

## Freifächer (FF) und Wahlfächer (WF)

Liebe Schülerinnen und Schüler  
Liebe Eltern

Gemäss dem Lehrplan des Kantons St. Gallen sollen Schülerinnen und Schüler auch eigene Interessen verfolgen können.

In der ersten Oberstufe ist es sinnvoll, sich – als Jahres-, Semester- oder Quartalskurs – im Rahmen von **Freifächern** erstens auf Neues einzulassen (z.B. «Einrad & Jonglieren», «Spanisch für Anfänger», «Schauspiel / Theater», oder den Kurs «Digitaler Fotorahmen» besuchen). Zweitens kann man auch bestehende Interessen weiterverfolgen (z.B. Geschenk aus der Küche, Polysport oder Unihockey). Drittens kann ein **Wahlfach** neue Perspektiven geben (Latein) oder allfällige Defizite reduzieren (A'stunden Sprachen od. Mathe).

Die vorliegende Broschüre gibt einen Überblick über das Angebot für das kommende Schuljahr 2024/25, das den SchülerInnen anlässlich eines **Frei- & Wahlfachparcours am Dienstag, 13. Februar 2024** vorgestellt wird. Die Broschüre ist so aufgebaut:

- Auf der Seite 1 (siehe nachfolgende Seite):  
Übersicht über die Freifächer (FF) und die Wahlfächer (WF), unter Angabe von Lektionen/Woche, der Dauer (Quartal / Semester / Jahr), Titel und Seitenangabe der Detailbeschreibung.
- Ab Seite 2:  
Jedes Kurs-Angebot ist auf einer einzelnen Seite beschrieben. Der Aufbau ist immer gleich (Beispiel unten): „Kopf“ mit den wichtigsten Merkmalen: Titel (Ping-Pong), für... (1./2. Klasse, Real & Sek), ist ein Freifach, Dauer (1 Quartal., 2 L / Wo).

<b>Ping-Pong</b>	<b>1./2. Klassen Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Quartal 2 Lektionen / Woche

Unter dem „Kopf“ der Ausschreibung folgt eine detaillierte Beschreibung der Angebote mit folgender, immer gleicher Struktur:

- Inhalt
- Anforderungen
- Empfehlung (für gewisse SchülerInnen, die sinnvollerweise den Kurs belegen)
- Eventuell Belastungen / Hinweise / Beschränkungen

Wir möchten darauf hinweisen, dass unter Umständen einzelne Angebote aufgrund zu geringen Anmeldezahlen nicht durchgeführt werden können (Ausnahme: Latein 1. OS). Auch kann es vorkommen, dass sich für ein Fach zu viele SchülerInnen interessieren. **Darum (siehe Anmeldeformular) setzt man bei den Freifächern ein „A“ für die bevorzugte Wahl, ein „B“ für dasjenige Freifach, das man als Ersatz wählt (falls zu wenig oder zu viel Anmeldungen) oder man es sich als weitere Option auch noch vorstellen kann.**

Wer sich für ein Angebot anmeldet, verpflichtet sich, dieses lückenlos zu besuchen. Allfällige Umteilungen sind nur mittels eines schriftlichen, begründeten Gesuches an die Schulleitung möglich. Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen.

Für die Lehrpersonen der OSU, Jean-Michel Bruggmann, Schulleitung, 4. Februar 2024

# Inhaltsverzeichnis

Möglich für...	FF / IS / W(P)F	Lekt. / Wo	Dauer	Was (alphabetisch)	Seite
1./2. OS	FF	2	1 Quartal	Akrobatik & Freerunning / Parkour	2
1./2. OS	WF	1-2	ganzjährig	Arbeitsstunde Mathematik und/oder Sprachen	3
1./2. OS	FF	2	1 Semester	Backen – Frisch aus dem Ofen	4
1./2. OS	FF	2	1 Quartal	Badminton	5
1./2. OS 3. OS	FF IS	1	ganzjährig	Band	6
1./2. OS 3. OS	FF IS	1	ganzjährig	Chor	7
1./2. OS	FF/WF	2	1 Quartal / 1 Semester	Digitale Produktion (3D-Drucker & Co.)	8
1./2. OS	FF/WF	2	1 Semester	Digitaler Fotorahmen	9
1./2. OS	FF	2	1 Quartal	Einrad & Jonglieren - Zirkus	10
1./2. OS	FF	2	1 Quartal	Fussball „Football is coming home“	11
1./2. OS	FF	2	1 Semester	Geschenke aus der Küche	12
1./2. OS	FF/WF	2	1 Quartal	Homepage & App	13
1./2. OS	FF/WF	2	ganzjährig	Italienisch für Anfänger	14
1./2. Sek	WF	3	ganzjährig	Latein	15
1./2. OS	FF/WF	2	1 Quartal	Microsoft Office Anwendungen (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Teams & Co)	16
1./2. OS	FF/WF	2	1 Quartal	Physical Computing	17
1./2. OS	FF	2	1 Quartal	Ping-Pong	18
1./2. OS	FF	2	1 Quartal	Polysport	19
1./2. OS	FF	2	1 Semester	Schauspiel / Theater	20
1./2. OS	FF	2	1 Semester	Schmuckkurs	21
1./2. OS	FF	2	ganzjährig	Spanisch für Anfänger	22
1./2. OS 3. OS	FF IS	2	1 Quartal	Tanzen	23
1./2. OS	FF	2	1 Quartal	Tennis	24
1./2. OS	FF	2	1 Quartal	Unihockey	25

<b>Akrobatik &amp; Freerunning / Parkour</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	1 Quartal 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

Unter Akrobatik versteht man allgemein körperliche Bewegungen, welche hohe koordinative und konditionelle Anforderungen stellen. Dazu gehören beispielsweise Überschläge, Saltos, Drehungen und komplizierte Sprünge. Diese akrobatischen Übungen können frei, mit Turngeräten (Mini- / Maxi-Tramp, Ring- / Barren- / Reckturnen) oder auch mit / über Hindernisse (Kasten, Matten, etc.) ausgeführt werden.

