

## **Wahlunterricht an der Freiherr-vom-Stein-Schule ab Klasse 9 im Schuljahr 2020 / 2021**

### **Allgemeine Hinweise zum WU – Unterricht**

Der Wahlunterricht in den Jahrgangsstufen 9 und 10 bietet den Schülerinnen und Schülern neben dem AG-Angebot eine Möglichkeit zur persönlichen Schwerpunktsetzung. In eines der folgenden Angebote kann man sich einwählen:

- 3. Fremdsprache Französisch / Latein / Spanisch\*<sup>1</sup>
- Blasorchester\*<sup>2</sup>
- Chor\*<sup>2</sup>
- Darstellendes Spiel
- NaWi
- Informatik
- ITG - Computerführerschein und Internet
- Sportbiologie

Die Kurse sind in der Regel 2-stündig, die Blasorchester-AG und die 3. Fremdsprache werden im Umfang von 3 Wochenstunden angeboten.

Auf der nächsten Seite finden Sie zunächst eine schematische Darstellung aller Angebote.

Was genau in den einzelnen Kursangeboten angeboten wird, geht aus den Beschreibungen auf den folgenden Seiten hervor. Zu jedem Kursangebot ist eine Lehrkraft als Ansprechpartner angegeben, die weitere Auskünfte geben oder Rückfragen beantworten kann. Welche Lehrerinnen und Lehrer die jeweiligen Kurse unterrichten, ist nach den Sommerferien dem neuen Stundenplan zu entnehmen. Änderungen bleiben vorbehalten!

**Um gegebenenfalls die Kursgrößen anpassen zu können, ist eine Zweitwahl erforderlich. Die getroffene Wahl ist für die Schuljahre 9 und 10, also für 2 Jahre verbindlich. Kurswechsel sind nicht möglich!**

---

\*<sup>1</sup> Welche Sprache als 3. Fremdsprache angeboten wird, hängt vom Wahlverhalten der Schülerinnen und Schüler ab.

\*<sup>2</sup> Da die Blasorchester- und die Chor-AG am Nachmittag stattfinden, können die betreffenden Schülerinnen und Schüler ein weiteres Angebot wählen oder es bei dieser Wahl belassen.

### Gesamtübersicht über das WU – Angebot der Freiherr-vom-Stein-Schule Fulda ab Klasse 9 für das Schuljahr 2020/2021

Klasse	Sprachlich-Musischer Schwerpunkt				Naturwissenschaftlicher Schwerpunkt				
	10/2	3. Fremdsprache (Französisch, Latein, Spanisch) (je nach Anmeldung)	Blasorchester	Chor	Darstellendes Spiel	Projekt Öko oLaF 2	Astrophysik 2	Informatik – Sek I	ITG -Computerführerschein
10/1	Projekt Öko oLaF 1					Astrophysik 1			
9/2	Umwelt und Nachhaltigkeit					oLaF2			
9/1	Umwelt und Nachhaltigkeit					oLaF1			

## Angebote mit sprachlich-musischen Schwerpunkt

### Angebot: 3. Fremdsprache Französisch / Latein / Spanisch

#### Allgemeine Informationen

Ab Klasse 9 stehen im Rahmen des Wahlunterrichts Französisch, Latein und Spanisch als 3. Fremdsprache zur Wahl.

Die 3. Fremdsprache wird mit drei Wochenstunden belegt. Davon finden zwei Stunden im Vormittagsbereich und eine Stunde am Nachmittag statt. Wie auch in der 2. Fremdsprache werden pro Schulhalbjahr zwei Klassenarbeiten geschrieben.

