



Orientierungsschule Plaffeien  
Schulhausweg 10  
1716 Plaffeien

☎ 026 419 19 55  
direktion@os-plaffeien.ch  
sekretariat@os-plaffeien.ch

---

# Liste der Wahl- und Freifächer

## SJ 2019/20



# Inhalt

●	<b>WAHLPFLICHTFÄCHER</b> .....	<b>3</b>
●	<b>GRUPPE SPORT</b> .....	<b>3</b>
○	FITNESS & GESUNDHEIT.....	3
○	POLYSPORT .....	3
●	<b>GRUPPE SPRACHEN &amp; GEISTESWISSENSCHAFTEN</b> .....	<b>3</b>
○	LITERATURKLUB DEUTSCH .....	3
○	ENGLISH – BOOSTER .....	4
○	ENGLISH – CONVERSATION & READING .....	4
○	FRANÇAIS - COMPRÉHENSION ET EXPRESSION ORALE .....	4
○	FRANÇAIS – STRUKTUREN+.....	4
○	ITALIENISCH FÜR ANFÄNGER .....	4
○	ITALIENISCH FÜR FORTGESCHRITTENE.....	4
○	SPANISCH FÜR ANFÄNGER .....	5
○	SPANISCH FÜR FORTGESCHRITTENE .....	5
○	AKTUELLES WELTGESCHEHEN.....	5
●	<b>GRUPPE MATHEMATIK UND NATURWISSENSCHAFTEN</b> .....	<b>5</b>
○	TECHNISCHES ZEICHNEN FÜR ANFÄNGER .....	5
○	TECHNISCHES ZEICHNEN FÜR FORTGESCHRITTENE .....	5
○	PFLANZENWELT.....	5
○	TIERWELT.....	6
○	EINSTEIN & CO. ....	6
○	SIEDLUNGSRÄUME UND GELÄNDEMDELLE .....	6
○	SCHACH .....	6
●	<b>GRUPPE MEDIEN UND INFORMATIK</b> .....	<b>6</b>
○	TASTATURSCHREIBEN.....	6
○	VERTIEFUNG TASTATURSCHREIBEN.....	6
○	LEGO-ROBOTER.....	7
○	APP-PROGRAMMIERUNG .....	7
○	DIGITALE FOTOGRAFIE .....	7
○	MICROSOFT OFFICE ANWENDUNGEN .....	7
○	OS-RADIO .....	8
○	OS-ZEITUNG .....	8
○	VIDEOPROJEKT .....	8
●	<b>GRUPPE GESTALTEN</b> .....	<b>8</b>
○	TECHNISCHES GESTALTEN - HOLZ.....	8
○	TECHNISCHES GESTALTEN - METALL .....	8
○	TEXTILES GESTALTEN .....	8
○	BILDNERISCHES GESTALTEN .....	9
●	<b>GRUPPE WIRTSCHAFT, ARBEIT, HAUSHALT</b> .....	<b>9</b>
○	SCHNELLE UND GESUNDE ALLTAGSREZEPTE .....	9
●	<b>FREIFÄCHER</b> .....	<b>9</b>
○	MUSICAL .....	9
○	BAND.....	9

## • Wahlpflichtfächer

- In der 9H und 10H ist der Besuch einer Lektion in der ordentlichen Studentafel Pflicht.
- In der 11H sind zwei Lektionen Wahlfachbesuch Pflicht.
- Im Zeugnis wird der Besuch eines Wahlfaches mit «besucht» ausgewiesen.
- Wahlpflichtfächer werden wöchentlich während einer Lektion besucht.
- In der Regel finden sie in der letzten Lektion (15.15 – 16.05 Uhr) statt.
- Wenn stundenplantechnisch nicht anders möglich, finden Wahlfächer auch über Mittag statt.
- Der Besuch eines Wahl- oder Freifaches gilt für das ganze Schuljahr.
- Das Wahlfach «Schnelle und gesunde Alltagsrezepte» wird alternierend über Mittag angeboten.

