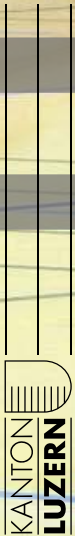


KANTONSSCHULE | SEETAL

LUZERN



A PRIORI 2014/15 2. SEMESTER

DAS MAGAZIN DER
KANTONSSCHULE SEETAL

Kantonsschule Seetal | ksseetal.lu.ch

A woman with long brown hair, wearing a grey and white patterned long-sleeved shirt and dark blue jeans, is walking across a lush green grassy field. She is holding a small white ball in her right hand. In the background, there are faint white chalk-like drawings on the grass, including a house-like shape and some abstract lines. A large, thick red arrow points from the top left towards the woman.

A PRIORI 2014/15
2. SEMESTER

MARC MEYER
REKTOR

EDITORIAL

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER

Der Sportunterricht an einer Kantonschule besitzt in vielerlei Hinsicht eine einmalige Rolle:

- › Er repräsentiert erstens das einzige Schulfach (gewisse Parallelen gibt es nur im Werken und in der Hauswirtschaft am Untergymnasium), in welchem körperliche Aktivität das Kerngeschäft ist. Wenig bekannt in diesem Zusammenhang ist der Umstand, dass die Förderung der physischen Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler im Maturitätsanerkenntnisreglement explizit als Teil des gymnasialen Bildungsziels verankert ist. Ohne Sportunterricht könnte dieses Ziel somit nicht vollständig erreicht werden.
- › Gemäss unserem Schulleitbild verstehen wir Bildung als Prozess und Resultat von Allgemeinbildung und Persönlichkeitsentwicklung. Letztere unterstützt der Sportunterricht, indem, etwa beim Spiel, soziale Kompetenzen, Teamgeist und Fairplay als entscheidende Erfolgsfaktoren erlebbar werden, während, etwa bei der gegenseitigen Unterstützung im Geräteturnen, die Bedeutung von Verlässlichkeit, aber auch von Vertrauen regelrecht greifbar wird.
- › Wir fordern von unseren Schülerinnen und Schülern Leistung. Das ist am Gymnasium in der Regel geistige Leistung. Im Sportunterricht (Ausnahme: Ergänzungsfach Sport) geht es dagegen hauptsächlich um körperliche Leistung – und die wird dank bestens akzeptierter Vorbilder der Schülerinnen und Schüler im Spitzensport kaum in Frage gestellt – ein Privileg, welches sich die Lehrpersonen anderer Fächer gelegentlich wünschen würden.
- › Der Schulsport zelebriert Gemeinschaftsanlässe wie Sporttage, Spielturniere, Wettkämpfe, Schneesporthage oder polysportive Sportlager wie unsere Frühlingsstudienwoche in Tenero und unser neues Schneesporthage. Solche Anlässe sind Profil bildende Bestandteile des Schullebens und der Schulkultur und ver-

mitteln den Schülerinnen und Schülern bleibende Erinnerungen: Wo Schulstunden, in denen man in Reih und Glied dasitzt, in der Erinnerung rasch verblassen, bleiben die Bilder von winterlichen Traumlandschaften, vom Schlittschuhlaufen, vom Orientierungslauf im Wald, vom Beach Volleyball oder vom Wassersport noch lange in Erinnerung.

- › Das sinnliche Erleben ist im Sportunterricht besonders ausgeprägt: Die körperliche Ästhetik anderer Sport treibender Menschen, anfeuernde und vielleicht gar frenetische Zurufe aus dem Fanpublikum, der Duft von frisch geschnittenem Rasen oder von DulX, der Geschmack des eigenen Schweißes oder des isotonischen Durstlöschers und die zahllosen haptischen Eindrücke, die jede Sportart unverwechselbar machen: All diese Wahrnehmungen – und noch viele mehr – machen den Sport zu einem sinnlichen Gesamterlebnis, wie es kein anderes Schulfach bieten kann.
- › Schliesslich bildet der Sportunterricht das mit Sicherheit gesündeste und mussevollste Schulfach, denn selbst wenig sportbegeisterte Schülerinnen und Schüler schätzen nach anstrengenden Schulstunden die willkommene Gelegenheit, den Kopf wieder so richtig durchzulüften, und in welchem anderen Fach genießt das spielerische Element schon einen so prominenten und legitimen Platz wie im Sport?!