Freerunning / Parkour bedeutet, sich frei zu bewegen, in jeder beliebigen Umgebung. Die Bewegung soll nicht Mittel zum Zweck sein, sondern Selbstzweck. Das heisst, das Sich-Bewegen steht im Mittelpunkt. Man bewegt seinen Körper kreativ und kann sich dabei seine komplette Umgebung ohne Einschränkungen zu Nutzen machen. Das Repertoire der Bewegungen im Freerunning / Parkour unterliegt keiner Struktur, keinen Grenzen. Oftmals bieten akrobatische Bewegungen aus dem Turnen oder dem „Tricking“ erste Anregungen oder werden übernommen und die Techniken der Umgebung angepasst.

### Anforderungen

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Die Bereitschaft für unbekannte Bewegungserfahrungen sollte jedoch vorhanden sein.

### Empfehlung

Das Wahlfach Akrobatik / Freerunning richtet sich an alle Schüler, welche Freude daran haben neue körperliche Erfahrungen zu sammeln, wobei der eigenen Kreativität an möglichen Bewegungen kaum Grenzen gesetzt sind.



<b>Arbeitsstunde Mathematik und/oder Sprachen</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Wahlfach</b>	1 Jahr 1-2 Lektionen / Woche

### **Inhalt**

Nur in der 1. Oberstufe ist es während den ersten sieben bis zehn Wochen für alle SchülerInnen **obligatorisch**, die Arbeitsstunde zu besuchen. Es werden dann wichtige Grundvoraussetzungen und Lerntechniken für die Oberstufe behandelt, wie z. B.: Lerntipps, Prüfungsvorbereitung, Anleitungen lesen, Heft- / Blattgestaltung, Zeitmanagement, Entspannungsmethoden, Notizen machen, Vorträge halten, usw...

Nach diesen sieben bis zehn Wochen nehmen nur noch die angemeldeten SchülerInnen an der Arbeitsstunde teil. Das Ziel ist, dich zu selbstständigem Lernen und Arbeiten anzuleiten. Dabei wirst du einzeln oder in Gruppen von der Lehrperson aktiv begleitet und unterstützt. Deine Bedürfnisse und Interessen werden dabei besonders beachtet. Die Arbeitsstunde ist in Sprachen und Mathematik unterteilt.

### Mögliche Inhalte:

- Fragen und Probleme bearbeiten, die im Unterricht aufgeworfen wurden
- Lernrückstände aufarbeiten – Repetieren des aktuellen Unterrichtsstoffes
- deine Lern- und Arbeitstechniken vertiefen
- Zusatzaufgaben lösen
- dich gezielt auf bevorstehende Lektionen und Prüfungen vorbereiten
- Hausaufgaben lösen, bei denen du Schwierigkeiten hast.

### **Anforderungen**

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

### **Empfehlung**

Für alle Schülerinnen und Schüler, die ein bisschen mehr Unterstützung brauchen.

### **Belastung**

Keine zusätzliche Belastung.

<b>Backen – frisch aus dem Ofen!</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	1 Semester 2 Lektionen / Woche

**Inhalt**

Selbstgebackenes aus der eigenen Küche ist immer wieder ein Genuss. Wir backen verschiedene süsse und salzige Gebäcke wie Muffins, Streuselkuchen, Cake, Zopf, Gipfelvariationen, Pizzaschnecken,... Lass dich überraschen!

**Anforderungen**

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Selbstverständlich ist es wichtig, im Team zu arbeiten und am Schluss die Küche wieder perfekt aufzuräumen.

**Empfehlung**

Du hast Freude am Backen und Verzieren und möchtest gerne neue Rezepte ausprobieren, dann bist du hier genau richtig.

**Belastung**

Keine Hausaufgaben



<b>Badminton</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	1 Quartal 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

Die Sportart Badminton ist ein Rückschlagspiel, bei welchem die Spieler versuchen den Ball (Shuttle) so über das Netz zu schlagen, dass die Gegenseite diesen nicht den Regeln entsprechend zurückspielen kann. Der Begriff Badminton wird dabei aber oft fälschlicherweise mit dem Freizeitspiel Federball gleichgesetzt, das im Gegensatz zu Badminton möglichst lange Ballwechsel zum Ziel hat, während Badminton ein Wettkampfsport ist und nach festen Regeln gespielt wird.

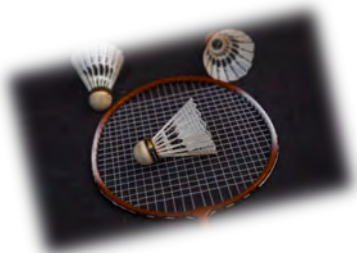
Mit speziell ausgewählten Übungen werden die verschiedenen Schlagtechniken vom Aufschlag, dem Befreiungsschlag, dem Stoppball bis hin zum kontrollierten Angriff erlernt und dann versucht diese im Spiel ein- respektive umzusetzen. Dabei wird das eigene Spielniveau durch das Spielen mit verschiedenen Gegnern stetig vorangetrieben und auf ein höheres Level gebracht. Zudem verbessern sich bei regelmässigem Badmintonspielen zunehmend die Reflexe, die Grundschnelligkeit, die Ausdauer, das taktische Geschick sowie die Konzentrationsfähigkeit eines Spielers.

