



Stadt Bern
Direktion für Bildung
Soziales und Sport

Schulkreis Länggasse – Felsenau
Sekretariat
Hochfeldstrasse 42
3012 Bern
Telefon 031 321 28 30
E-Mail nathalie.de.febis@bern.ch

Geht an die Eltern der
Schüler:innen der 6. Klassen

15. Januar 2025

Obligatorischer und fakultativer Unterricht im 7. Schuljahr

Liebe Eltern

Für das nächste Schuljahr haben die Schüler:innen die Möglichkeit, **maximal zwei** Fächer selber zu wählen. Wir bitten Sie, den beiliegenden Anmeldebogen den Wünschen Ihres Kindes entsprechend auszufüllen und bis spätestens am **Do, 23. Januar 2025** der Klassenlehrperson abzugeben.

Obligatorischer Unterricht

Fachrichtung im Gestalten (ttG)

In der 7. Klasse besuchen alle Schüler:innen im wöchentlichen Wechsel das textile und das technische Gestalten. Die Gruppen werden eingeteilt.

Fakultativer Unterricht

Die Schüler:innen haben in der Oberstufe die Möglichkeit, freiwillig weitere Fächer zu besuchen (Angebote der Schule). Eine Dispensation von Lektionen des obligatorischen Unterrichts als Kompensation für den Besuch von fakultativen Unterrichtsangeboten ist nicht gestattet.



Die Anmeldung für den fakultativen Unterricht ist für 1 Jahr verbindlich.

Die Schule behält sich vor, aus organisatorischen Gründen einzelne Kurse nicht durchzuführen. Der Unterricht findet in der ersten Lektion am Morgen, respektive von Dienstag bis Freitag zwischen 15.25 und 17.55 Uhr statt. Je nach Anmeldezahl können einige Kurse auch am (ansonsten ev. freien) Mittwochnachmittag geführt werden. Am Mittag findet kein fakultativer Unterricht mehr statt (Ausnahme: Schüler:innen-Band und Yoga, nach Absprache). Angebote, die in Doppellektionen geführt werden, finden entweder im 1. oder im 2. Semester statt. Ob das Angebot im 1. oder im 2. Semester durchgeführt wird, erfahren Sie bei der Zuteilung. Angebote, die in mehreren Lektionen geführt werden, werden entsprechend den kommunizierten Daten durchgeführt. Findet ein Wahlfach am Mittwochnachmittag statt, ist es leider nicht mehr möglich an diesem Nachmittag die **Tagesschule** zu besuchen.

Es können **maximal 2 Angebote der Schule** gewählt werden.

Angebote der Schule

1.01 Schüler:innen-Band (7. bis 9. Klasse) – eine Lektion

Hiphop, Rock und Pop für Sänger:innen und Instrumentalist:innen (Schlagzeug, Perkussion, Gitarre, E-Bass, Blasinstrumente; grundlegende Kenntnisse sind von Vorteil) – Jahresziel: Ein eigenes Programm von ca. 30 Minuten auf die Beine stellen, wobei die Bandmitglieder im Prinzip selbst entscheiden, was sie spielen wollen.

1.02 Alles rund ums Theater (7. bis 9. Klasse) – eine Lektion, kann in Blöcken stattfinden, weitere Infos folgen nach Anmeldung

Würdest du gerne einmal erleben, wie ein Theaterstück entsteht? Würdest du gerne ein grosses Konzert besuchen? Warst du schon einmal in einer Tanzvorstellung? Wir begleiten eine Produktion am Stadttheater von der ersten Probe bis zur Premiere und lernen das Theater aus der Sicht der Bühnenarbeitenden, der Beleuchter:innen und der Tontechnik kennen. Wir begegnen Schauspieler:innen, Musiker:innen und Tänzer:innen und sprechen mit ihnen über ihre Arbeit. Der Kurs findet übers ganze Jahr verteilt statt. Die Daten werden immer mindestens zwei Monate im Voraus bekannt gegeben. Die Kosten betragen für den ganzen Kurs ca. Fr. 50.-.

