

Blick in die ERS

Schulzeitung der Johannes-Gutenberg-Schule (Erweiterte Realschule) Schwalbach

Jahrgang 7 – Nr. 1

01. Februar 2011

Abschied: Spannende Zeit



„Schön war die Zeit...“ sang der Lehrerchor und charakterisierte damit treffend die Dienstzeit (40 Jahre) von Fachlehrerin **Doris Wack** (Französisch, Sport), die im Rahmen einer kleinen Feierstunde in den Vorruhestand (ab 01.02.2011) verabschiedet wurde. **1. Konrektor Gerd Tölle**, derzeit Schulleiter, skizzierte kurz ihren Werdegang. Nur an der Johannes-Gutenberg-Schule beschäftigt, erlebte sie dort den Wandel von der Hauptschule bis hin zur Erweiterten Realschule, eini-



ge Schulleiter und Konrektoren. „Trotz des Schulalltags hat sie viel gelacht.“ Doris Wack kam in ihren Dankesworten an das Kollegium zu dem Fazit: „Es war eine spannende Zeit.“

Anlass: Ilse Backes und Maria Schmitt haben kürzlich das 60. Lebensjahr vollendet. 1. Konrektor Gerd Tölle hielt eine kleine Laudatio, für das Kollegium gratulierte Marlene Treib.

Abgeordnet: Fachlehrerin Christina Zöllner-Hennrich ist ab 01.02.2011 an das Ministerium für Bildung abgeordnet.

Anfang: Als neue Kollegin (Vertretung) begrüßen wir Frau Halfar.

Alles Gute wünscht die Schulgemeinschaft!

Vorlesewettbewerb 2011

Schulsiegerin: Anna-Elisabeth Werner



Nach einem spannenden Lesefinale der Sieger/innen unserer Klassenstufe 6 stand am 18. Januar um 12.30 Uhr die diesjährige Schulsiegerin fest: Anna Elisabeth Werner (Kl. 6.2, Foto: rechts) setzte sich im Beisein der drei Juroren Sarah Drews (ehemalige Schulleseesiegerin, Kl. 10), Doris Hinz und Martin Ziegler (Lehrpersonen) knapp, aber überzeugend gegen die Klassensieger der drei übrigen Klassen durch. Ihre gekonnte Textgestaltung verhalf ihr mit ausdrucksstarker Vorlesetechnik bei ihrer Wahllektüre („Was ist mit Janie passiert?“) sowie beim unbekanntem Text („Sams Wal“) zum Erfolg. Wir gratulieren Anna Elisabeth und wünschen ihr beim Kreisentscheid in Saarlouis im März viel Erfolg! (Text: Martin Ziegler/Foto: Willi Schuler)

Termine

15.02.2011 Anmeldung für Grundschüler
03.03.2011 Schlagballturnier (Kl. 8 und 9)
05.03.2011 Winterferien bis 13.03.2011

Da macht Lesen auch Spaß

Von Lisa Porr

Die Klasse 5.3 hat etwas, was keine andere Klasse hat: Eine eigene Bibliothek im Klassenraum. Auf die Idee brachte uns Lehrerin Ines Grüneisen, ausgeführt wurde es von uns Schü-

lern. Die Bücher wurden von Kindern und Lehrpersonen mitgebracht. Der Klassenrat hat als Leiter Manuel Kelkel und mich gewählt. Mit Frau Grüneisen erstellten wir als Verantwortliche die nötigen Ausweise und bauten ein Regal für die



Bücher auf. Alle Kategorien sind in römische Zahlen eingeteilt. Die einzelnen Titel tragen arabische Ziffern. Zweimal pro Woche können die Bücher ausgeliehen werden. So läuft's in der Bibliothek der Klasse 5.3.