### Anforderungen

Es sind keine Vorkenntnisse im Bereich der Rückschlagspiele notwendig.

### Empfehlung

Das Wahlfach Badminton richtet sich an alle Schüler, welche Freude daran haben eine der schnellsten Sportarten ein wenig genauer kennen zu lernen und Fortschritte in ihrem persönlichen Badmintonspiel zu erzielen.



<b>Band</b>	<b>1.- 3. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach oder Vertiefung des individuellen Schwerpunktes</b>	Ein Jahr 1 Stunde / Woche

### Inhalt

- Du hast Freude an der Musik?
- Du spielst ein Instrument?
- Du möchtest in einer Band mitspielen und zusammen Musik machen?
- oder Du möchtest gerne mal Sängerin/Sänger in einer Band sein und solo singen?



### Dann ist dies das richtige Wahlfach für dich!

Teile deine Leidenschaft für Musik mit deinen Mitmenschen! Während einer Stunde pro Woche machen wir zusammen Musik. Wir studieren zusammen Lieder ein, teilen die Freude am gemeinsamen Musizieren, und werden unser Können vor Publikum zum Besten geben.

### Anforderungen

Du spielst schon länger ein Instrument oder möchtest als Solosängerin/-sänger in einer Band mitsingen. Du bist bereit, die Lieder zuhause zu üben und dich auf die Proben vorzubereiten. In der Band besteht die Möglichkeit, Bassgitarre zu lernen.

### Empfehlung

Du hast Freude am Musizieren und an der Musik!

### Belastung

Instrument und Lieder zuhause spielen und üben.  
Teilnahme an Auftritten ausserhalb der Schule.  
Wir proben 50 Minuten pro Woche.



<b>Chor</b>	<b>1./2./3. Klassen Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach oder Vertiefung des Individuellen Schwerpunktes</b>	Ein Jahr 1 Lektion/Woche

### Inhalt

- Du hast Freude an der Musik?
- Du singst gerne und möchtest in einer Gruppe gemeinsam singen und auftreten?
- Du hast Lust Neues auszuprobieren?

### Dann ist dies das richtige Wahlfach für dich!

Teile deine Leidenschaft für Musik mit deinen Mitmenschen!  
Wir singen einstimmig, mehrstimmig und solistisch.



### Anforderungen

Du hast Freude an der Musik und am Singen und bist bereit, vor Publikum aufzutreten.  
Im kommenden Schuljahr wird es kleinere und grössere Auftritte des Schulchors geben.

### Empfehlung

Alle die Freude an der Musik haben!

### Belastung

Keine Hausaufgaben!  
Teilnahme an Auftritten ausserhalb der Schule.

### Hinweis

Im Chor sind auch die SchülerInnen der 3. OS dabei.





<b>Digitale Produktion (3D-Drucker &amp; Co.)</b> Was hat es mit der sogenannten digitalen Produktion auf sich?	<b>1./2. Klasse</b> <b>Real &amp; Sek</b>
<b>OS1: Freifach</b> <b>OS2: Freifach oder Wahlfach M+I</b>	1 Sem. / 1 Quartal 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

Wir befassen uns mit den neuen digitalen Produktionsmöglichkeiten, von denen so oft zu hören ist und die man doch so selten zu sehen bekommt.

**Die Maschinen:** Was können sie? Wie funktionieren sie? Wie bedient man sie?

- 3D-Drucker stellen Formteile her. Wir haben sicher einen zur Verfügung.
- Schneidplotter schneidet nach digitalen Vorlagen Folien und vieles mehr (ebenfalls vorhanden).
- Lasercutter schneiden und gravieren nach digitalen Vorlagen Holz, Kunststoffe (z.B. Acrylglas), aber auch Leder, Metall u.v.m.
- CNC-Dreh- und Fräsmaschinen arbeiten nach digitalen Vorlagen Formteile aus dem vollen Material, z.B. Holz.



**Die Software:** Wie erstellt man die digitalen Vorlagen und Modelle und wie bringt man der Maschine bei, wie sie vorgehen muss?

- CAD-Programme sind für den technischen Gebrauch geschaffen, z.B. Fidget Spinner, Modellflugzeugteile etc., aber auch Vorlagen für den Schneidplotter.
- 3D-Grafikprogramme sind für den künstlerischen Gebrauch geschaffen; z.B. Fantasy-Figuren, Schmuck usw.

**Industrie 4.0:** Wie geht es in einem professionellen, digitalen Produktionsbetrieb zu und her? Welche Berufe gibt es (oder wird es bald geben)? Wie bekommt man Zugang zu diesen Berufen? Eine kleine Exkursion wird uns Eindrücke vermitteln.

**MakerSpace und FabLab:** Auch im Freizeitbereich findet ein stetiger Wandel von der handwerklichen zur digitalen Fertigung statt. Oft ergeben sich interessante Kombinationen. Ein Besuch bei einem entsprechenden Verein ist möglich, muss aber wahrscheinlich in der Freizeit stattfinden.



### Empfehlung

Dich reizt das Neue oder du hast bereits selbst eine Idee, die du umsetzen möchtest.

Dinge, die du am Computer entwirfst, werden Realität. Das möchtest du auch können.



### Belastung

Neben den regulären Lektionen ev. ein Abend oder Nachmittag freiwillig.