Grund genug angesichts einer solchen Fülle besonderer Qualitäten des Schulsports also, dem sich an einem Gymnasium am meisten vom übrigen schulischen Rahmen abhebenden Unterrichtsfach eine ganze Nummer unserer Zeitschrift a priori zu widmen!

Viel Vergnügen bei der Lektüre!

Dr. Marc Meyer, Rektor

4 SPORT AN DER KS SEETAL

16 FACHMATURA PÄDAGOGIK

19 ÄNDERUNGEN IN DER WOCHEN- STUDENTAFEL

20 UNSERE SPORT- LEHRPERSONEN IN ACTION

22 AGENDA



SPORT AN DER
KS SEETAL

«ES LEBE DER SPORT...»

ROGER RAUBER
PROREKTOR

...ER IST GESUND
UND MACHT
UNS HART, ER IST
BELIEBT BEI ALT
UND JUNG, ER
GIBT UNS KRAFT,
ER GIBT UNS
SCHWUNG.»

So lautet der Refrain des Schlagers von Reinhard Fendrich mit dem gleichnamigen Titel aus dem Jahre 1982, der den reiferen Leserinnen und Lesern unseres Magazins noch bekannt sein dürfte.¹ Auch wenn Schlagertexte in der Regel banal sein mögen, so scheint dieser Refraintext in seiner knappen inhaltlichen Aussage durchaus treffend zu sein.

GESUND

Dass regelmässige körperliche Bewegung unserer Gesundheit gut tut, gilt mittlerweile als unumstössliche Tatsache. Auch wenn es Zeitgenossen geben mag, die gerne den englischen, dicke Zigarren rauchenden und Whisky trinkenden Kriegspre-



mier Winston Churchill mit seinem Bonmot «no sports» als Geheimnis für das Erreichen eines hohen Alters ins Feld führen, so ist dies wohl eher ironische Ausflucht als tatsächliche Überzeugung. Auch im schulischen Kontext ist Gesundheit ein wichtiger Begriff. Eine hohe intellektuelle Leistungsfähigkeit und gutes Lernen sind nur möglich, wenn unsere Schülerinnen und Schüler körperlich gesund und fit sind. Hier leistet der Schulsport einen wichtigen Beitrag.

HART

Es gab im Verlaufe der Geschichte immer wieder Gesellschaften und Systeme, welche die sportliche Tüchtigkeit als eine wichtige Grundlage

für die Erziehung zum Krieg gesehen haben. In der griechischen Antike setzten die Spartaner ganz gezielt auf harte sportliche Ertüchtigung, um ihr Ziel, die beste Armee aller griechischen Poleis zu haben, zu erreichen. Im 20. Jahrhundert haben die Nationalsozialisten in ihren Jugendorganisationen «Hitlerjugend» und «Bund deutscher Mädel (BdM)» sportliche Härte und Disziplin ganz hoch gewichtet. Da bekommt der Begriff «hart» im Zusammenhang mit Sport doch einen schalen Beigeschmack. Denn nichts liegt unserem Bildungsziel ferner als eine Erziehung zum Krieg wie im alten Sparta oder im Dritten Reich. Wenn wir den Begriff «hart» aber durch «widerstandsfähig» oder «belastbar» ersetzen, können wir eher zustimmen. «Belastbarkeit»

ist durchaus eine Eigenschaft, der im Rahmen der Persönlichkeitsentwicklung Bedeutung zukommt. Und sportliche Fitness stellt eine Grundlage für diese Belastbarkeit dar.

BELIEBT

Sport ist zweifellos in unserer Gesellschaft – man denke nur an die zahlreichen Sportveranstaltungen und -sendungen – sehr beliebt. Auch in der Schule erfreut sich der Sport bei den meisten Schülerinnen und Schülern grosser Beliebtheit. Das hat nicht zuletzt damit zu tun, dass der Sport nebst der Förderung der individuellen sportlichen Fitness auch eine stark soziale und gemeinschaftsbildende Funktion hat.