#### Warum die 3. Fremdsprache wählen?

- Hast Du Spaß am Sprachenlernen und wünschst Dir, Du könntest noch eine weitere Sprache? Dann ist die Wahl **einer** 3. Fremdsprache für Dich genau das Richtige.
- Da Du bereits zwei Fremdsprachen lernst, hast Du einige Erfahrung im Lernen von Sprachen. Dies kann beim Lernen der 3. Fremdsprache eine große Hilfe sein. Die Fortschritte werden schnell sichtbar und man kommt schnell „voran“.
- So einfach wie im Rahmen der 3. Fremdsprache lernst Du nie wieder eine Fremdsprache – Sprachkurse (z.B. an der Universität) kosten später viel Mühe und finanziellen Einsatz.

#### Französisch

Französisch wird auf 5 Kontinenten in weltweit 57 Ländern gesprochen. In Europa haben wir mehrere direkte französischsprachige Nachbarn wie Frankreich, Belgien, Luxemburg und die Schweiz und damit Zugang zu deren *savoir-vivre*: die französische Kultur, Essen, Mode, Musik und Film. Der französischsprachige europäische Arbeitsmarkt bietet viele Stellen, ferner sind Deutschland und Frankreich die wichtigsten Handelspartner füreinander und Französisch ist offizielle Arbeitssprache der EU, der NATO und der UNO.

An der FvSS wird Französisch als 3. Fremdsprache mit dem modernen, kompetenzorientierten Lehrwerk „Le cours intensif“ unterrichtet. Der unterrichtliche Schwerpunkt ist die Schulung der kommunikativen Fähigkeiten, um sich in der Sprache verständigen zu können.

#### Latein

Latein ist die Sprache des antiken Rom, die über Jahrhunderte in vielen Teilen Europas in Gebrauch war. Durch sie wurden das Wissen und die Kultur der Antike in Europa verbreitet. Sie ist daher von großer Bedeutung für die Entwicklung unserer Wissenschaften und Kultur. Mit Lateinkenntnissen lassen sich Fremdwörter ableiten und sie ermöglichen einen leichteren Zugang zu den romanischen Sprachen und zu unserer Kultur. Das Latinum, das man erlangen kann, wenn man Latein von Klasse 9 bis zur Klasse 13 belegt, erleichtert ferner den Zugang zu einigen Studiengängen.



**FREIHERR  
VOM  
STEIN  
SCHULE** GYMNASIUM

● Freiherr-vom-Stein-Schule ● Domänenweg 2 ● 36037 Fulda ●

An der FvSS wird Latein als 3. Fremdsprache mit dem für den Unterricht in der dritten Fremdsprache konzipierten Lehrwerk „Latein 3“ unterrichtet. Der unterrichtliche Schwerpunkt liegt auf dem systematischen Aufbau der Grammatik und dem Übersetzen ins Deutsche.

### **Spanisch**

Spanisch liegt mit weltweit 570 Millionen Sprechern, darunter 440 Millionen Muttersprachler, an zweiter Stelle in der internationalen Kommunikation. Es wird in einem unserer wichtigsten europäischen Partner- und Urlaubsländer gesprochen und ist Brückensprache zu fast allen lateinamerikanischen Ländern und Kulturen. Damit ermöglicht das Fach Spanisch interkulturelles Lernen auch in außereuropäischen Kontexten und bereitet frühzeitig auf ein Leben in der globalisierten (Arbeits-)Welt vor.

An der FvSS wird Spanisch als 3. Fremdsprache mit dem modernen, kompetenzorientierten Lehrwerk „Encuentros 3000“ unterrichtet. Der unterrichtliche Schwerpunkt ist die Schulung der kommunikativen Fähigkeiten, um sich in der Sprache verständigen zu können.