1.03 Zeichnen, Malen, Skizzieren, plastisches Gestalten (7. bis 9. Klasse) - Doppellektion, 1. Semester

In diesem Kurs hast du die Möglichkeit, deine kreativen Fähigkeiten auszubauen und zu vertiefen. Der Zeichnungssaal verwandelt sich in ein grosses Atelier. Gerne unterstütze ich Dich dabei, deine Themen auf Leinwand, Papier oder anderen Untergründen in verschiedenen Techniken wie Aquarellfarben, Spray, Kreide, Tusch, Kohle, Ton etc. umzusetzen. Wichtig ist, dass du deine eigenen Ideen verwirklichen kannst. Zusätzliche Themen können sein: Figur, Landschaft, Siebdruck, Ölmalerei, Skizzierlehrgang (je nach Bedürfnis der Gruppe).

1.04 Kulinarisch (7. bis 9. Klasse) – ein Semester mit jeweils 3 Lektionen, DI/DO 16:15-18:30

Möchtest du neuen Fingerfood, salzige/süssen Gebäcke und coolen Drinks kennenlernen? Dann melde dich fürs Freifach Kulinarisch an. Ob du ein:e Kochanfänger:in bist oder schon Profi-Qualitäten besitzt, bei uns sind alle willkommen, die gerne neue Dinge ausprobieren und Freude am Kochen haben. Du kannst auch eigene Ideen mitbringen, die wir gemeinsam mit vielen Tipps und Tricks umsetzen. Kosten pro Semester: 40 Franken.

1.05 Lernen leicht gemacht (7. bis 9. Klasse) – eine Lektion im 2. Semester

Du hast stundenlang gelernt, doch in der Lernkontrolle sind dir die richtigen Antworten dann doch nicht in den Sinn gekommen? Du hast das Gefühl, dass du Mühe hast, dir Informationen zu merken? Und die Menge der Prüfungen, für die du lernen solltest, wächst dir über den Kopf? Falls du dich angesprochen fühlst, ist dieses Wahlangebot das Richtige für dich! Gemeinsam bearbeiten wir folgende Fragen:

- Wie funktioniert dein Gedächtnis und wie kannst du dir Dinge besser merken?
- Wie kannst du Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden und dadurch effektiver lernen?
- Wie kannst du Informationen sinnvoll ordnen und darstellen sowie hilfreiche Zusammenfassungen schreiben?
- Welche Lernstrategien gibt es?
- Wie kannst du deine Konzentration und deine Motivation steigern?
- Wie kannst du besser planen und dich organisieren?

Du erhältst konkrete Tipps, die du direkt ausprobieren kannst, um zu sehen, was für dich persönlich passt. Das Wissen soll dir dabei helfen, dein Lernen erfolgreicher und entspannter angehen zu können. Ich freue mich darauf!

1.06 Italienisch für Anfänger:innen (7. bis 9. Klasse) - Doppellektion

Möchtest du wissen, wie man „cappuccino“, „straciatella“ oder „nocciola“ ausspricht und mit deinen Italienischkenntnissen in den Ferien oder bald in deinen Bewerbungsschreiben positiv auffallen? Sprachen sind der Schlüssel, der dir die Welt öffnet, und Italienisch ist eine besonders schön klingende Sprache. Ausserdem sind die Kultur und die Gastronomie Italiens einzigartig. In 2 Lektionen pro Woche lernen wir spielerisch, ohne Hausaufgaben und ohne Beurteilungsanlässe diese wunderschöne Landessprache. Ci vediamo!

1.07 Spanisch für Anfänger:innen (7. bis 9. Klasse) – eine Lektion

¡Hola! Dir fällt das Sprachenlernen leicht, du möchtest dich einer neuen Challenge stellen und dir dabei die Tür zu einer faszinierenden Welt öffnen? Dann bist du hier genau richtig! Im Freifach Spanisch erhältst du die Möglichkeit, die Grundlagen einer der meistgesprochenen Sprachen der Welt zu erlernen. Egal, ob du von sonnigen Stränden in Spanien träumst, dich für lateinamerikanische Kulturen interessierst oder einfach etwas Neues ausprobieren möchtest – Spanisch ist der Schlüssel dazu!
¡Hasta luego!