ER GIBT UNS KRAFT UND SCHWUNG

Alle, die sich - in welcher Form auch immer - mehr oder weniger regelmässig körperlich bewegen, wissen um den positiven Effekt der sportlichen Ertüchtigung auf die eigene Stimmung und Befindlichkeit. Auf diesen positiven Effekt bauen wir auch in der Schule gerne.

ZIELE

Welche Ziele werden denn explizit im schulischen Kontext für das Fach Sport genannt?

Die erste Grundlage für den gymnasialen Schulsport ist das Maturitätsanerkennungsreglement (MAR 95), wo es im Artikel 5 heisst:

«Die Schulen fördern gleichzeitig die Intelligenz, die Willenskraft, die Sensibilität in ethischen und musischen Belangen sowie die physischen Fähigkeiten ihrer Schülerinnen und Schüler.»²

In unserem Lehrplan für das Grundlagenfach Sport werden die wichtigsten Ziele des Faches folgendermassen definiert:³

«Der Sportunterricht leistet einen wesentlichen Beitrag zu einer harmonischen Ausbildung des Körpers, des Gemüts, des Willens und des Verstandes.

Der Sportunterricht dient dem Körperbewusstsein und der Gesundheit. Er strebt mit der Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und mit seinem Beitrag zur ganzheitlichen Bildung physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden an. Die Auswahl entsprechender Sportarten hat zum Ziel, die Jugendlichen zur aktiven Freizeitgestaltung zu ermuntern, ihr Naturerlebnis zu vertiefen und ihr Verantwortungsbewusstsein gegenüber der Umwelt zu fördern.

Der Sportunterricht bezweckt die Schulung des Körpers als Organismus und Ausdrucksmittel sowie die systematische Förderung der psychomotorischen Fähigkeiten. Er bietet Gelegenheit, Bewegungserfahrungen vielfältig zu erweitern und zu



sichern. Er lässt die Jugendlichen in Einzel- und Mannschaftssportarten unterschiedlichste Fertigkeiten und Einstellungen erwerben sowie im Spiel wichtige menschliche Grundeinsichten gewinnen; auf diese Weise befähigt er sie, aus dem vielseitigen Angebot die ihnen gemässen Bewegungs-, Spiel- und Sportformen auszuwählen und selbständig zu pflegen.

Der Sportunterricht zeigt die ethischen Grenzen bei Wettkämpfen auf und führt zu sportlichem Verhalten (z.B. Hilfsbereitschaft, Fairplay, Selbstdisziplin). Sportliche Erfahrungen tragen zur Entwicklung der Persönlichkeit bei.

Der Sportunterricht bringt Ausgleich und Erholung im schulischen und ausserschulischen Leben der Jugendlichen.»

In welchen konkreten Erscheinungsformen – abgesehen vom Grundlagenfach – der Sport an der Kantonsschule Seetal in Erscheinung tritt, erfahren Sie in den folgenden Beiträgen.

BEWERTUNG IM FACH SPORT

BEDA HUBER
SPORTLEHRER

Der Sportunterricht an der Primarschule dient im Allgemeinen zur persönlichen körperlichen Ertüchtigung. Deshalb stehen Spiel und Spass oft im Mittelpunkt.

Am Gymnasium kommen zwei Elemente neu dazu. Die Schülerinnen und Schüler müssen so ausgebildet werden, dass sie für ein mögliches Studium mit Sport gerüstet sind. So kommt neben Spiel und Spass noch der nötige Unterrichtsinhalt dazu.

An der luzerner Kantonsschulen gehört Sport zum promotionswirksamen Fächerkanon.