### Ansprechpartner(in):

Französisch: Frau Habersack, [heike.habersack@stein.schule](mailto:heike.habersack@stein.schule)

Latein: Herr Ruppel, [bernd.ruppel@stein.schule](mailto:bernd.ruppel@stein.schule)

Spanisch: Frau Hohmann, [melanie.hohmann@stein.schule](mailto:melanie.hohmann@stein.schule)

## Angebot: Blasorchester



Das Blasorchester bildet die Fortsetzung der Orchesterarbeit in den Bläserklassen und der Young Band und besteht überwiegend aus Schülerinnen und Schülern der Jgst. 9-13. Das Orchester steht aber auch Quereinsteigern, die in Musikvereinen oder anderen Ensembles spielen oder die noch keine Ensembleerfahrung haben. Folgende Instrumente werden gebraucht:

*Querflöte, Oboe, Fagott, Klarinette, Bassklarinette, Altsaxophon, Tenorsaxophon, Baritonsaxophon, Waldhorn, Trompete, Posaune, Tenorhorn, Euphonium, Tuba, E-Bass, Schlagzeug oder Perkussionsinstrumente (Xylophon, Pauken, Becken etc.)*

Neben einem Weihnachts- und einem Jahresabschlusskonzert im Sommer nimmt das Blasorchester auch an Wettbewerben und Orchesterbegegnungen teil. In 2019 konnte das Blasorchester beim Wettbewerb für Jugendblasorchester am Hessian Day in Bad Hersfeld den ersten Platz in der Kategorie bis 19 Jahre belegen (siehe Bild oben).

Unser Repertoire reicht von symphonischer Blasmusik bis hin zu sehr populären Rock- und Pop-Nummern.

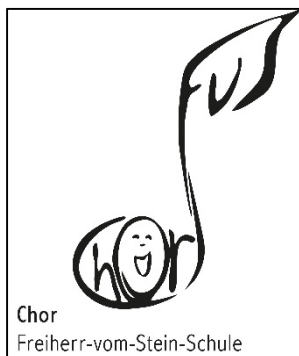
Wer sich unsicher fühlt, kann gerne völlig unverbindlich zum Schnuppern zur Blasorchesterprobe vorbeikommen.

Wir proben immer freitags von 14:15 Uhr bis 16:30 Uhr im Raum F171 (oberhalb des Aufenthaltsraumes).

Ansprechpartner: Herr Müller, [andre.mueller@stein.schule](mailto:andre.mueller@stein.schule)



## Angebot: Chor



Du hast Freude am Singen, bist gerne mit anderen Menschen zusammen und möchtest mehr über die Stimme als Instrument erfahren?

Dann bist Du im Chor genau richtig. Die Chor-AG findet an einem Nachmittag in der 8. und 9. Stunde statt. Chorerfahrung und Notenkenntnisse sind nicht unbedingt erforderlich. Spaß am Singen ist die einzige Voraussetzung, um im Chor mitzumachen.

Wenn Du ein Junge bist und jetzt gerade denkst: „Singen ist doch nur was für Mädchen?!“ – dann lass Dir gesagt sein: Männerstimmen sind in jedem Chor außerordentlich gefragt. Deshalb brauchen wir Dich und Deine Stimme ganz besonders.

Wir singen traditionelles und aktuelles Liedgut in verschiedenen Sprachen. Je nach Besetzung sind die Stücke zwei- oder dreistimmig. Das eingeübte Programm wird z. B. im Weihnachtskonzert oder im Sommerkonzert präsentiert. Einmal im Schuljahr fahren wir mit allen Chorgruppen der Schule auf ein gemeinsames Probenwochenende, um dort gemeinsam zu singen und die Chorgemeinschaft durch gemeinsame Unternehmungen zu stärken.

Ein besonderes Erlebnis ist es immer, wenn alle Chorgruppen zusammen singen. Es entsteht dann ein Chor mit über 80 Sängerinnen und Sängern. Du kannst Teil dieser Gemeinschaft werden, wenn Du uns deine Stimme gibst. Wir freuen uns auf Dich!

Wenn Du Fragen zum Wahlunterricht Chor hast, dann schreibe mir gerne eine E-Mail.



Ansprechpartnerin: Frau Mihm, [dorothea.mihm@stein.schule](mailto:dorothea.mihm@stein.schule)

## Angebot: Darstellendes Spiel

Darstellendes Spiel wird als Wahlfach zweistündig in der Jahrgangsstufe 9 und 10 angeboten. Das Fach steht für Teamarbeit, Selbsterfahrung und den Umgang mit Sprache.