Lesenacht der Klasse 6.3

Die Klasse 6.3 ermittelte Anfang Januar im Rahmen einer Lesenacht den/die Teilnehmer/in am Lesewettbewerb unserer Schule (Anm. d. Red.: Siehe Artikel oben). Zuvor stärkte sich die Klassengemeinschaft mit einigen Pizzen. Ins Finale kamen Lena, Hysrije, Elisa und Nina. Sie lasen einen Fremdtex; die Besten waren schließlich Lena und Elisa. Von der Klasse wurde bestimmt, dass Elisa am Lesewettbewerb. (Text: Lena, Laura, Hysrije)

„Jugend trainiert für Olympia“:

2. Platz für Volleyball-Mixed-Team

Die Volleyball-Mixed-Mannschaft hat in Ottweiler bei den Schulwettkämpfen „JtFO“ einen hervorragenden 2. Platz (Landes-Vizemeister) belegt. Das von Barbara Tadros betreute Team (Foto) musste sich im Finale nur der Mannschaft ERS Ottweiler I (identisch mit einer Vereinsmannschaft des TV Bliesen) mit 0:2 beugen.



Horst Dräger (Turnierleitung) und Heide Leblang (Betreuung) sahen in der Jahn-Sporthalle Niederlagen der ERS-Mädels (Jg. 1995/97) gegen die ERS Freisen und das GSG Lebach (beide mit RL- und OL-Spielerinnen).

Stress vor der Prüfung ?

Keine Spur!

Bald ist es soweit .Die Abschlussklassen der 9H und 10 schreiben ihre Prüfungen im Mai. Viele von uns fragen sich, ob Prüfungsstress auftritt oder ob man ganz locker die Sache meistern kann. Ich habe Schüler aus der 10.1 gefragt, wie sie hinsichtlich der Prüfungen denken, wie sie darauf eingestellt sind. „Man braucht keine Angst vor den Prüfungen zu haben, geschweige denn sich selbst Stress zu machen. Wenn man rechtzeitig mit dem Lernen beginnt, dann schafft man dies ohne Bedenken.“, berichten die Zehner. Die meisten Schüler sind positiv auf die Prüfungen eingestellt. Natürlich gibt es welche, die aus diesem Rahmen fallen.

Ich bin mir sicher, dass man sich keinen Stress machen muss, wenn man die Dinge gut organisiert hat.(Text:Valeza Beqiri)

Augenblicke mit Frauenblicken



2.Preis für die FOTO-AG der ERS Schwalbach



Die Frauenbeauftragte und der Zonta-Club hatten im Dezember 2010 einen Fotowettbewerb zum Thema „Frauenblicke“ ausgeschrieben. Auf Anregung von Nicole Franz-Fidelak nahm auch die ERS/JGS daran teil. Verdienter Lohn für das Einfangen von Augenblicken mit Frauenblicken war der zweite Platz.

Rückblick: Generationen zusammengeführt

In den Räumen des Altenheims Schwalbach fand im Dezember 2010 ein Adventsgottesdienst statt. Mitwirkende waren ein Chor und eine Flötengruppe, gebildet aus Schüler/innen (Klassenstufe 5 und 6) der ERS/JGS Schwalbach; mit dabei waren auch die Religionslehrerinnen Nicole Franz-Fidelak und Elisabeth Fallner. Das Thema lautete „Ruhe in den stressi-

gen Advents bringen“. Bis auf den letzten Platz war der Saal besetzt. Die Bewohner waren begeistert und dankbar für die Abwechslung. Das Ziel, die Begegnung zwischen Jung und Alt, wurde vollends erreicht. Den Schüler/innen hat es großen Spaß gemacht. Der Kontakt soll weiter ausgebaut werden.

Neues vom Bau



Einblicke



Ausblicke

Fehlanzeige:

Gesunde Ernährung in der Schule

Dichtes Gedränge, zumindest bis zum 22. Januar 2011, prägte an den Schultagen kurz vor Unterrichtsbeginn sowie vor und während der ersten großen Pause das Bild am Verkaufsstand unserer Schule. Das Angebot erfreute sich großer Beliebtheit bei Schülern wie auch Lehrpersonen. Schließlich ist so ein Schultag, ausgefüllt mit Lesen, Rechnen und Schreiben, anstrengend.