Das heisst: die Sportnote zählt gleich wie Französisch, Mathematik, Deutsch und andere Fächer. Sie zählt also zum Durchschnitt, und eine ungenügende Sportnote hat Mangelpunkte zur Folge. Neben dem nötigen Inhalt bestimmt nun also auch der Notendruck den Sportunterricht. Da die Note manchmal zu Diskussionen Anlass gibt («jetzt kann man nur

wegen der Turnnote aus der Kanti fliegen»), soll hier zuerst allgemein und dann am Beispiel des 7. Schuljahres erläutert werden, wie die Sportnote zu Stande kommt.

Die Sportnote entsteht aus dem Durchschnitt verschiedener Disziplinen. Leichtathletik, Spiel, Ausdauer, Geräteturnen, ev. Tanz, ev. Schwimmen, ev. Eislauf, ev. Biken. Je nach Neigung einer Sportlehrperson, Klassenstufe oder Witterung kann der Disziplinenkanon etwas variieren. Die Note einer Disziplin wiederum ist der Durchschnitt aus 1- 4 Prüfungsnoten. Die Notenskala der messbaren Disziplinen ist aus dem Vergleich mit den Notenskalen anderer Kantonsschulen, J+S-Tabellen und aus schulinternen Durchschnittswerten mehrerer Jahre entstanden. Die Grafik unten zeigt exemplarisch die Zusammensetzung der Note im siebten Schuljahr. Aus diesem Beispiel kann man zwei Punkte erkennen.

- › Es wird verhindert, dass ein Fussballer, ein Leichtathlet oder ein Geräteturner nur mit seiner Paradedisziplin eine Supersportnote erzielen kann. Um eine sehr gute Note zu erhalten, muss man Allrounder sein, was in einem folgenden Studium mit Sport von grossem Vorteil ist.
- › Mathematisch oder sprachlich wenig begabte Schüler müssen Mehraufwand betreiben, um in diesen Fächern eine genügende Note zu erreichen. Dies ist auch in unserem Fach der Fall. Auch körperlich benachteiligte Schülerinnen und Schüler können mit Willen und Einsatz meist eine genügende Note erreichen, denn in jeder Disziplin findet sich ein Spektrum, das mit Engagement zu einer genügenden Durchschnittsnote führen kann.

Basketballtests	Volleyballtests	Tanz oder Bewegungsfolge mit Handgerät	Bodenprüfung	Reckprüfung	80m	800m	Hochsprung	Ballwurf	OL	Crosslauf
Spielnote		Ausdrucksnote	Gerätenote		Leichtathletiknote				Ausdauernde	
Sportnote										

THEMEN UND ZIELE
DES EF SPORT

ERGÄNZUNGS- FACH SPORT

THOMAS KUNZ
SPORTLEHRER



ANMELDUNG

Für das Ergänzungsfach Sport an der Kantonsschule Seetal können sich alle Schülerinnen und Schüler anmelden, die Freude an der eigenen Bewegung haben und die sich aber auch für die Hintergründe des Sports interessieren.

MODULE

Das Ergänzungsfach Sport ist in vier Module aufgeteilt. Vier Sportlehrerinnen und Sportlehrern der Kantonsschule Seetal unterrichten je ein Modul. Es sind dies Michèle Sigel, Tobias Stalder, Ueli Isenegger und Thomas Kunz.

BEURTEILUNG

Die regelmässigen sportpraktischen und die theoretischen Prüfungen ergeben zusammen die Jahresnote. Für die Maturitätsprüfung muss vor den Osterferien ein praktischer Teil (Koordination und Technik, Bewegung und Musik, Spielen, Ausdauer) absolviert werden. Im Mai wird das EF Sport mit einer schriftlichen, 3-stündigen Prüfung mit sporttheoretischen Inhalten abgeschlossen.

Die folgende Darstellung zeigt die Themen und die Lernziele bzw. Meilensteine des Ergänzungsfachs Sport auf:

Sport und Gesundheit

Persönliche Motivation für Bewegung und Sport eruieren. Wieso treibe ich Sport? Positive Auswirkungen von Sport auf die Gesundheit kennen. Suva-Kampagnen kennen lernen.

Verletzungsprophylaxe

Verschiedene Verletzungsarten und ihre Ursachen kennen. Wissen, welche Sportarten besonders «gefährlich» sind. Erstbehandlungsmassnahmen anwenden können.