Im ersten Jahr erlernen die Schülerinnen und Schüler Grundbegriffe des Theaters und erwerben Wissen über das Theater als kulturelle Einrichtung in unserer Gesellschaft. Darüber hinaus erfahren sie in kleinen Gruppen spielerisch viel über Darstellungsmöglichkeiten auf einer Bühne und es darf viel improvisiert werden. Der Schwerpunkt liegt auf der Praxis und auf dem gemeinsamen Erproben von theatralen Möglichkeiten. Miteinander wird zu einem selbstgewählten Thema eine szenische Theaterproduktion angestrebt, die zur eigenständigen Gestaltung von kleinen Szenen zu einem gewünschten Thema liegt und in deren Aufführung am Jahresende mündet.

Im zweiten Jahr wird das erforderte Wissen vertieft und auf der Basis von bereits gewonnener Bühnenerfahrung wird nun die Produktion eines vollständigen Dramas angestrebt. Hierzu wird ein mit den Schülerinnen und Schülern gemeinsam ausgewähltes Theaterstück inszeniert. Ein dramatischer Text wird bearbeitet, den Sinn erhaltend gekürzt, Rollen werden nun von den Schülerinnen und Schülern übernommen und Figuren aus dem Drama individuell gestaltet. Mitunter wird hierzu ein im Deutschunterricht gelesenes Drama ausgewählt, das nun zur eigenen Inszenierung ausgestaltet werden darf, zum Beispiel: „Der Besuch der alten Dame“ von Friedrich Dürrenmatt. Kostüme werden kreiert, Texte müssen auswendig gelernt werden, Abläufe der Szenen werden geprobt und Variationen diskutiert. Auch hier steht die Spielpraxis im Vordergrund und es wird eine Aufführung zum Jahresende angestrebt.

Die Aufführungen beider Jahrgangsstufen finden in der Regel an einem gemeinsamen Termin statt.

Die Teilnahme an diesem Wahlfach bietet eine gute Grundlage zur Selbsterfahrung und kulturellen Bildung sowie für die Wahl des Faches „Darstellendes Spiel“ als Grundkurs in der Oberstufe, welcher auch als Prüfungsfach im Abitur gewählt werden kann. Die Teilnahme ist eine sinnvolle Vorbereitung für die gymnasiale Oberstufe, die jedoch nicht zwingend erforderlich ist, der Vorteil liegt in der bereits gewonnenen Bühnenerfahrung.

Ansprechpartnerinnen:

Frau Altinbas, [susanne.altinbas@stein.schule](mailto:susanne.altinbas@stein.schule)

Frau Kraemer, [stephanie.kraemer@stein.schule](mailto:stephanie.kraemer@stein.schule)

## Angebote mit Naturwissenschaftlichen Schwerpunkt (NaWi)

Die Freiherr-vom-Stein-Schule wurde im November 2019 erneut als MINT-freundliche Schule ausgezeichnet und zertifiziert. Dies ist die Anerkennung der sehr guten, schülerorientierten Arbeit der Kolleginnen und Kollegen des naturwissenschaftlich-technischen Aufgabenfeldes. Unter dem Stichwort „NaWi“ finden sich verschiedene naturwissenschaftliche Lernfelder zusammen, die sich teilweise mit naturwissenschaftlichen Unterrichtsfächern decken, teilweise aber auch deutlich darüber hinausgehen.

Dabei ist unser Konzept für die Naturwissenschaften so angelegt, dass sie auf aktuelle Themenstellungen wie zur Zeit die Klimaveränderung oder die bevorstehende Landesgartenschau in Fulda eingehen und diese den Schülerinnen und Schülern nahebringen.

Unsere Ziele sind es z. B. Interesse für Naturwissenschaften zu wecken, Vorkenntnisse zu vertiefen, weiterführend in naturwissenschaftliches Arbeiten einzuführen und ...