## • Gruppe Sport

### ○ Fitness & Gesundheit

9H  10H  11H

Das Wahlfach Fitness & Gesundheit umfasst alle Bereiche der persönlichen Gesundheit und Fitness und bietet ein abwechslungsreiches Angebot, bei dem Training und Wohlbefinden vereint werden. Folgende Themen werden Bestandteil des Wahlfachs sein:

**unterschiedliches Kraft- und Fitnesstraining**

**individuelles Ausdauer- und Konditionstraining**

**Koordination (z.B. Slackline, Jonglage, Gleichgewicht)**

**Regeneration + Wohlbefinden (z.B. Entspannungstechniken, Stretching)**

Die Unterrichtsinhalte werden auch den Wünschen und Interessen der teilnehmenden Schülerinnen und Schülern angepasst. Das Wahlfach Fitness & Gesundheit richtet sich an alle Schüler und Schülerinnen jeglichen sportlichen Niveaus und Fitnessstandes.

### ○ Polysport

9H  10H  11H

Im Wahlfach Polysport stehen Abwechslung, Spass und Teamgeist im Mittelpunkt. Wir befassen uns mit den bekannten Mannschaftssportarten wie Fussball, Unihockey, Volleyball und Basketball, mit Rückschlagsportarten wie Badminton und Tischtennis, aber auch mit Randsportarten wie Slackline, Frisbee und Baseball. Die Sportarten und Unterrichtsthemen werden auch den Wünschen und Interessen der teilnehmenden Schülerinnen und Schülern angepasst. Es soll ein abwechslungsreiches, vielseitiges und vor allem spassiges Angebot sein, bei dem die Freude an der Bewegung und das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund stehen. Das Wahlfach Polysport richtet sich an alle Schüler und Schülerinnen des 1.-3. Kurses jeglichen sportlichen Niveaus.

## • Gruppe Sprachen & Geisteswissenschaften

### ○ Literaturklub Deutsch

9H  10H  11H

Liest du eine Klassenlektüre schon am ersten Tag durch? Ist die Bibliothek einer deiner Lieblingsorte? Im Fach Literatur diskutieren wir unsere Lieblingsbücher und Autoren und lernen spannende Werke von bekannten Schriftstellern kennen.

### ○ English – Booster

9H ✘ 10H ✘ 11H ✔

Möchtest du deine Grammatikkenntnisse in Englisch verbessern und erweitern? Gedenkst du nach der obligatorischen Schulzeit ans Gymnasium oder an die FMS zu gehen oder möchtest du die Lehre mit der Berufsmatura abschliessen? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig. Wir werden die behandelte Grammatik wiederholen, anwenden und erweitern.

### ○ English – Conversation & reading

9H ✘ 10H ✘ 11H ✔

Du hast Freude an der englischen Sprache und möchtest dein bereits erlerntes Wissen noch weiter mündlich vertiefen und anwenden? Die kommunikativen Fähigkeiten Sprechen, Hören und Lesen stehen in diesem Wahlfach im Zentrum. Wir werden uns mit spezifischen Themen und aktuellen Ereignissen aus der englischsprachigen Welt befassen und durch Bücher, Radiosendungen und Filme mehr über die englische Kultur erfahren. Du trainierst dabei gezielt deine mündliche Ausdrucksfähigkeit, erweiterst deinen Wortschatz und lernst, dich in alltäglichen Gesprächen flüssend auszudrücken.

### ○ Français - Compréhension et expression orale

9H ✘ 10H ✘ 11H ✔

Dir gefällt die französische Sprache und du möchtest deine bereits erlernten mündlichen Kenntnisse noch weiter vertiefen und anwenden? In diesem Wahlfach stehen hauptsächlich die kommunikativen Fähigkeiten Hören und Sprechen im Zentrum. Wir werden uns mit Alltagsthemen befassen und mit Videos, Audioaufnahmen, Rollenspielen, Gesprächsrunden, Liedern, Spielen und vielem mehr deine mündliche Aufnahme- und Ausdrucksfähigkeit gezielt trainieren. Dabei wirst du deinen Wortschatz erweitern und lernen, dich in alltäglichen Gesprächen gut auszudrücken.

### ○ Français – Strukturen+

9H ✘ 10H ✘ 11H ✔

Möchtest du deine Grammatikkenntnisse in Französisch verbessern und erweitern? Gedenkst du nach der obligatorischen Schulzeit ans Gymnasium oder an die FMS zu gehen oder möchtest du die Lehre mit der Berufsmatura abschliessen? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig. Wir werden die behandelte Grammatik wiederholen, anwenden und erweitern.