<b>Digitaler Fotorahmen</b> Alter Monitor bekommt eine neue Aufgabe	<b>1./2. Klasse</b> <b>Real &amp; Sek</b>
<b>OS 1: Freifach</b> <b>OS 2: Freifach oder Wahlfach M+I</b>	Ein Semester 2 Lekt./ Woche

### Inhalt

In vielen Keller stehen alte Computermonitore. So auch im Keller unserer Schule. Mit Hilfe einer kleinen RasperyPi-Platine, ein paar weiteren Teilen sowie geeigneter Software kann man daraus einen digitalen Fotorahmen bauen. Wow – oder?



Es gibt allerdings ein ABER: Deine Eltern müssen für den Bau der cloudfähigen Version - das heisst, du kannst Fotos z.B. von deinem Handy in die Cloud laden und sie werden dann auf dem Fotorahmen angezeigt – ihr Einverständnis geben. Stichwort Daten- und Persönlichkeitsrechte.

Andernfalls baust du eine eingeschränkte Version mit SD-Karte für den Eigegebrauch oder als Geschenk, wie bei der Cloudversion natürlich auch.



### Anforderung

Etwas Spass am Handwerk.  
 Ein bisschen Freude an Elektronik und Programmierung.  
 Ein wenig Gespür fürs Design des Rahmens.  
 Ein Prise Durchhaltewille.

### Empfehlung für ...

Für alle Foto- und Elektronik-Begeisterten.  
 Du möchtest einmal RasperyPi, Arduino und Co. kennen lernen.  
 Vielleicht hast du vor, einen Beruf mit Elektronik und Programmierung zu ergreifen, oder, oder ...

### Belastung

Zwei Lektionen pro Woche mit Kopf, Herz und Hand bei der Sache sein.

Quelle Bilder und Idee: **Make** 2/21

<b>Einrad &amp; Jonglieren - Zirkus</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Quartal 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

Im Wahlfach "Einrad & Jonglage - Zirkus" erwartest dich eine faszinierende Reise in die Welt des Zirkus. Der Fokus liegt auf dem Erlernen grundlegender Einrad- und Jonglagentechniken. Ausserdem wirst du neben der Vermittlung von technischen Fähigkeiten neue kreative Ausdrucksformen entwickeln und deine eigene Zirkusnummer gestalten.

Was dich alles erwartet im Kurs:

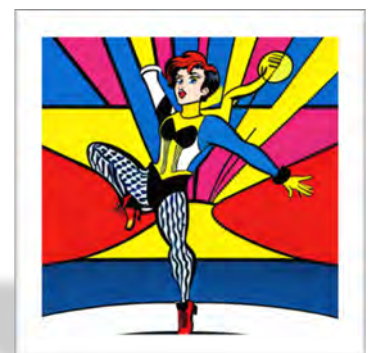
Einrad, Diabolo, Jonglierbälle, Devilstick, Jonglierteller, Partnerakrobatik, Statisches Trapez, Clownerie

### Anforderungen

Das Wahlfach steht allen Schülerinnen und Schülern offen, unabhängig von ihren Vorkenntnissen im Einradfahren oder Jonglieren.

### Empfehlung

Eine positive Einstellung, Kreativität und Offenheit gegenüber neuen Herausforderungen sind empfehlenswert sowie ein Interesse an der Entwicklung eigener künstlerischer Ausdrucksformen im Rahmen von Zirkusnummern.



<b>Fussball - „Football is coming home“</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Quartal 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

Ein Fokus jeder Woche ist das Spiel mit dem Ball, das «Mätschle». Darüber hinaus werden grundlegende taktische, technische, und mentale Fähigkeiten gefördert. Eines jeden Stärke zum Glänzen zu bringen und ins Mannschaftsgefüge zu integrieren ist das Ziel des Kursleiters.

### Anforderungen

Spielfreude, Leidenschaft, Fairness, Lernbereitschaft, Teamdenken.

### Empfehlung

Insbesondere jenen, denen das Training im Verein zu aufwändig ist, bietet dieser Kurs eine ideale Alternative im kleineren Rahmen.

### Belastung

Im für Amateur-Fussball üblichen Rahmen.



<b>Geschenke aus der Küche</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Semester 2 Lektionen/Woche

### Inhalt

Pfiffige Mitbringsel und Köstlichkeiten aus der Küche sind willkommene Geschenke. Wir stellen süsse und salzige Geschenke her und verpacken sie hübsch.

### Anforderungen

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Selbstverständlich ist es wichtig, im Team zu arbeiten und am Schluss die Küche wieder perfekt aufzuräumen.

### Empfehlung

Hast du Freude am Kochen, Backen und Verzieren und überraschst gerne deine Familie oder Freunde mit Selbstgemachtem, so bist du hier genau richtig

### Belastung

keine Hausaufgaben



<b>Homepage und App</b>	<b>1./2. Klassen Real &amp; Sek</b>
<b>OS1: Freifach OS2: Freifach oder Wahlfach M+I</b>	Ein Quartal 2 Lektionen / Woche

## Inhalt

### Teil 1: Homepage

Eine eigene Homepage zu erstellen ist viel einfacher als du denkst. Du brauchst dafür keine Programmierkenntnisse. Mit Hilfe eines Baukastensystems kannst du in kürzester Zeit deine eigene Webseite über dich, dein Hobby oder sonst ein frei gewähltes Thema erstellen und «online stellen». Auf deiner Homepage kannst du einen Blog unterhalten, Videos oder Fotos in einer Gallery veröffentlichen oder Verlinkungen einfügen.