Da die Interessen hier sehr vielfältig sein können, bieten wir mehrere Schwerpunktthemen zur Wahl an. Diese richten sich vor allem nach den speziellen Angeboten der Freiherr-vom-Stein-Schule. Sie bilden eine Verzahnung mit dem naturwissenschaftlichen AG-Angebot unserer Schule.

Welche Kurse letztendlich zustande kommen, hängt von der Einwahl der Schülerinnen und Schüler ab.

## Angebot: WU – Kurs Ökologie und oLaF

### Umwelt und Nachhaltigkeit - Halbjahre 9/1 und 9/2

Der Wahlunterricht Umweltschutz und Nachhaltigkeit beschäftigt sich in erster Linie mit den im Titel genannten Themen. Dazu gehören unter anderem die 17 Nachhaltigkeitsziele sowie die Möglichkeit zu deren Umsetzung im schulischen, privaten und öffentlichen Bereich. Während im ersten Halbjahr vor allem



der private und schulische Bereich im Fokus steht, soll im zweiten Halbjahr der Blick auf die regionale/ städtische Öffentlichkeit gerichtet werden. Ziel ist es, ein Projekt zu planen, das dann im Rahmen der Landesgartenschau 2023 in Fulda ausgestellt oder durchgeführt wird.

Die konkrete Realisierung des Projektes findet dann in der Klasse 10 im oLaF statt.

Ansprechpartnerin: Frau Gaul, [katharina.gaul@stein.schule](mailto:katharina.gaul@stein.schule)





● Freiherr-vom-Stein-Schule ● Domänenweg 2 ● 36037 Fulda ●



**FREIHERR  
VOM  
STEIN  
SCHULE** GYMNASIUM

## **Angebot: WU – Kurs oLaF und Astronomie**

### **oLaF – das offene Labor Fulda – Halbjahre 9/1 und 9/2**

Im oLaF, dem offenen Labor Fulda, könnt (müsst) Ihr eigene Projekte zu naturwissenschaftlichen Phänomenen entwickeln und durchführen. Wer gerne mal freies naturwissenschaftliches Arbeiten ohne Lehrkraftvorgaben ausprobieren möchte und selber etwas erforschen, entdecken oder erfinden will, der ist hier richtig. Egal ob es sich um Projekte aus Mathematik, Physik, Biologie, Chemie, Informatik oder Technik handelt, im oLaF findest Du die richtigen Ansprechpartner für Dein individuelles Vorhaben. Beispiele für gelungene oLaF-Projekte sind ein von einem Schüler fahrbares Primärsolarfahrzeug, ein elektrifiziertes Kettcar, das über 30 km/h schafft, ein funktionstüchtiger Hochofen, Sauerstoff und Kohlenstoffdioxid-Messungen in Klassenräumen, Untersuchungen zum Einfluss von verschiedenen Lichtquellen auf das Pflanzenwachstum, das Bauen und Einrichten eines Linux-Servers für oLaF, das Programmieren eines Computerspiels mithilfe eines Spiele-Engines, Konstruktion und Bau von Wearables, eine sensorgesteuerte Gießanlage für Zimmerpflanzen, Planung und Start eines Stratosphärenballons, 3D-Druck und vieles mehr.

Ein starkes Interesse an einer Naturwissenschaft, kreative Ideen, Forscherdrang, Neugierde, aber auch Durchhaltevermögen sind Voraussetzungen. Wer gerne von der Lehrkraft gesagt bekommt, was wann wie zu tun ist und wer auf ein festes Curriculum hofft, ist hier falsch.

Ansprechpartner: Herr Groß, [clemens.gross@stein.schule](mailto:clemens.gross@stein.schule)

### **oLaF – das offene Labor Fulda – Halbjahre 10/1 und 10/2**

Nach der Beschäftigung mit Umwelt und Nachhaltigkeit geht es jetzt in einen praxisorientierten Teil über. In Kleingruppen werden individuelle Jahresprojekte zu diesen Themen gesucht, durchgeführt und evaluiert. Bei der Wahl der Themen seid Ihr sehr frei, egal ob der Schwerpunkt in Mathematik, Physik, Biologie, Chemie, Informatik oder Technik liegt, wichtig ist die thematische Orientierung an Umwelt und Nachhaltigkeit. Dies lässt viel Spielraum für individuelle Projektideen.