1.08 Yoga (7. bis 9. Klasse) - eine Lektion wöchentlich über den Mittag

Yoga kann dich schulisch und mental in anspruchsvollen Phasen unterstützen und in Balance bringen. Die abwechslungsreichen Übungen fördern dein Selbstvertrauen, geben dir ein positives Körpergefühl, stärken die Nerven und bauen Stress ab. Wir üben spezielle Techniken, die dich zur Ruhe bringen und welche dir dabei helfen, mit dem Leistungsdruck in der Schule und im übrigen Leben umzugehen.

Wir ... kräftigen und dehnen unseren Körper.
... arbeiten an der Körperhaltung, um Fehlhaltungen zu vermeiden.
... beruhigen Geist und Körper und stärken die Konzentrationsfähigkeit.
... verbessern den Gleichgewichtssinn.
... lernen, wie unsere Atmung funktioniert und wie sie uns entspannen kann.

1.09 Slackline (7. bis 9. Klasse) – Doppellektion, 1. Semester

Slacklining ist eine faszinierende Sportart, bei der du dein Gleichgewicht, deine Koordination und deine Konzentration verbessern kannst. Es ist eine grossartige Möglichkeit, deine körperliche Fitness zu steigern und gleichzeitig jede Menge Spass zu haben.

Du wirst lernen, wie man auf der Slackline balanciert, verschiedene Tricks ausführst und eventuell sogar Sprünge oder Drehungen macht. Dabei wirst du deine Grenzen kennenlernen und überwinden, alles in einem gesicherten Umfeld.

Der Kurs ist für alle Schüler:innen offen und richtet sich sowohl an Neulinge als auch an Fortgeschrittene.

1.10 Technik und Design (7. bis 8. Schuljahr) – Doppellektion

Wir planen, experimentieren und bauen allerlei Spannendes im Bereich Technik und Design. Dabei wollen wir an einem Technik-Tüftelwettbewerb teilnehmen, ein Projekt im Themenbereich Spiel planen und herstellen und auch eigene Projekte angehen und umsetzen. Themen wie Elektromagnetismus und Mechanik stehen dabei im Vordergrund. Bei unseren Treffen geht es nicht nur um die Umsetzung solcher Vorhaben, sondern auch darum, Lebensweltbezüge herzustellen, die uns helfen, die technische Welt um uns herum besser zu verstehen. Je nach Themensetzung der Gruppe können auch Technologien wie 3D-Druck oder Plotten zum Einsatz kommen. Ich freue mich darauf, mit dir zu tüfteln und coole Projekte zu realisieren! Die Kosten betragen für den ganzen Kurs ca. Fr. 50.-.

1.11 Boxen – Stärke, Fokus und Ausgleich (7. bis 9. Schuljahr) – eine Lektion

(Voraussetzung: eigene Boxhandschuhe – bspw. bei Decathlon 20.- CHF)

Hast du gewusst, dass Boxen nicht nur die körperliche Fitness steigert, sondern auch mentale Stärke fördert? Boxen hilft dir, Schulstress abzubauen, dich zu fokussieren und Selbstbewusstsein zu entwickeln. In unserem Kurs lernst du, wie du mit gezielten Übungen Körper und Geist in Einklang bringst, um den Herausforderungen des Alltags besser zu begegnen. Durch abwechslungsreiche Trainings stärken wir nicht nur deine Muskeln, sondern auch dein Durchhaltevermögen und deine Konzentrationsfähigkeit.

Wir... ...stärken Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit.
...verbessern die Koordination und Reflexe.
...trainieren mentale Stärke und Selbstdisziplin.
...bauen Stress ab und fördern die innere Balance.

1.12 MediaLab (7. bis 9. Schuljahr) – Donnerstag, 16:15-17:15, 1 Semester - eine Lektion

Interessierst du dich für Mathematik, Naturwissenschaften oder spannende Technik? Im Medialab erfährst du, wie künstliche Intelligenz funktioniert, löst spannende Aufgaben und experimentierst mit faszinierenden Phänomenen. Egal, ob du gerne knobelst oder mehr über die Welt der Wissenschaft erfahren möchtest – hier bist du genau richtig! Werde Teil unserer MINT-Community am Hochfeld und gestalte die Zukunft mit!

Mach mit und entdecke, wie Boxen dir körperlich und mental weiterhelfen kann!

Allfällige Fragen werden von den Klassenlehrer:innen gerne beantwortet.

Freundliche Grüsse

Die Lehrer:innen des H1