### Teil 2: App

Mehr als 4 Millionen Apps sind bei Apple und Google verfügbar. Eine eigene App zu entwickeln kannst auch du. Nachdem du gelernt hast, eine einfache App zu erstellen, kannst du versuchen eine eigene App nach deinen Ideen zu verwirklichen.

## Anforderungen

- Freude am Arbeiten mit verschiedenen Softwares.
- Es werden keine Programmierkenntnisse vorausgesetzt.

## Empfehlung

- An alle SuS, welche gerne eine eigene Homepage und App erstellen möchten.

## Belastung

- keine

## Hinweis

- Die Homepage und App werden nur mit der Einverständniserklärung einer erziehungsberechtigten Person veröffentlicht!



<b>Italienisch für Anfänger</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>OS 1: Freifach OS 2: Wahlfach</b>	Ein Jahr 2 Lektion/Woche

## Inhalt

Machst du gerne Ferien in „bella Italia“ oder im „stupendo Ticino“?  
Wolltest du dir schon immer einmal selbst auf Italienisch „una pizza“ oder „un gelato“ bestellen?

Plauderst du gerne und interessierst dich für italienische Bräuche?

Dann bist du im Wahlfach Italienisch genau richtig. Dieses Wahlfach bietet dir die Möglichkeit, eine der Schweizer Landessprachen zu lernen.

Folgende - und noch viel mehr – Dinge stehen auf dem Programm:

- Einen Grundwortschatz zu lernen, um folgendes zu können:
  - sich vorstellen und ein Kennenlern-Gespräch führen
  - dein Befinden ausdrücken und sich nach dem Befinden anderer erkundigen
  - ein kurzes Telefongespräch führen
  - Speisen und Getränke auswählen und bestellen
  - verschiedene Restaurantsituationen nachspielen
  - über Freizeitbeschäftigungen sprechen
  - die eigene Meinung erläutern
  - nach der Uhrzeit fragen und diese auch selbst angeben
- Sich mit italienische Traditionen und Bräuchen befassen
- Berühmte italienische Persönlichkeiten kennenlernen



Der Unterricht ist 60% mündlich und (nur) 40% schriftlich

## Anforderungen

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Du musst aber Freude an Kommunikation haben. Du bist bereit, Wörter zu lernen, denn nur so lässt sich eine Sprache erlernen.

## Empfehlung

Alle, die Freude an Sprachen haben und bisher auch gute Leistungen in den sprachlichen Fächern erzielt haben.

## Belastung

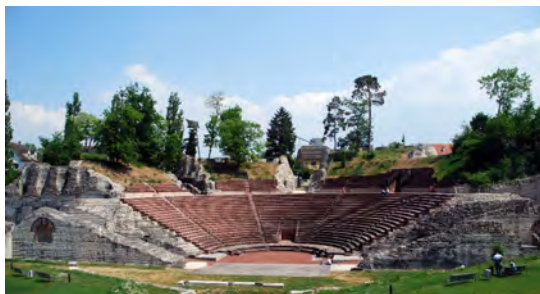
ca. 10 bis 15 Min. Hausaufgaben pro Woche



<b>Latein</b>	<b>1./2. Klasse Sek</b>
<b>Wahlfach</b>	1 Jahr 3 Lektionen / Woche

### **Inhalt**

Wenn du am Computer sitzt, Bus fährst, Käse oder Kirschen isst, dann hast du bereits mit Latein zu tun. Latein ist eine Grundlage unserer Kultur und Sprache. Darum erleichtert es das Erlernen von modernen Fremdsprachen wie Französisch, Englisch, Italienisch oder Spanisch. Es hilft aber auch, zu verstehen, wie Sprache überhaupt funktioniert. Der Lateinunterricht fördert das Sprachbewusstsein. Beim Übersetzen entwickelst du einen Sinn für Ausdrucksmöglichkeiten und sprachliche Genauigkeit.



Im Lateinunterricht kannst du auch die Welt der Antike, besonders der Römer, von verschiedenen Seiten her kennenlernen, nicht nur sprachlich. Alle haben in ihren zwei Latein Jahren die Gelegenheit, einmal an einer Exkursion in die Römerstadt Augusta Raurica (Kaiseraugst) teilzunehmen. Dort ist das Leben einer römischen Stadt visuell zu erleben.

Der Lateinunterricht ermöglicht dir nach der 2. OS Sek den Übertritt an die Kantonsschule mit Schwerpunktfach Latein. Eine Matura mit Latein gewährleistet den direkten Zugang zu allen Studienrichtungen an den Hochschulen.

### **Anforderungen**

Der Lateinunterricht umfasst in der 1. und 2. OS Sek je drei Wochenlektionen. Der Unterricht wird in einer Lektion stufenübergreifend erteilt.

Latein stellt hohe Ansprüche an Genauigkeit, Gedächtnis und logisches Denken. Es fördert diese Fähigkeiten aber auch. Fleiss, Ausdauer, Sorgfalt und Einsatzbereitschaft sind unerlässlich.

### **Empfehlung**

Wenn du Freude an der Sprache hast, Sagen und Geschichten liebst und dich dafür interessierst, woher viele Wörter kommen, die wir im Alltag brauchen, dann bist du im Latein am richtigen Ort.

### **Belastung**

Ca. 60 Minuten Hausaufgaben pro Woche.

### **Hinweis**

Die Latein-Stunden sind im Stundenplan so gelegt, dass du schlussendlich nur ca. 1-2 Mehrstunden hast. D.h. die Lateinstunden werden meist parallel zu einer Deutschstunde und einer Arbeitsstunde Deutsch und/oder Mathematik gelegt.