Wir werden versuchen, die Projektergebnisse auf der Landesgartenschau in Fulda und natürlich auch auf unserem Schulfest zu präsentieren.

Ansprechpartner: Herr Groß, [clemens.gross@stein.schule](mailto:clemens.gross@stein.schule)

## **Astronomie und Astrophysik - Halbjahre 10/1 und 10/2**

Ziele des Kurses sind vor allem das Kennenlernen astronomischer Grundlagen und die Anwendung bekannter und neuer physikalischer Gesetze auf die Abläufe im Weltall. Beispiele dazu sind:

- ✓ Orientierung am Sternenhimmel, Kennenlernen wichtiger Sternbilder und Sterne
- ✓ Himmelsmechanik der Planeten, deren Eigenschaften, Entstehung und Entwicklung
- ✓ Vom Urknall zum schwarzen Loch – Sternentstehung, Galaxien, Strukturen des Universums
- ✓ Aktuelle Beobachtungen, Ereignisse und Erkenntnisse in der Wissenschaft
- ✓ Raumfahrt unbemannt und bemannt in Vergangenheit und Zukunft
- ✓ Wissenschaftliches Arbeiten an neuen Daten von ESA und NASA – z.B. Asteroidensuche (die ihr als Entdecker dann sogar offiziell benennen dürft!!!)

Wir arbeiten im Unterricht mit unserem schuleigenen Planetarium im G-Trakt, mit dem Stellarium auf den Schul-PCs, bearbeiten von euch gewählte Themen, und ihr dürft zu abendlichen Beobachtungen auf die Sternwarte kommen.

Ich freue mich auf spannende Fragen, Diskussionen und Entdeckungen mit Euch!

Ansprechpartnerin: Frau Luck, [tatjana.luck@stein.schule](mailto:tatjana.luck@stein.schule)

## Angebot: ITG - Computerführerschein - Jahrgangsstufen 9 und 10 - vom Digital Naive zum Digital Native -

In diesem Wahlpflichtkurs erlangen wir die Qualifikation zum Europäischen Computerführerschein (ECDL Base). Der ECDL bescheinigt Wissen über Computer und Fertigkeiten, bestimmte weitverbreitete Standard-Computeranwendungen zu benutzen und sich im Internet sicher zu bewegen.

Im Einzelnen sind das: Netzwerk-Grundlagen, Online-Grundlagen, Textverarbeitung, Präsentationen, Tabellenkalkulation, Bildbearbeitung, IT-Sicherheit, Web Editing (HTML5, CSS, JavaScript).



Während wir im ersten Teil des Kurses unsere Kenntnisse in digitaler Organisation, Textverarbeitung und Präsentationsprogrammen verbessern, richten wir in den weiteren Kursteilen unseren Fokus auf das World Wide Web (WWW), seine Geschichte und seine Möglichkeiten. Das Kursziel ist die Erstellung eigener Webpages, der Übergang von statischen zu interaktiven Websites bis hin zur deren Publikation im Netz. Dazu zählt ein sicherer Umgang mit dem Computer und ein Einstieg in das Programmieren.

(Bildquelle: ECDL)

Hinweis: maximale Teilnehmerzahl 24 Schülerinnen und Schüler

Ansprechpartner: Herr Helmbrecht, [andreas.helmbrecht@stein.schule](mailto:andreas.helmbrecht@stein.schule)

## Angebot: Informatik - Sek I für die Jahrgangsstufen 9 und 10

Quelle: <https://appcamps.de>



Im ersten Teil dieses Kurses erlernen wir Grundlagen zu der Funktionsweise eines Computers. Was sind Bits und (Giga-)Byte und welche Logik liegt einem Informatiksystem zu Grunde? Hierzu werden kleine Schaltungen modelliert und simuliert. Des Weiteren ist die

Teilnahme am bundesweiten Wettbewerb *Informatik Biber* im November 2020 geplant, bei dem vor allem strategisches Problemlösen im Vordergrund steht. Dabei wird logisch-strukturiertes Denken und Abstraktionsvermögen gefördert.

