



Gymnasium
Steigerwald-Landschulheim
Wiesentheid

Sport- und Wahlfachangebot

2025/26

Überblick in alphabetischer Reihenfolge

Liebe Eltern!

Aus dem vor Ihnen liegenden Falblatt kann aus einem großen und vielfältigen Angebot eine Auswahl getroffen werden. Bitte beachten Sie dabei, dass Ihr Kind den Kurs, den es belegt, auch verbindlich wahrnehmen muss. Zu diesem Zweck dürfen wir Sie bitten, die Zeiten der Veranstaltungen mit den jeweiligen Plänen Ihres Kindes abzustimmen.

Die Rückmeldung erfolgt über eine Online-Abfrage. Der Zugang erfolgt über den abgebildeten QR-Code, bzw. folgenden Link: <https://mebis.link/LSHWah>

Die Wahl ist bis Dienstag, 23.09.2025, 24:00 Uhr möglich. Die Teilnehmer der Kurse können ab Donnerstag, 25.09.2025 dem Aushang im Forum entnommen werden.

Ab Montag, 29.09.2025, beginnen die Sport- und Wahlfachkurse.

Allen Schülerinnen und Schülern viel Erfolg und Freude an dem zusätzlichen Angebot!

A. Höfle
Höfle, OStD
Schulleiter



Nr. 1	Basketball Anfänger	C. FREISINGER
Mi, 13.40-15.10 Uhr	Sporthalle 2	5.-6. Jgst., Jungen/Mädchen
Viele Spielformen zur Erarbeitung technischer Elemente wie Dribbeln, Passen und Werfen, Einführung in Individual- und Mannschaftstaktik, Freundschaftsspiele gegen gleichaltrige Mannschaften.		

Nr. 2	Basketball Fortgeschrittene	C. FREISINGER
Mo, 13.40-15.10 Uhr	Sporthalle 2	7.-8. Jgst., Jungen
Basketballspezifische Spielformen, vertieftes Eingehen auf individuelle und mannschaftliche Technik und Taktik, Schul- und Freundschaftsspiele gegen Mannschaften vergleichbaren Niveaus.		

Nr. 3	Basketball Fortgeschrittene	C. FREISINGER
Mo, 15.30-17.00 Uhr	Sporthalle 2	9.-13. Jgst., Jungen
Basketballspezifische Spielformen, Vertiefung technischer und taktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten, Freundschaftsspiele gegen gleichaltrige Mannschaften.		

Nr. 4	Beach-Volleyball	S. SEILER
Di, 13.40-15.10 Uhr	Beach-Platz	8.-11. Jgst.
Bis ca. zu den Herbstferien! Willkommen sind alle Fortgeschrittenen, die ihre BeachVB Fähigkeiten verbessern möchten. Wir spielen immer draußen.		

Nr. 5	Chor Unterstufe	G. SEMLE
Di, 13.40-14.25 Uhr	Aula	5.-7. Jgst.
Gemeinsames Singen im Chor, mehrstimmige Lieder, behutsames Training der Stimme, Auftritte bei Weihnachts- und Frühlingkonzert und anderen Gelegenheiten.		

Nr. 6	Chor Mittel-/Oberstufe	G. SEMLE
Di, 13.40-15.10 Uhr	Aula	8.-13. Jgst.
Chorgesang, Stimm- und Sprecherziehung, gemeinsame Freude am Repertoire aus Klassik und Pop. Auftritte im Rahmen von Schulveranstaltungen.		

Nr. 7	Club der Seitenreisenden	H. GODRON
Mi, 13.40-15.10 Uhr o. n. Vereinbarung	Schulbibliothek	5-11. Jgst.
Du liest gern oder willst entdecken, was Bücher wirklich können? In diesem Wahlkurs tauchst du mit anderen Lesefans in spannende Geschichten ein, triffst sogar echte Autoren, gestaltest kreative Projekte rund ums Lesen und erweckst unsere Schulbibliothek mit Leben. Auch Lesenächte, Buchempfehlungen oder ein eigenes Mini-Schreibprojekt warten auf dich. Wir treffen uns vor allem in den Wintermonaten und je nach Projektbedarf. 1. Treffen: Mi, 01.10. um 13.40 Uhr, Bibliothek!		