<b>Microsoft Office Anwendungen</b> Schwerpunkt: Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Teams & Co	<b>1./2. Klassen</b> <b>Real &amp; Sek</b>
<b>OS 1: Freifach</b> <b>OS 2: Freifach oder Wahlfach M+I</b>	Ein Quartal 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

In vielen Berufen sind gute Computer-Kenntnisse sowie ein vertieftes Wissen in Microsoft-Programmen wie **Word**, **Excel** und **PowerPoint** sehr gefragt. Als fortgeschrittener Office-Anwender hast du in der Lehre oder später in deiner Berufswelt grosse Vorteile!

Briefe gekonnt formatieren, Daten mit Excel einfach auswerten oder professionelle Präsentationen mit PowerPoint erstellen, sind wichtige Skills. Im Unterricht bleibt häufig fürs Erlernen der Anwendungen keine Zeit.

Vertiefe deshalb deine Kenntnisse und lerne neue vielseitige Möglichkeiten kennen.

### Folgende Themen werden behandelt:

- Mit **WORD** super easy Vorträge, Briefe oder Bewerbungen professionell gestalten.
- Eindrucksvolle Präsentationen mit **PowerPoint** produzieren.
- Tabellen und Diagramme ganz einfach mit **Excel** erstellen
- Lerne mit **Microsoft Teams** und **MS SharePoint** Dokumente gemeinsam zu bearbeiten.
- Nutze die vielen Vorteile von **OneNote** als dein neues Notizbuch.
- Mit **Office 365** hast du alle Dateien immer auf deinem Smartphone dabei. Wir richten alles ein.
- **Natürlich haben wir auch viel Zeit für deine eigenen Wünsche und Bedürfnisse.**

**Werde auch DU ein OFFICE-Könner!**

### Anforderungen

- Freude am Arbeiten mit dem PC.

### Empfehlung

- An alle SuS, welche ihre Anwendungskompetenzen erweitern möchten.

### Belastung

- keine



<b>Physical Computing</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>OS 1: Freifach</b> <b>OS 2: Freifach oder Wahlfach M+</b>	Ein Quartal 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

«**Physical Computing**» ist die Verbindung der physischen mit der virtuellen Welt. Dabei geht es darum, nicht nur ein Programm auf dem Bildschirm zu erstellen, sondern damit in der realen Welt etwas zu bewirken. In kleineren und grösseren Projekten können Objekte programmiert und gesteuert werden.

### Hier ein paar Beispiele:

- Einen LED-Streifen selbst programmieren.
- Ein selbst fahrendes Auto herstellen.
- Mit einem Bananen- oder Treppenklaviert Musik machen.
- Einfache Minigolfanlage.
- Fussgängerampel
- ...und vieles mehr.

**Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt!**

### Anforderungen

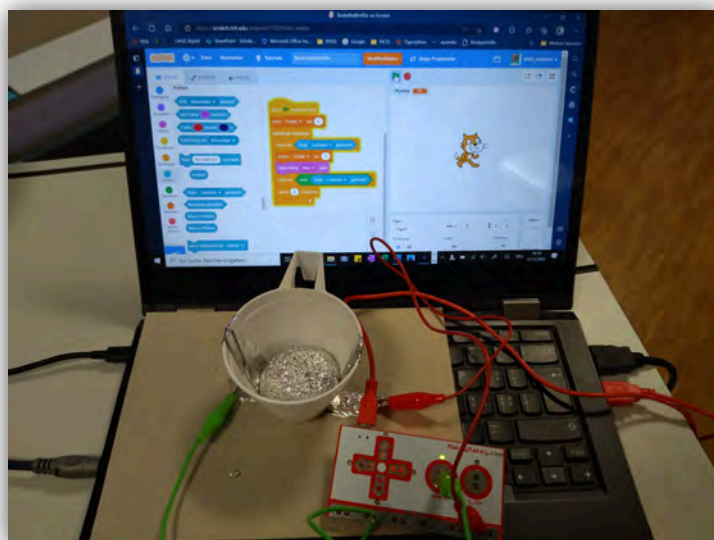
- Es sind keine Vorkenntnisse notwendig! Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.
- Freude am ICT und am Experimentieren ist von Vorteil.

### Empfehlung

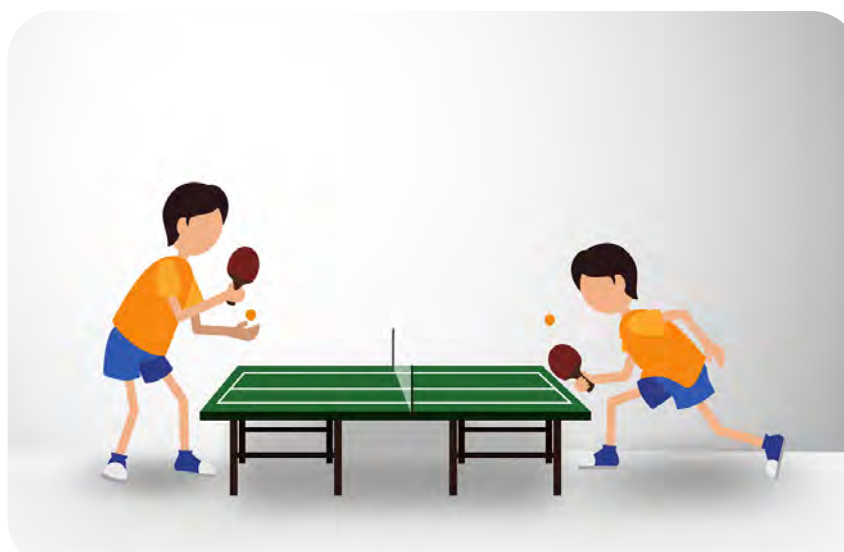
- An alle SuS, welche die einfachen Grundlagen des Programmierens erlernen möchten und gerne an kleinen Projekten „tüfteln“.
- Dieser Kurs eignet sich auch für Girls!