Im Anschluss erstellt Ihr eine App mit dem *App-Inventor* des *Massachusetts Institute of Technology (M.I.T)*. Hierbei lernt ihr spielerisch grundlegende Konzepte der Informatik und Programmiermethoden kennen. Zudem wird ein fundiertes Verständnis für Programme und Anwendungen geschaffen, welche wir im Alltag täglich nutzen.

Im zweiten Teil werden wir unser eigenes kleines *Smart Home* unter Verwendung der Plattform *Arduino* bauen. Hierbei soll das bisher erworbene Wissen vertieft und eine Verbindung zwischen Theorie und Praxis geschaffen werden. Dabei erhaltet Ihr Einblicke in die Welt der Digitaltechnik und Programmierung.

Hinweis: maximale Teilnehmerzahl 24 Schülerinnen und Schüler

Ansprechpartner: Herr Klimm, [andreas.klimm@stein.schule](mailto:andreas.klimm@stein.schule)

## Angebot: Sportbiologie

Grundlage jeder sportlichen Leistung ist die Funktion des menschlichen Körpers. Je besser das Zusammenspiel der Organe des menschlichen Körpers, um so bessere Leistungen vermag der Sportler zu vollbringen. Umgekehrt sorgt das regelmäßige und gezielte Training des menschlichen Körpers für eine Verbesserung der Funktion der einzelnen Organe und Organsysteme des menschlichen Körpers. Sport ist somit eine Grundlage für ein gesundes und leistungsfähiges Leben.

Deshalb liegt nichts näher, als die Verbindung der beiden Unterrichtsfächer Biologie und Sport. Im Wahlunterricht Sportbiologie lernt man die Grundlagen der Funktionen des menschlichen Körpers im Bezug auf sportliche Bewegungen kennen. Darüber hinaus wird erarbeitet, mit welchen Trainingsmethoden man die sportliche Leistungsfähigkeit (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit) verbessern kann und welche Veränderungen die einzelnen Organe / Organsysteme bei sportlichem Training erfahren.

Dabei ist die Verzahnung von Theorie und Praxis sehr wichtig. Wenn z. B. im Theorieunterricht über die Grundlagen der Ausdauerleistungsfähigkeit gesprochen wird, dann sollen die SchülerInnen die Grenzen ihrer Ausdauerleistungsfähigkeit auch in der Praxis erfahren. Dies kann z. B. in der Durchführung von Ausdauerleistungstests und / oder der Teilnahme an Ausdauerwettbewerben (Mini-Marathon Fulda, Rhönsupercup, usw.) erfolgen.

Folgende Themen sind Bestandteil des Wahlunterrichts Sportbiologie:

- Anatomie – Bau und Funktion des menschlichen Körpers
- Sportliches Training – Einfluss von Training auf den menschlichen Körper
- Tests der sportlichen Leistungsfähigkeit (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)
- Ernährung
- Sport als Grundlage eines gesunden und leistungsfähigen Lebens
- Doping – Gefahr für die Gesundheit und den fairen Sport
- Sport und Gesellschaft



Eine wichtige Voraussetzung für die Teilnahme am Wahlunterricht Sportbiologie ist die Bereitschaft sportliche Leistung zu erbringen und dabei auch Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit zu erfahren. Auf der anderen Seite bedarf es Interesse an der umfangreichen Theorie aus den Bereichen Trainingslehre, Bewegungslehre und Sportmedizin.

Ansprechpartner (Fachschaft Sport): Herr Erb, [thorsten.erb@stein.schule](mailto:thorsten.erb@stein.schule)