### ○ Italienisch für Anfänger

9H ✔ 10H ✔ 11H ✔

Hast du Lust eine neue Sprache zu erlernen? Italienisch ist eine der 4 Landessprachen. Das Tessin und Italien sind als Feriendestinationen sehr beliebt. Italienisch ist eine sehr schöne, klangvolle Sprache. In diesem Wahlfach erhältst du eine Einführung in die italienische Sprache. Du wirst die notwendigen Grundkenntnisse erwerben, um dich im italienischsprachigen Raum zu verständigen und dir einen Grundwortschatz aneignen. Nebenbei erfährst du viel Interessantes über Land und Leute. Voraussetzung: Freude und Lernbereitschaft für das Erlernen einer neuen Sprache.

### ○ Italienisch für Fortgeschrittene

9H ✘ 10H ✔ 11H ✔

Wenn du bereits den Anfängerkurs Italienisch besucht hast oder schon genügend Grundkenntnisse der italienischen Sprache hast, kannst du dich für den Fortsetzungskurs einschreiben. Du wirst deine Italienischkenntnisse verbessern, deinen Wortschatz erweitern und das Gelernte in vielfältigen Rollenspielen und Situationsübungen anwenden. Nebenbei erfährst du viel Interessantes über Land,

Leute und Kultur. Voraussetzung: Freude und Lernbereitschaft für das Vertiefen der italienischen Sprache.

### ○ Spanisch für Anfänger

9H  10H  11H

Hola! Du träumst von Ferien in Spanien? Du planst einen Aufenthalt in Mittelamerika? Du hörst gern spanische Musik? Im Fach Spanisch für Anfänger lernst du Wortschatz, Aussprache und Regeln, um einfache Dialoge und Alltagssituationen gut zu meistern.

### ○ Spanisch für Fortgeschrittene

9H  10H  11H

Du hast bereits Grundkenntnisse in Spanisch erworben und möchtest diese nun erweitern. Dann ist Spanisch für Fortgeschrittene eine gute Wahl.

### ○ Aktuelles Weltgeschehen

9H  10H  11H

In diesem Wahlfach beschäftigst du dich mit aktuellen Themen der Weltpolitik. Dabei werden in den Medien prominent vertretene Inhalte behandelt. Diese werden aus verschiedenen Perspektiven beteiligter Mächte analysiert und in einen globalen Kontext eingebettet. Zudem wird der Fokus auf die Weiterentwicklung deiner Medienkompetenz gelegt.

## ● Gruppe Mathematik und Naturwissenschaften

### ○ Technisches Zeichnen für Anfänger

9H  10H  11H

Dieses Wahlfach ist für Schülerinnen und Schüler, welche das genaue technische Zeichnen erlernen möchten. Dabei soll aber der kreative Anteil nicht zu kurz kommen.

**Ziele:**

**Exakt und sauber zeichnen**

**Skizzen erstellen**

**Abbildungen im zweidimensionalen und dreidimensionalen Raum darstellen**

**Räumliche Figuren zweidimensional abbilden**

**Eigene Arbeiten am Computer mit entsprechenden Programmen zeichnen**

### ○ Technisches Zeichnen für Fortgeschrittene

9H  10H  11H

Du hast den Unterricht «Technisches Zeichnen» an der Schule im letzten oder vorletzten Jahr besucht. Nun möchtest du deine bereits erworbenen Kenntnisse vertiefen. Dann bist du im Wahlfach Technisches Zeichnen für Fortgeschrittene genau richtig.

### ○ Pflanzenwelt

9H  10H  11H

Wir lernen die Spezialität der Pflanzen kennen, die um das Schulhaus wachsen. Wir beschäftigen uns mit Pflanzenheilkunde und lernen, dass Gift eine Frage des Masses ist. Wir wollen uns mit der Gefahr der «giftigen Pflanzen» in unserem Umfeld auseinandersetzen. Wir beobachten Veränderungsprozesse einzelner Pflanzen über längere Zeiträume. Dabei fotografieren, vermessen, hegen, pflegen und protokollieren wir.