### Belastung

- keine



<b>Ping-Pong</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	ein Quartal 2 Lektionen / Woche
<p><b>Inhalt</b> Einzelspiel, Doppelspiel, Rundlauf, Trainingsformen, Turnier: Wir spielen Ping-Pong, haben Spass dabei und verbessern unsere Fähigkeiten (z.B. Schnitt des Gegners verstehen lernen und selbst anwenden können / abwechslungsreiches Anspiel / Körperhaltung / Taktik / ...)</p>	
<p><b>Anforderungen</b> Freude am gemeinsamen Spiel und die Motivation, ein besserer Spieler zu werden. Anfänger, sowie Fortgeschrittene sind willkommen und werden gefordert und gefördert.</p>	
<p><b>Empfehlung</b> Ping-Pong ist ein beliebtes Freizeitspiel. Immer wieder werden Ping-Pong-Tische angetroffen, in den Ferien, bei Spielplätzen, auf dem Pausenplatz, manchmal zuhause, und manches Mal mehr. Ping-Pong ist aus vielerlei Gründen beliebt: es bringt Menschen zusammen, jeder kann mitmachen, man ist körperlich aktiv, ohne es zu übertreiben; es gibt den Reiz des Wettkampfs und des strategischen Denkens; auch die Flugeigenschaften, die dem Ball verschafft werden können, sind unglaublich faszinierend. Fühlst du dich angesprochen?</p>	
<p><b>Belastung</b> Ping-Pong kann gemütlich, aber auch so gespielt werden, dass man körperlich gefordert ist. Wir sind flexibel, ist also für alle machbar.</p>	
<p><b>Hinweise</b> Das Freifach könnte auch ein Sprungbrett für ein Schnuppern in einem der umliegenden Tischtennisvereine sein.</p>	



<b>Polysport</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Quartal 2 Lektionen / Woche

Spiele und Sport sind deine Leidenschaft, die du gerne noch öfters ausleben möchtest?

Beim Wahlfach Polysport werden wir verschiedenste neue Spiele, Sportarten und Techniken erlernen. Besonders wichtig sind dabei die drei Grundsätze für den Polysport:

- Einsatz
- Teamplay
- Fairness



Diese drei Punkte sind nebst Regeln auch ein Wertesystem. Sie ergeben in Spielvariationen von Völk, Handball, Unihockey und co. zusätzliche Matchpunkte! So kann jeder einen Punkt für das eigene Team holen. Polysport soll den Teamgeist fördern und Spaß machen! Die Teams bestehen gemeinsam neue Challenges, erfinden ihren eigenen Schlachtruf und Spielzusätze. Außerdem bieten wir Platz für die Sporttagvorbereitung und das Kennenlernen völlig neuer Sportarten.

### Anforderungen

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

### Empfehlung

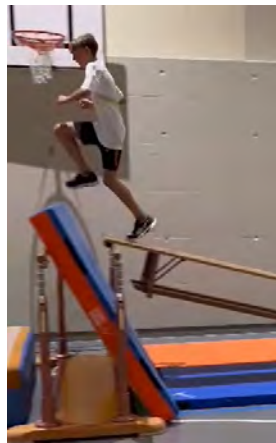
An alle, die sich für ein zusätzliches, spassgefülltes Training interessieren. Bei uns können auch neue Talente punkten, denn das Wichtigste ist «Teamplay», «Einsatz» und «Fairness». Beim Polysport steht der Spass und nicht die Leistung im Vordergrund.

### Belastung

Sportlicher Einsatz und gute Laune sind für einen guten Teamgeist notwendig.

### Einschränkung

Teilnehmerzahl bis ca. 25 Schüler/innen



<b>Schauspiel / Theater</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Semester (2./3. Q.) 2 Lektionen / Woche

**Inhalt:**

- Kennenlernen der wichtigsten Schauspieltechniken, Sprechtechnik.
- Bearbeiten eines Monologes oder Dialoges mit klassischem, modernem oder eigenem Text.
- Improvisationsarbeit
- Allenfalls: Aufführung vor den Frühlingferien 2025

**Anforderungen:**

- Freude am Ausprobieren,
- Lust an Improvisation und
- aktive Teilnahme

**Empfehlung:** Für Jugendliche die Freude haben sich auszudrücken und Auftrittskompetenz erlernen wollen.

**Belastung:** Minitexte lernen

**Hinweise:** Das Freifach findet ab 8 TeilnehmerInnen statt, kann aber nicht mehr als 12 SchülerInnen aufnehmen. Wir werden ein Stück erarbeiten und aufführen.



<b>Schmuckkurs</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Semester 2 Lektionen / Woche

### **Inhalt**

Im Schmuckkurs giessen und polieren wir Silberringe, Armreife und andere Gegenstände. Alle Schmuckstücke werden von dir selber entworfen. Du kannst Swarovski- Diamanten und Swarovski- Rubine im Schmuckstück einsetzen.

### **Anforderung**

Wer gerne mit Metall und Feuer arbeitet ist im Schmuckkurs genau richtig. Du hast Freude eigene Schmuckstücke zu kreieren und verschiedene einfache Goldschmiedetechniken kennen zu lernen.