Beweglichkeit, Aufwärmen und Regenerieren

Eigene Beweglichkeit und Tipps für das Dehnen erfahren. Wichtige Aspekte des Aufwärmens kennen. Verschiedene Regenerationsmassnahmen (aktiv und passiv) und wichtige Aspekte fürs Aufwärmen kennen lernen.

Laufanalyse

Die verschiedenen Fusstypen und Lauftechniken kennen und unterscheiden können. Fehlbewegungen und ihre Ursachen und Auswirkungen in Verbindung bringen.

Sportsoziologie

Vortrag über einen ausgewählten Themenbereich halten.

- › Sport und Gesellschaft
- › Doping
- › Frauen im Sport
- › Olympische Spiele
- › Fairplay etc.

Trendsport

Eine aktuelle Trendsportart erleben.

- › Entwicklungsmuster
- › Parkour und Freerunning

Psychische Aspekte im Sport

Ziele und Techniken des mentalen Trainings kennen.

- › Mentales Training
- › Trainingsmethoden und -verfahren

Koordinative Fähigkeiten

Persönliche Körperwahrnehmung analysieren und verbessern. Kennen der theoretischen Grundlagen und zuordnen der KF am Beispiel verschiedener Sportarten / Bewegungen

Bewegungslehre

Lernen und Analysieren ausgewählter Bewegungen.

- › Kennenlernen komplexer Bewegungsabläufe und Erkennen von Knotenpunkten
- › Bewegungsanalyse, -merkmale, -verwandtschaften, -steuerung und -vorstellung.

Taktik / Spiel

Spieltechnik, Spielregeln und Taktik der Spielsportarten kennen und anwenden können. Wahrnehmung (Entscheiden – Ausführen) im Spiel schulen.

Trainingslehre «Kraft»

Grosse menschliche Skelettmuskelgruppen mit Namen, Aufbau und Funktionsweise kennen lernen. Steuerungswege der Bewegungsbeefehle über Hypophyse und Rückenmark erfassen und verstehen.

Körperliche Fehlhaltungen

Verbreitete Fehlhaltungen wie «Buckeli» oder «Hohles Kreuz» in der Entstehung erkennen und Maßnah-

men dagegen anwenden können.

Krafttrainingsmethoden

Verschiedene Krafttrainingsmethoden kennen lernen und in der Halle wie auch im Fitnesscenter erwerben und anwenden.

Trainingslehre Ausdauer und Schnelligkeit

Trainingsmethoden kennen und ihren Zweck erkennen. Anwenden an verschiedenen Beispielen im Unterricht.

Stoffwechsel des menschlichen Körpers und seine Rolle im (Ausdauer-)Training

Flüssigkeitshaushalt und Körpergewicht. Sporternährung als Basis. Supplemente, Abgrenzung zum Doping.

Teilnahme an einem Halbmarathon oder ähnlichen Event

Leistung im Sport

Verschiedene Leistungsaspekte im Sport kennen lernen. Physikalische Formeln und Belastungsaspekte an praktischen Beispielen anwenden.



SPORTANGEBOTE AN DER KS SEETAL

SPORTTAGSKONZEPT DER KS SEETAL AB 2014/2015

Die Fachschaft Sport hat in den letzten Jahren ein Sporttagskonzept erstellt, welches die Schülerinnen und Schüler auf verschiedensten Ebenen ansprechen soll. Es ist uns wichtig, dass sowohl die persönliche Herausforderung (Leistungsaspekt) als auch das gemeinsame Erleben und der Spass einbezogen sind. Das Sporttagskonzept bietet eine Plattform für langanhaltende schöne Erinnerungen an eine abwechslungsreiche Schulzeit.

Herbstsportnachmittag

Der Herbstsport-Nachmittag bildet am Untergymnasium ein jährlich ändernder Ausdauer-event. Durch den Dreierhythmus erleben alle Schülerinnen und Schüler drei verschiedene Events. In den oberen Klassen findet am selben Nachmittag jeweils ein Spielturnier statt. Auch hier ändern die Spiele in einem Dreijahresrhythmus.