## ○ Tierwelt

9H  10H  11H

Wir widmen uns der Anpassungsfähigkeit im Tierreich und stellen uns folgende Fragen: Wie und warum tarnen sich gewisse Tiere? Wie passen sich Tiere extremer Hitze/Kälte an? Warum haben Vögel fliegen gelernt und warum können sie überhaupt fliegen? Wie haben Fledermäuse oder Delphine gelernt im Dunkeln oder trüben Gewässern zu sehen? Wie schützt sich eine Wühlmaus vor Fuchs, Katz und anderen Feinden? Wie sorgen Tiere für schlechte Zeiten vor? Trotz den riesigen Anpassungsleistungen sterben viele Tierarten aus, warum? Vielleicht hast auch du noch Fragen. Wir beantworten sie anhand von Modellen, Filmdokumenten, Laborversuchen und Feldarbeit.

## ○ Einstein & Co.

9H ✗ 10H  11H

Newton war gestern, heute ist Einstein, Heisenberg, Kaluza-Klein und morgen werden vielleicht Reisen in die Vergangenheit möglich sein. Wir versuchen zu verstehen, wie die Welt im ganz Kleinen und die Welt im ganz Grossen funktioniert. Mit Gedankenmodellen wollen wir der modernen Physik auf die Schliche kommen. Was bezwecken die in Genf im CERN mit ihrem berühmten Teilchenbeschleuniger? Wenn du gerne diskutierst, philosophierst und kritische Fragen stellst, bist du hier genau richtig.

## ○ Siedlungsräume und Geländemodelle

9H ✗ 10H  11H

Wir untersuchen die Entwicklung unserer engeren Heimat, indem wir alte Siegfriedkarten mit aktuellem Kartenmaterial vergleichen. Wir formen und modellieren Geländemodelle und veranschaulichen den Entwicklungsprozess unserer Region. Wir vergleichen die Entwicklung des Senseoberlandes mit anderen starken Wachstumsregionen und setzen uns mit der Problematik und den Grenzen des Wachstums auseinander. Wenn du gerne mit Karten und 3D Modellen arbeitest, wirst du hier auf deine Rechnung kommen.

## ○ Schach

9H  10H  11H

Mit Schach, auch als Denksport bezeichnet, lernst du dich selbst besser kennen und förderst spielerisch deine Konzentrationsfähigkeit. Du kannst das Wahlfach besuchen, egal ob und welche Vorkenntnisse du hast.

# ● Gruppe Medien und Informatik

## ○ Tastaturschreiben

9H  10H ✗ 11H ✗

Du bist interessiert, das Tastaturschreiben von Grund auf zu lernen. Warum nicht gleich vom ersten OS Schuljahr an, die richtige Technik anwenden, als jahrelang mit zwei Fingern auf den Tasten herumzuirren? Das «10-Finger-System» bringt dir viele Vorteile und ist nicht schwierig zu erlernen. Nachdem du das Tastaturschreiben beherrschst, kannst du Vorträge, Buchzusammenfassungen, Briefe, Wunschlisten, E-mails und vieles mehr in kürzester Zeit selber schreiben!

## ○ Vertiefung Tastaturschreiben

9H ✗ 10H  11H

Die Beherrschung des «10-Finger-Systems» ist eine wesentliche Voraussetzung, um in der heutigen Zeit der Digitalisierung mithalten zu können. Du willst das Tastaturschreiben vertiefen und

beherrschen, um am Ende des Kurses eine Attestprüfung abzulegen. Im Hinblick auf die Lehrstellensuche wird das Anführen des Tastaturschreibkurses in der Bewerbung vorteilhaft sein. Für den Start einer KV-Lehre gilt das Beherrschen des «10-Finger-Systems» als Bedingung.

## ○ Lego-Roboter

9H  10H  11H

Roboter erkunden den Mars, operieren Menschen, bauen Autos und verändern die künftige Arbeits- und Lebenswelt. Ein Roboter ist eine Maschine, die nach einem bestimmten Programm selbstständig Aufgaben erfüllt. Dazu müssen sie mit Hilfe von Sensoren ihre Umgebung erfassen und die gewonnenen Daten weiterverarbeiten. Du entwirfst, baust und programmierst Lego-Roboter, die anschliessend selbstständig Aufgaben lösen.