Die Tagespresse („Saarbrücker Zeitung“) hat sich kürzlich des Themas „Gesunde Ernährung in der Schule“ angenommen, Anlass genug dieses Thema aufzugreifen.

Ernährungswissenschaftler haben festgestellt, dass Kinder (und natürlich auch Erwachsene) leistungsfähiger, konzentrierter und kreativer sind, wenn sie richtig frühstücken. Das hilft uns allen, fit und konzentriert durch den Vormittag zu kommen. Schließlich benötigt unser Gehirn für die geistigen Fähigkeiten sehr viel Energie, um arbeiten zu können.



Vorübergehend geschlossen: Verkaufsstand

BLICK wollte es wissen: Ein Frühstück zu Hause ist ein guter Start in den Tag, sollte man meinen. Viele, die wir im Dezember 2010 am Verkaufsstand befragt haben, gaben an, dass sie erst hier in der Schule ein (gekauft)es Frühstück zu sich nehmen. *Schade um 's Geld*, geht's einem da durch den Kopf. Im Kindergarten und auch in der Grundschule wurde vermittelt: „Kinder sollten nie mit leerem Magen in die Schule gehen.“ Und plötzlich ist das auf der weiterführenden Schule vergessen? *Ach ja*, erinnern wir uns, *in der Grundschule und im Kindergarten gibt es ja auch keinen Verkaufsstand.*“ Richtig! Und deshalb stellen die Kinder ihre Ernährungsgewohnheiten einfach um, nicht wahr?

Wird das Frühstück ausgelassen, dann wird dem Körper zu lange keine neue Energie zugeführt und im Laufe des Vormittags sind dann die so genannten Glykogenspeicher erschöpft. Ungeeignet sind gezuckerte Müslis oder andere stark gezuckerte Frühstückscerealien. Auch Süßigkeiten und gesüßte Getränke, wie Limonade, Cola oder Eistee sind keine Frühstücksgetränke.

Gegen den Leistungsabfall am Vormittag zwischen 10 und 11 Uhr hilft eine ausgewogene Brotzeit in der großen Pause. Der beste Pausensnack ist immer noch ein belegtes Brot, möglichst mit wenig Butter (die angebotenen Brötchen hatten eine bescheidene Butterschicht) oder Margarine. Als Belag eignet sich fettreduzierte Wurst (Lyoner und Salami sind fett!) und Käse (wichtig für die Calciumversorgung).

„*Frisches Obst geht gar nicht*“, ließ uns Frau Schlemmer (bis 22.01.2011 gute Seele im Verkaufsstand) wissen, „oft hatten wir Äpfel und Bananen übrig.“ Von Nüssen und knackig-frischer Rohkost wie z.B. Möhren oder Radieschen ganz zu schweigen. Und sie legte nach: „*Wenn wir die mit Salami und Fleischwurst belegten Brötchen nicht anbieten, dann laufen die Kinder zum Bäcker und kaufen dort Kaffeestückchen – auch keine gesunde Alternative.*“

Apropos Bäcker: Deren Innung hat am 13. Januar eine Initiative für das gesunde Frühstück gestartet. Im freien Angebot bleiben jedoch bei von **BLICK** 205 aufgesuchten Bäckereifilialen und Schul-Verkaufsstellen zwischen Neunkirchen, St. Wendel, Theley, Schwalbach und Saarlouis nach wie vor Brötchen mit fetter Wurst, stark fetthaltigem Käse und Mayonäse-Garnitur.