Nr. 8	3D-Drucker	JP.DEDERICHS
Mo, 13.40-15.10 Uhr 14-tägig	Physik 1	7.-13. Jgst.
Wir beschäftigen uns mit den technischen, handwerklichen und softwarerelevanten Themen rund um den 3D-Druck. Es werden 3D-Modelle hergestellt und gedruckt. Wenn du handwerkliches Geschick, Durchhaltevermögen, Kreativität und technisches Interesse besitzt, dann bist Du hier richtig.		

Nr. 9	Kleines Ensemble	M. KÜTT
Di, 13.40-14.25 Uhr	Musiksaal 2	5.-13. Jgst.
Gemeinsames Musizieren in variablen Besetzungen zum eigenen Vergnügen und zur Umrahmung von schulischen Feierlichkeiten.		

Nr. 10	Eventmanagement	N. DAHMEN
Do, 13.40-14.25 Uhr monatlich	Biologie 2	9.-13. Jgst
Du bist ein Organisationstalent und findest Spaß daran Events zu planen, zu organisieren und durchzuführen? Bei verschiedenen Veranstaltungen rund um die Schule könnt ihr alles für eure Events lernen, eventuell auch schon den eigenen Frühlingsball oder Abiturball mit vorbereiten.		

Nr. 11	Fußball / Badminton	M. BORGNIS
Di, 13.40-15.10 Uhr 14-tägig	Sporthalle 2	8.-10. Jgst.
Vertiefung technischer und taktischer Fertigkeiten in spielerischem Kontext.		

Nr. 12	Instagram	E. KARL
Mo, 13.40-14.25 Uhr	Biologiesaal 2	5.-11. Jgst.
Anstatt mit dem Smartphone oder Tablet nur Neuigkeiten zu „checken“, geht es in diesem Wahlfach darum, digitale Inhalte, Bilder und Beiträge für unseren Schul-Instagram-Account und die Schulhomepage zu erstellen.		

Nr. 13	Italienisch	K. PFOST
Mi, 14.25-15.10 Uhr	Raum 205	9.-11. Jgst.
Volete imparare l'italiano? / Wollt ihr Italienisch lernen? Dann bietet der Wahlkurs Italienisch euch hierfür die Gelegenheit. Dieser Anfängerkurs wendet sich vor allem an Schülerinnen und Schüler der 9.-11. Jahrgangsstufe, die eine weitere moderne Sprache lernen wollen. Im Vordergrund des Kurses steht die Kommunikationsfähigkeit. Inhaltlich geht es um Alltägliches, aber auch um geographische, historische und kulturelle Besonderheiten von Bella Italia!		

Nr. 14	Kraft- und Fitness-training	C. SCHWERDTFEGER
Mi, 13.40-14.25 Uhr	Kraftraum	9.-13. Jgst.
<p>Der Kurs vertieft das Verständnis für Kraft- und Fitnessstraining. Dabei beschäftigen wir uns u. a. mit Trainingsstilen, Trainingsplänen, Übungen samt Ausführung, Zielen des Trainings, der Ernährung und der Regeneration.</p> <p>Da ich auch an weiteren Tagen im Kraftraum bin, könnt ihr euch gerne melden, falls ihr Interesse habt, aber mittwochs nicht könnt.</p>		

Nr. 15	Licht- und Tontechnik	G. SEMLE / M. HESS
Mo, 15.30-16.15 Uhr oder Mi, 13.40-14.25 Uhr	Musiksaal 2	7.-13. Jgst.
<p>Betreuung der Schulaufführungen (Konzerte, Theater etc.) im Bereich Licht- und Tontechnik. Einführung in die Licht- und Tontechnik.</p>		

Nr. 16	Musiktheater/ Musical	E. SEMLE/ G. SEMLE
Di, 13.40-15.10 Uhr	Sporthalle 1	7.-11. Jgst.
<p>Wir machen gemeinsam Bewegungs- und Improvisationsübungen für das Theaterspiel und trainieren unsere Stimme. Im Laufe des Schuljahres erarbeiten wir dabei Szene für Szene ein neues Musical und bringen es im Juli auf die Bühne.</p>		

Nr. 17	Robotik	A. FREKING
Di, 13.40-15.10 Uhr 14-tägig	Raum 146	7.-11. Jgst.
<p>Mit dem Lego(R) Spike Prime wollen wir funktionsfähige Robotermodelle erstellen und an Wettbewerben, wie der First Lego League, teilnehmen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, dafür aber Spaß am Tüfteln und Teamgeist!</p>		