### **Empfehlungen**

Du bist neugierig und hast Freude am exakten Handwerk.



<b>Spanisch für Anfänger</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Wahlfach</b>	1 Jahr; 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

Interessierst du dich für die spanische und lateinamerikanische Kultur?  
Hast du Lust Spanisch für den Alltag oder den Urlaub zu lernen?  
Sprichst du gerne Fremdsprachen?

Dieses Wahlfach bietet dir die Möglichkeit, die Sprache kennen zu lernen, die von rund 420 Mio. Menschen weltweit gesprochen wird. Sie ist Amtssprache in rund 30 Ländern.

Folgende – und noch viel mehr – Dinge stehen auf dem Programm:

- Einen Grundwortschatz, genügend Verben und Adjektive zu lernen um:
  - sich und seine Familie vorstellen zu können
  - andere zu informieren, was du magst
  - über Sport und andere Aktivitäten zu sprechen
  - ein Verkaufsgespräch in einem Laden zu führen
  - über Ferienerlebnisse in der Vergangenheit zu berichten
- Bräuche, Traditionen und Sehenswürdigkeiten lateinamerikanischer Länder kennenlernen
- Ein minimales Wissen über spanischsprechende Länder der Welt erarbeiten (Geographie, Essen, Familie, Schule, Musik etc.)
- Personen treffen, die in diesen Ländern leben oder gelebt haben

---

### Anforderungen

Spanisch gehört zu einer der wenigen Sprachen, in denen die Wörter fast genauso geschrieben wie gesprochen werden. Die wenigen Ausnahmen in der Aussprache sind schnell gelernt.

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Du musst aber Freude an Kommunikation haben. Du bist bereit, Wörter zu lernen, denn nur so lässt sich eine Sprache erlernen.

---

### Empfehlung

An alle, die **Freude** an Sprachen haben und mehr über die spanische Kultur erfahren möchten.

Zudem bietet sich die Möglichkeit, in der zweiten oder dritten Oberstufe einen **interkulturellen Schüler\*innen-Austausch in Panamá** zu machen. Der Austausch läuft so: Du gehst ganz normal während drei Wochen am Colegio Europeo Panamá zur Schule (<https://www.colegioeuropeo.edu.pa/index.html>) und wohnst bei einer Gastfamilie. Deren Tochter oder Sohn hat dann auch das Recht, während drei Wochen bei dir zu Hause zu wohnen und an der Oberstufe Uznach zur Schule zu gehen. Dieser Austausch findet immer im Zeitraum von Mitte April bis Ende Mai statt.

---

### Belastung

ca. 15 bis 20 Min. Hausaufgaben pro Woche



<b>Tanzen</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Quartal 2 Lektionen/Wo

**Inhalt**

Hörst du gerne Musik und bewegst dich dazu? Möchtest du neue Tanzschritte lernen oder selbst einen Tanz erfinden? Kannst du einfach nicht ruhig sitzen, wenn irgendwo Musik läuft? Dann bist du hier genau richtig!

**Empfehlung / Anforderung**

An alle die gerne tanzen und bereit sind, das Gelernte vor Zuschauern zum Besten zu geben. 😊

**Belastung**

Kein Mehraufwand zu Hause





<b>Tennis</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	Ein Quartal 2 Lektionen / Wo

### Inhalt

Das Spiel mit dem Filzball fasziniert Jung und Alt. Du hast die Möglichkeit, eine coole Sportart auszuprobieren.

Auf den Sandplätzen des Tennis Club Uznach erlernst du die Grundschläge und verbesserst deine Technik.

Einem Sieg in deinem nächsten Match steht so nichts mehr im Weg.

### Folgende, und noch mehr Dinge, stehen auf dem Programm:

- Erlernen der Grundschläge
- abwechslungsreiche Übungsformen
- spannende Spielformen
- ein cooles Abschlussturnier
- kennen lernen der einfachsten Spielregeln

**„Kleiner zu klein, der nächste Federer zu sein“!**

### Anforderungen

- Es sind keine Vorkenntnisse notwendig!
- Freude am Spielen und Bewegen mit Schläger (Racket) & Ball.
- Ein Racket bekommst du von der Schule.

### Empfehlung

An alle Schülerinnen und Schüler, die gerne eine neue Sportart ausprobieren und die Grundlagen des Tennisspiels erlernen möchten.

### Belastung

Keine



Tennisplatz Uznach  
(hier spielen wir)



<b>Unihockey</b>	<b>1./2. Klasse Real &amp; Sek</b>
<b>Freifach</b>	1 Quartal 2 Lektionen / Woche

### Inhalt

Unihockey ist die zweitgrösste Teamsportart in der Schweiz und auch international gesehen, ist die Schweiz mittlerweile die drittgrösste Unihockey-Nation weltweit. Im Zentrum steht sicherlich das Spielen, welches nicht zu kurz kommen wird. Zudem wird am "Stickhandling", also dem bewussten Umgang mit Stock und Ball, sowie weiteren technischen und taktischen Grundelementen der äusserst schnellen Mannschaftssportart geübt.

### Anforderungen

Freude am Spiel, Motivation, Fairness, Teamfähigkeit

### Empfehlung

Das Freifach Unihockey eignet sich besonders für diejenigen, die sich für die Sportart interessieren und sich gerne ausprobieren, jedoch nicht einem Verein beitreten möchten. Ob Junge oder Mädchen, alle dürfen dabei sein und sollen gemeinsam Spass am Teamsport haben.

### Belastung

Ein wenig Ausdauer ist gefragt, jedoch im normalen Ausmass.