## ○ App-Programmierung

9H  10H  11H

Sie können fast alles und sind überall dabei - richtig, die Rede ist von Smartphones. Wer herausfinden möchte, wie man selbst Apps für Android-Smartphones erstellt ist hier genau richtig. Nebst der Arbeit an deinen eigenen Apps kannst du auch deine Ideen für die OS Plaffeien App <https://www.os-plaffeien.ch/de/os-app> einbringen und an deren Weiterentwicklung mitarbeiten. Für diesen Kurs benötigst du ein eigenes Android-Smartphone.

## ○ Digitale Fotografie

9H  10H  11H

Die Digitalkamera hat das Fotografieren erleichtert! Trotzdem braucht es ein gutes Auge des Fotografen oder der Fotografin, um gelungene Fotos zu schiessen. Schärfte also deine Augen und erfahre mehr über die Kunst der Bildkomposition. Lerne verschiedene Fotosituationen zu beherrschen und veröffentliche deine Arbeiten im Internet.

### **Porträt- oder Gruppenfoto**

### **Aufnahmeperspektiven**

### **Nah- oder Landschaftsaufnahmen**

### **Bewegte Motive**

Viele weitere Themen und eine Vielzahl von nützlichen Tipps und Tricks laden dich zum Probieren ein. Es gibt kaum ein Bild, welches vor der Veröffentlichung in einer Zeitschrift oder in einem Inserat nicht bearbeitet worden ist. In diesem Kurs arbeitest du auch mit einem solchen Fotoprogramm, fügst Effekte ein oder schneidest das Unbrauchbare weg. Schau die Arbeiten der diesjährigen Fotogruppen an: <https://osp2.jimdo.com/>

## ○ Microsoft Office Anwendungen

9H  10H  11H

Nutze die vielseitigen Möglichkeiten der Office-Programme Word, Excel, PowerPoint und Co. Die einzelnen Office-Programme können dich bei deiner täglichen Arbeit heute und in deiner Zukunft unterstützen:

### **Word - Dokumente erstellen und gestalten**

### **Excel - Tabellenkalkulationen für Abrechnungen, Auswertungen, Adressen und mehr**

### **PowerPoint - Professionelle Präsentationen erstellen**

Lerne den richtigen Umgang mit den Microsoft Office-Anwendungen. Entscheide selbst, was und in welchem Tempo du lernen und üben möchtest!

## ○ OS-Radio

9H ✘ 10H ✘ 11H ✔

Du wirst praxisorientiert ins Radiomachen eingeführt, lernst zu recherchieren, Interviews durchzuführen und eigene Beiträge und Audioporträts zu produzieren. Die Radiosendungen können per Livestream übers Internet veröffentlicht werden. Zudem verfügen wir gute Kontakte zu den Lokalradios, Radio Freiburg oder Radio Kaiseregg.

## ○ OS-Zeitung

9H ✘ 10H ✘ 11H ✔

Du bist am Zeitgeschehen in der Welt, an der Schule, in der Region interessiert? Du schreibst gerne, dann bist du hier richtig! Als Mitglied eines Redaktionsteams

**recherchierst du alleine oder im Team**

**machst Interviews**

**schreibst Texte**

**lernst dabei das Gestalten mit dem Computer**

**und vieles mehr!**

Gemeinsam bauen wir eine Webseite auf und unterhalten diese als Online-Schülerzeitung.

## ○ Videoprojekt

9H ✘ 10H ✔ 11H ✔

Der Traum vom eigenen Spielfilm! Film vereint verschiedene Künste in sich: Bild, Ton, Musik usw. Das macht das Thema so unglaublich spannend. So bietet der Film tolle Möglichkeiten, Geschichten zu erzählen. Film kennt viele Erscheinungsformen und findet an vielen Orten statt: Spielfilme, Dokumentarfilme, Experimentalfilme, Animationsfilme, Amateurfilme und Serien laufen in Kinos, Fernsehen, Internet und Sozialen Medien. Das Wahlfach beschäftigt sich mit Film als Medium und Kunstform: Filmanalyse, Filmgeschichte und Filmtheorie sind wesentliche Teilgebiete des Faches. Das Ziel ist, im Verlauf des Wahlfaches einen eigenen Film zu drehen.