Nr. 18	Rockband	G. SEMLE
Di, 15.30-17.00 Uhr	Musiksaal 2	6.-13. Jgst.
<p>Für alle (E-) Gitarristen, Bassisten, Pianisten, Schlagzeuger, Bläser, Sänger(innen).</p>		

Nr. 19	Schach	R. THAUER
Do, 14.25-15.10 Uhr 14-tägig	Physik 2	5.-13. Jgst.
<p>Erlernen von Turnierschachregeln (falls erforderlich), Vorstellung von Eröffnungs- und Endspielstrategien, Diskussion von Mittelspieltechniken, Turnier der Teilnehmer.</p>		

Nr. 20	Schafkopf	C. ENGLERT
Mo, 13.40-14.25 Uhr 14-tägig	Raum 153	5.-13. Jgst.
<p>Wir erlernen die Kunst des Schafkopfspiels in allen seinen Varianten.</p>		

Nr. 21	Schulimkerei	K. KÖNIG
Do, 13.40-15.10 Uhr 14-tägig	Biologiesaal 1	6.-13. Jgst.
<p>Wir lernen die Welt der Biene und Imkerei kennen. Das Betreuen der Bienenstöcke erfordert verschiedenste praktische Arbeiten: Das Ernten des Honigs, die Pflege der Bienenstöcke und evtl. die Herstellung von Kerzen aus dem eigenen Bienenwachs. Wichtig: Es darf keine Bienenallergie vorliegen!</p>		

Nr. 22	Schülerzeitung	H. BRAND
Do, 13.40-14.25 Uhr 14-tägig	Raum 300	5.-13. Jgst.
<p>Ideen zu (aktuellen) schulischen und außerschulischen Themen sammeln, Recherchieren, Interviewen, Verfassen von Artikeln, Organisieren, Fotografieren, Layouten, selbstständiges kreatives Arbeiten und Schreiben - wenn dich davon etwas interessiert, bist du bei der Schülerzeitung genau richtig!</p>		

Nr. 23	Schulsanitätsdienst	L. WIEDENBAUER C. KRAPP
Mi, 13.40-15.10 Uhr 14-tägig	Raum 208	5.-13. Jgst.
<p>Die Schulsanis dürfen im Team kleinere Verletzungen versorgen, Verletzte betreuen, an Veranstaltungen der erste Ansprechpartner bei Unfällen sein und lernen jede Menge, wie sie anderen helfen und im Notfall sogar Leben retten können.</p>		

Nr. 24	Schwimmen	P. WIRTH
Mo, 13.30-16.00 Uhr 23.02.-08.06.26 (12x)	Dettelbach	6.-7. Jgst.
<p>Das Erlernen und Verbessern der Schwimmtechnik „Krauln“ steht in diesen zwölf Unterrichtseinheiten im Vordergrund. Außerdem werden mit verschiedenen Spiel- und Trainingsformen auch andere Schwimmmarten weiter geschult. Elemente der Selbst- und Fremdreitung im Wasser fließen mit ein.</p>		

Nr. 25	Selbstverteidigung Kung Fu	A. MÜLLER
Fr, 13.40-15.00 Uhr	Sporthalle 1	6.-13. Jgst.
<p>Kung Fu ist eine effektive chinesische Kampfkunst. Dabei lernt ihr, euch zu verteidigen, indem ihr die Kraft des Angreifers ausnutzt, um euch sicherer und selbstbewusster zu fühlen.</p>		

Nr. 26	STARK	V. GRUND
Mi, 13.40-14.25 Uhr	Raum 154	10.-13. Jgst.
<p>Das übergeordnete Ziel der Präventionsinitiative STARK ist die nachhaltige Förderung eurer psychischen Gesundheit im Schulalltag und zur Vorbereitung auf Prüfungsphasen. Gerade im Jugendalter sind die Kompetenzen im Umgang mit Belastungen oft nicht ausreichend. Dabei stellen sowohl die Stresskompetenz als auch die persönliche Resilienz eine wichtige Grundlage für eure psychische Gesundheit sowie den Erfolg in der Schule dar.</p> <p>Um euch auf eurem Weg zu einem gesunden Umgang mit den Herausforderungen des Lebens zu begleiten, setzen wir uns mit den Themen Stress, psychische Gesundheit und Prävention auseinander. Im Fokus stehen dabei die eigene Verantwortung, die Aktivierung persönlicher Ressourcen sowie die Stärkung eurer Persönlichkeit.</p>		