Wintersporttag

Eigentlich war die Idee des Wintersporttags, die Schülerinnen und Schüler für die Wintersportarten (Ski- oder

Snowboardfahren oder Langlauf) zu begeistern. Durch Einsteigerangebote sollten die Möglichkeit geboten werden, diese auch zu erlernen. Wir mussten in den letzten Jahren einsehen, dass dieses Konzept so nicht mehr durchführbar war, da es zu viele Schülerinnen und Schüler gibt, die keine Ausrüstung mehr haben und die Kosten so für Einzelne sehr hoch wurden. Deshalb haben wir das Angebot mit Schlitteln, Eislaufen und einer Winterwanderung ergänzt. Auf diese Weise hoffen wir, für jeden ein entsprechendes (günstiges) Angebot dabei zu haben. Auf jeden Fall ist der Schneesporttag aber ein Anlass, einmal einen Tag gemeinsam an der frischen Luft zu verbringen und eine schöne Zeit zu haben.

Sommersporttag

Am Untergymnasium dient der Sommersporttag einerseits dazu, die Leistungen in der Leichtathletik zu erheben, andererseits können am Nachmittag am Spielturnier der Teamgeist verbessert und der Zusammenhalt in der Klassenstufe vertieft werden.

Am Obergymnasium geht es darum, eine relativ lange Strecke auf Rädern aus eigener Kraft zurückzulegen und in der Pause am Mittag Kraft für die Rückreise zu tanken. Die Zielorte variieren hier von Jahr zu Jahr.

Mittelschulturnier

Das Mittelschulturnier ist ein Spielturnier und findet jedes Jahr in der letzten Woche vor den Sommerferien statt. Es gibt motivierten Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, sich mit Schülerinnen und Schülern aller Luzerner Kantonsschulen zu messen. Der Austragungsort ändert alle zwei Jahre und je nach Austragungsort können auch die Spiele ändern. Die Teilnahme an diesem Turnier ist freiwillig, wer nicht teilnimmt, besucht an diesem Tag den Unterricht.

Michèle Sigel

TENERO - DAS «MAGGLINGEN FÜR JUGENDLICHE»

Die meisten Schülerinnen und Schüler dürfen während ihrer Kantikarriere einmal «Tenero» hautnah erleben. Das Center ist eine nationale Institution und sozusagen das «Magglingen für Jugendliche». Die Anlage wurde während zwei Jahren im grossen Stil umgebaut und erweitert. Es sind neue Unterkünfte, Küchen, Sportplätze und Theoriesäle gebaut worden, welche nun noch umfangreicher genutzt werden können. Neu im Angebot war dieses Jahr das Beachsoccer. Auch bereits etablierte Sportarten wie Klettern, Tennis, Squash, Beachvolleyball, Biken, Trampolin, Aerobic, Fussball, Intercrosse, Kajak, Bogenschiessen, Windsurfen und Power Yoga standen wieder auf

dem Programm. Hinzu kam der alljährliche «OL» als Starprogramm in Locarno, bei welchem unsere Schüler jeweils einige verschiedene, vorwiegend geografische Aufgaben zu lösen hatten.

Wir waren in den neuen Zelten untergebracht und hatten die Möglichkeit, die neuen Garderoben und Duschen zu benützen, die Verpflegung durften wir aber (zum Glück!) im alten Haus geniessen. Diese Anlage ist zwar sehr viel rustikaler, jedoch grösser und in vieler Hinsicht einfacher... Das Wetter war uns im Tessin – wie so oft – nur teilweise gut gesinnt, was aber die lockere und schöne Lageratmosphäre nicht zu beeinträchtigen vermochte. Auch vom sport-

lichen Interesse her gesehen hatten die Teilnehmenden ihren Teil zu einem interessanten Lager beigetragen, die meisten Rückmeldungen waren auch dementsprechend positiv. Unsere leistungsfähige Küche stärkte uns Leiter und die Sporttreibenden wie jedes Jahr wieder vollumfänglich mit qualitativ hochstehender Kost. Die Teamleitung dankt allen, welche an diesem Kurs teilgenommen haben, für ihren sportlichen und/oder Küchen-Einsatz recht herzlich!

