

# Lernen, Grenzen zu setzen und Freiräume zu geben

Die Oberstufe Moosseedorf wurde von Skema in die Geheimnisse der asiatischen Kampfkunst eingeweiht.

In der Turnhalle des Staffel-Schulhauses in Moosseedorf hat sich die Oberstufe versammelt. Die 165 Schülerinnen und Schüler lauschen den Worten von Adrian Binggeli, Leiter der Schule für Kampfkunst und Gesundheit Skema in Ostermündigen. «In der Kampfkunst ist Respekt ein wichtiger Punkt», erklärt er. In vier Lektionen sollen die Kinder und Jugendlichen lernen, Grenzen zu setzen und Freiräume zu geben.

## Begleiter im Kung Fu

«Abay» dient bei Skema als Begrüssung. Dabei berührt man mit Zeige- und Mittelfinger der rechten Hand die Stirn, die linke Hand legt man auf den Bauch und verbeugt sich leicht. «Abay» bedeutet «Begleiter» auf dem Weg um Kung Fu zu erlernen. Nach einem gemeinsamen Aufwärmen teilen sich die Schü-

ler in drei Gruppen auf. Während die Jüngeren gebannt dem Instruktor zuhören und gewissenhaft die Tai Chi-Bewegungen nachmachen, geht es bei den Neuntklässlern wilder zu und her. Sie arbeiten mit Eskrima-Sticks (Holzstöcken) und schwingen diese schnell durch die Luft. Dabei müssen sie

Acht geben, keinen Mitschüler zu treffen. Der Vormittag mit Skema findet im Rahmen des Gesamtprojekts «Mach dich schlau» statt. Jedes Jahr wird ein Thema behandelt, in diesem Schuljahr «Freiheit und Grenzen». Die Schüler wurden gefragt, welche Grenzen und Regeln ihnen in der Schule wichtig

sein. Die häufigste Antwort war Respekt. «Das hat uns sehr überrascht», sagt Silvia Schmuckli. Sie und Christine Marti gehören der Schulklima-Gruppe an, welche die Projekte organisiert. «Mach dich schlau» hat die Oberstufe ins Leben gerufen. Nach dem letztjährigen Thema «Neue Medien», welches nur

an der Schule behandelt wurde, sollen dieses Mal auch Erwachsene mit einbezogen werden. «Was bringt es, wenn wir den Kindern etwas lernen, was dann zu Hause ganz anders gehandhabt wird?», fragt sich Schmuckli. Deshalb steht die Gemeinde Moosseedorf das ganze Jahr unter dem Motto «Grenzen

und Freiräume». Die Regionale Kinder- und Jugendarbeit, der Elternrat, die reformierte Kirche sowie die Elternstufe befürworten dieses Projekt. So finden Vorträge und Filmvorführungen diverser Organisationen statt. rzi.

**Filmband:** Donnerstag, 20. Mai, 19 Uhr, Kirchengemeindehaus Moosseedorf.



Die Moosseedorfer Schülerinnen und Schüler schnupperten einen Vormittag lang Kampfkunst-Luft.

Regula Zimmermann



Nach dem Aufwärmen trainieren die Schüler die Beweglichkeit im Rumpfbereich.