# ● Gruppe Gestalten

## ○ Technisches Gestalten - Holz

9H ✔ 10H ✔ 11H ✔

Möchtest du dein handwerkliches Können in der Holzverarbeitung erweitern und vertiefen. Mit modernen holzbearbeitenden Maschinen arbeiten? Wir bieten dir hier die Möglichkeit dazu. Kombiniere und spiele mit verschiedenen Materialien. Setze deine Idee um und finde deinen eigenen Stil.

## ○ Technisches Gestalten - Metall

9H ✔ 10H ✔ 11H ✔

Möchtest du dein handwerkliches Können in der Metallverarbeitung erweitern und vertiefen? Mit metallbearbeitenden Maschinen arbeiten, hartlöten und nieten? Wir bieten dir hier die Möglichkeit dazu. Kombiniere und spiele mit verschiedenen Materialien. Setze deine Idee um und finde deinen eigenen Stil.

## ○ Textiles Gestalten

9H ✔ 10H ✔ 11H ✔

In dieser Lektion wirst du praktisch arbeiten! Gegenstände nach deinen Ideen/ Vorstellungen planen und herstellen oder einfach gegebene Vorlagen übernehmen. Du bist frei in den Techniken, kannst



neue erlernen oder bekannte vertiefen z.B. Nähen, Sticken, Stricken, Knüpfen, Töpfern, Kleistern oder auch mal Laubsägen. Im TG Textil – Raum erwarten dich viele verschiedene Materialien mit denen du deine Projekte nach Wunsch ausführen kannst. Du siehst, deiner Kreativität sind kaum Grenzen gesetzt, die Vielfalt ist sehr gross. Es wird für dich ein abwechslungsreiches und produktives Wahlfach werden!

### ○ Bildnerisches Gestalten

9H  10H  11H

Wir zeichnen, planen und gestalten eigene Logos. Möchtest du im bildnerischen Gestalten deine eigenen Logos designen und dich mit der Welt der grafischen Gestaltung auseinandersetzen. Auch werden wir mit Hilfe des Computers entwerfen und Folien schneiden, die du ganz nach deinen Bedürfnissen verwenden kannst

## ● Gruppe Wirtschaft, Arbeit, Haushalt

### ○ Schnelle und gesunde Alltagsrezepte

9H  10H  11H

Hast du Lust Neues auszuprobieren? Hast du Freude an der Arbeit in der Küche? Nimmt es dich wunder, wie du kleine und ausgewogene Mahlzeiten mit geringem Aufwand zubereiten kannst? Wenn du diese Fragen mit «ja» beantworten kannst, dann bist du im Wahlfach «Schnelle und gesunde Alltagsrezepte» genau richtig. Gemeinsam werden wir schrittweise Mahlzeiten planen und zubereiten. Anschliessend bleibt Zeit zum Geniessen. Lecker, hausgemacht, gesund und unkompliziert ist das Motto des Wahlfaches.

## ● Freifächer

- Freifächer sind freiwillig und werden zusätzlich zum Wahlfachangebot angeboten.
- Im Zeugnis wird der Besuch eines Freifaches mit «besucht» ausgewiesen.
- Die Freifächer finden über Mittag statt.

### ○ Musical

9H  10H  11H

Hast du Freude am Singen, Tanzen oder Schauspielen? Bist du bereit, auch ausserhalb der Schulzeit zu üben und an zusätzlichen Proben teilzunehmen? Dann bist du in diesem Freifach goldrichtig. Für die Aufführung des Musicals am Ende des Schuljahres suchen wir Darsteller und Darstellerinnen im Bereich Gesang, Tanz und Schauspiel. Ebenso brauchen wir Musiker und Techniker.

### ○ Band

9H  10H  11H

Spielst du schon ein Instrument und kannst es kaum erwarten endlich mit anderen zusammen in einer Band deine Lieblingsongs zu üben, zu arrangieren und an einem Live-Konzert aufzutreten? Dann bist du hier genau richtig! Wir feilen an deiner Spieltechnik, üben das Zusammenspiel und trainieren das Auftreten auf der Bühne. Ebenfalls hast du hier die Gelegenheit neue Instrumente auszuprobieren, lernst, wie du auf deinem Computer deine eigene Musik aufnehmen kannst, bekommst einen Einblick in die Bühnentechnik.