Tobias Stalder

FREIFÄCHER IM BEREICH SPORT

Die KS Seetal bietet momentan acht verschiedene Freifächer im Bereich Sport an. Neben den klassischen Sportarten wie (Beach-) Volleyball, Badminton oder Tanzen (1 und 2) werden auch speziellere Formen wie Orientalischer Tanz, Atempause mit Yoga oder Lunchplay durchgeführt. Beim Lunchplay handelt es sich nicht um ein neues Sandwich der Mensa, sondern um ein Freifach für spielbegeisterte Schülerinnen und Schüler. Dabei werden verschiedenste Spielsportarten gespielt und dabei kennengelernt. Bei allen Freifächern stehen der Spass an der Bewegung

und das Erleben von (neuen) Sportarten im Vordergrund. Nichtsdestotrotz entstehen aus diesen Angeboten immer wieder Gruppen von Schüler/innen, die an ausserschulischen Veranstaltungen und Wettkämpfen (School-Dance-Award, Mittelschulturnier etc.) teilnehmen.

Freifach Atempause mit Yoga

Seid ca. 10 Jahren bietet die KS Seetal Yoga als Freifach an, also dem sogenannten Trend weit voraus. Yogaunterricht beinhaltet Bewusstseins- und Achtsamkeitsschulung, Atem- und Meditationsübungen, um

sich persönlich in seiner Ganzheitlichkeit zu erfahren und zu entwickeln. Yoga ist als sogenanntes Work-In zu verstehen, Wahrnehmungsschulung zur Introspektion. Als Gruppe üben wir manchmal «Mandalas», das heisst wir gestalten und erleben gemeinsam Formen und Bewegungen. Sie lassen uns zusammen Halt und Stabilität erfahren und vor allem vermitteln sie Freude!

Ueli Isenegger/Otilia Scherrer

SCHOOL DANCE AWARD

Die Sportförderung des Kantons Luzern organisierte am Samstag, 15. Februar 2014 an der Kantonsschule Alpenquai mit dem «School Dance Award» erstmals einen Tanzwettbewerb. Der kantonale Wettbewerb richtete sich an Kinder und Jugendliche ab dem 4. Schuljahr. Teilnehmen konnten Gruppen, welche entweder die gleiche Klasse oder den gleichen freiwilligen Schulsportkurs besuchen oder Klassen, welche zusammen im Sportunterricht sind. Rund 600 Schülerinnen und Schüler, 43 Teams aus dem ganzen Kanton, tanzten auf der Bühne der voll besetzten Aula der Kantonsschule Luzern.

Die Tänzerinnen und Tänzer begeisterten das Publikum mit kreativen Choreografien und die Kantonsschule Seetal durfte gleich 4 Pokale mit nach Hause nehmen:

In der Kategorie «Freiwilliger Schulsport Sek I und II» standen drei Teams von Claudine Leyer und Ursula Trucco auf dem Podest und in der Kategorie «Schulklassen Sek II» gewann die Sportklasse von Elisabeth Eberle. Am Samstag, 21. März 2015 fin-

det der 2. School Dance Award neu im KKL Luzern statt. Wir werden mit drei Teams am Start sein und freuen uns auf das besondere Ambiente im Luzerner Saal. Dieses Jahr werden mehr als 50 Teams mitmachen und wir hoffen, dass viele Zuschauerinnen und Zuschauer aus dem Seetal anwesend sein werden, um uns kräftig zu unterstützen.

Freifach Tanz

24 Jugendliche aus dem Freifach «Tanz» zeigen, wie man Musik und Rhythmus durch einen persönlich geprägten, künstlerischen Ausdruck perfekt in Bewegung umsetzen kann. Während der Darbietung sind keine Anstrengungen mehr sichtbar. Körperliche und geistige Beweglichkeit sowie Vitalität und Lebensfreude lassen das harte Training vergessen. Die Gruppe Chic & Choc begeisterte mit einer ausdrucksstarken Latino-Freestyle-Darbietung und belegte den 1. Platz in der Kategorie «Freiwilliger Schulsport Sek I und II». Am Freitag, 28. März 2014 wurde die Gruppe an die Sportpreis-Gala in Nottwil eingeladen, um aufzutreten; ein unvergesslicher Abend!

