenkontakt.

Auch in Konfliktsituationen zeigt Achtsamkeit Wirkung. Übungen zur Emotionswahrnehmung unterstützen die Kinder dabei, Gefühle rechtzeitig zu erkennen und passende Strategien zu finden, bevor Streit eskaliert.



Wer das Thema vertiefen möchte, findet praxistaugliche Anregungen in „Entspannt wie ein Panda – 30 Achtsamkeitsübungen für Kinder“ und „Achtsam wie ein Bär – 30 Meditationsübungen für Kinder“ von Kira Willey. Ebenfalls empfehlenswert ist das „Kartenset – Achtsamkeitsübungen zur Emotionsregulation für Kinder“ von Milena Hömmen und Michaela Busching. Die Materialien richten sich besonders an jüngere Kinder, bieten aber für alle Klassenstufen leicht umsetzbare Impulse, die den Unterricht bereichern und Kindern wertvolle Werkzeuge für ihren Alltag an die Hand geben.

Irmgard Gartmann, Schulische Heilpädagogin und  
Anne Herter, Klassenlehrerin 2. Klasse

## Gesucht per Anfang Juli 2026: Schulkommissonsmitglied

Interessierte melden sich bei: Simona Tschalér, simona.tschaler@schule-rhaezuens.ch, 079 905 42 18

## KRIDAStAUB *Agenda*

Montag, 22. Dezember 2025 - Freitag, 2. Januar 2026

Montag, 5. Januar - Freitag, 9. Januar 2026

Freitag, 23. Januar 2026

Montag, 16. Februar - Freitag, 20. Februar 2026

Montag, 23. - Freitag, 27. Februar 2026

Weihnachtsferien

Skiwoche Kindergarten

Semesterschluss

Skilager 6. Klasse

Sportferien

## Impressum

KRIDAStAUB

Redaktion

Erscheinungsweise

Auflage

Papier & Druck

Nr. 86, Dezember 2025, 23. Jahrgang

Lehrpersonenteam der Schule Rhäzüns

viermal jährlich, gratis an alle Haushaltungen der Gemeinde Rhäzüns

725 Exemplare

100% Altpapier, FSC und CO2 neutral hergestellt, gedruckt im Schulhaus

Rhäzüns