Auch Milch und Milchprodukte sorgen für den rechtzeitigen Energienachschub. Sie enthalten Eiweiß, Fett und Kohlenhy-

drate in leicht verwertbarer Form und helfen so, Nährstofflücken zu schließen. Eine ausreichende Versorgung mit Eiweiß ist gerade für Schulkinder besonders wichtig. Eiweiß stärkt das Langzeitgedächtnis und macht so das Lernen gleich viel leichter. Bereits ein Viertel Liter Vollmilch, eine dicke Scheibe (fettarmer) Käse auf dem Pausenbrot oder 100 g Joghurt machen die Kinder wieder topfit für die letzten Unterrichtsstunden. Nicht geeignet als Pausennahrung sind Süßigkeiten, Chips, Fast Food und Kuchen. Wobei wir wieder beim Gang zu den nächsten Bäckereifilialen wären – die erfreuen sich nach 13.15 Uhr regen Umsatzes an Süßigkeiten (Gummibärchen etc.). (Text/Fotos: gew)

Immer willkommen!



Steht ein Fest an der ERS/JGS an, so ist es ein schöner Brauch, dass auch ehemalige Lehrpersonen, die so genannten Pensionäre, eingeladen werden. Finden sich diese ein, so kommt es immer wieder zu einem regen Gedankenaustausch, nicht selten schwelgt man in Erinnerungen. Auf der letzten Gemeinschaftsveranstaltung (Bericht siehe oben) waren unsere ehemaligen Schulleiter **Hans-Josef Linn** und **Winfried Kreutzer**, **Maria Domma**, **Rosel Geibel** (unser Foto) sowie **Charles Schultheiss** zu Gast.

„Unsere Schule – ein Land des Lächelns“

Fastnacht wirft ihre Schatten voraus

Während sich allerorten die Fastnachtskorporationen auf ihre Sitzungen und den Höhepunkt einer diesmal (und nie mehr in dieser Zeitspanne wiederkehrenden) langen Kampagne vorbereiten, schmieden auch einige Lehrpersonen Verse und humoristische Beiträge für die traditionelle Lehrerfastnacht. Bundes- und Landespolitik, Schulgeschehen und „der Kokkoloeres“, bieten im Jahres-Rückblick 2010/11 genügend Stoff, Seit vielen Jahren wird an der ERS/JGS diese Veranstaltung gepflegt und von erfahrenen Humoristen in Prosa, Vers- und Liedform gestaltet. Das Motto lautet in dieser Kampagne **„Die JGS – ein Land des Lächelns“**. Manchmal vergeht der Lehrperson das Lachen. Ins Lächerliche darf sie vor Schülern nichts ziehen, lächerlich darf sie sie einen Schüler nicht machen. Manches, groß herausgestellte „Problemchen“ ist zwar lachhaft, aber auch hier gilt es Haltung zu zeigen - immer nur lächeln mit der Weisheit des/der Pädagogen/Pädagogin.

Landauf, landab gibt es in diesen Wochen gezielte Angriffe auf die Lachmuskeln; diese werden in der Fünften Jahreszeit bestens trainiert

Humor ist, wenn man(n)/frau trotzdem lacht.....



Könnte viel erzählen: Johannes Gutenberg
(Die Mainzer setzen im jährlich eine Narrenkappe auf.)

In eigener Sache



Wir begrüßen als neues, hoffnungsvolles Redaktionsmitglied **LISA PORR**. Sie besucht die Klasse 5.3 und hat für diese Ausgabe bereits einen Beitrag geschrieben.

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:

20. Februar 2011

Impressum

Herausgeber: Erweiterte Realschule (Johannes-Gutenberg-Schule)
Schwalbach - **Redaktionsadresse:** „BLICK in die ERS“ – Schulzeitung der ERS/JGS Schwalbach, Weiherstraße, 66773 Schwalbach, Tel. 06834-953953

Redaktion/Beiträge: Lisa Porr, Martin Ziegler, Valeza Beqiri, Julia Kelkel, gew

Fotos: Lothar Bennoit, Willi Schuler, Foto-AG, gew

Schwalbach im Januar 2011

Blick lesen - informiert