Freifach Dance

Die Gruppe des Freifachs «Dance» studierte eine Choreografie mit verschiedenen HipHop-, Aerobic-, Jazz- und Housedance-Schritten sowie mit einigen Akrobatikteilen ein. Mit einer super Show sicherten sich die «Lake Valley Company»-Tänzerinnen den 2. Platz in der Kategorie «Freiwilliger Schulsport Sek I und II».

Freifach orientalischer Tanz

Der orientalische Tanz vermittelt eher den Eindruck von Kunst und Show als von einer schweisstreibenden sportlichen Tätigkeit. Die Verschmelzung von beiden Aspekten ist Herausforderung und Anreiz zugleich. Fliessende und scheinbar mühelose Bewegungen brachten der Gruppe «Assal» aus dem Freifach «Orientalischer Tanz» den 3. Platz in der Kategorie «Freiwilliger Schulsport Sek I und II» ein. Die Tänzerinnen zeigten eine von Ästhetik und hohem technischen Niveau geprägte Darbietung.

Ursula Trucco / Claudine Leyer



BOOST THE BREAK – PAUSEN, DIE ANKURBELN!

Mit dem neu lancierten Projekt «Boost the Break» sollen die Schülerinnen und Schüler der KS Seetal die Möglichkeit erhalten, ihre Pausen ab und zu anders, eventuell abwechslungsreicher, gesünder oder sinnvoller zu nutzen. Sporadische Pausen- oder Mittagsangebote sollen sie motivieren, sich in der unterrichtsfreien Zeit zu bewegen, sich gezielt zu entspannen, gemeinsam etwas Originelles zu unternehmen, einem Anlass beizuwohnen oder bei Aktivitäten, die sie interessieren, zu schnuppern. Dabei können einerseits Schülerinnen und Schüler ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen und einen Workshop anbieten, andererseits profitieren die Gymnasiasten und Gymnasiastinnen und Fachmittelschüler/-innen von Angeboten, die sie vielleicht sonst nie

genutzt und kennen gelernt hätten (z.B. Tanzworkshops, Yoga, Kickboxing, Flashmob, Meditation). Jede Schülerin, jeder Schüler kann bei Lust und Zeit im Normalfall an jeder Aktion teilnehmen, ab und zu gibt es Einschreibelisten oder die Zielgruppe wird bestimmt (z.B. Stufe L1/L2). In den 10-Uhr-Pausen fanden bisher Anlässe wie «Linedance», «Salsa», «Kalari-Übungen», «Engelsuche» oder «Make your Smoothie» statt. Am Mittag wurden die HipHop-, Dance-, Kickbox- und Yoga Nidra-Angebote besonders gut besucht, es testeten aber auch einige Schülerinnen und Schüler die Meditation, die Progressive Muskelrelaxation oder man traf sich zum Gamen oder Joggen.

Mit Unterstützung der Schulleitung, des Hausdiensts, der Mensa und der Lehrer- und Schülerschaft der KS Seetal lassen sich zukünftig bei Interesse weitere tolle Angebote realisieren, beispielsweise eine Modeschau, eine Tanzshow, ein KUBB-/BB-/FB-/Boccia-Turnier, eine Schnitzeljagd, eine Rätsel-Challenge, ein Slackline- oder Bogenschiessen-Workshop, eine Bike- oder Inline-Tour, eine Bootcamp- oder Pilates-Lektion, ein Karaoke- oder Strongest Man-Contest, eine Klassen-Challenge «Totes Handy», ein 1-Minuten-Stopp ...

Wir werden versuchen, die Pausen möglichst oft kreativ zu nutzen!

Ursula Trucco

EINE WOCHE IN WEISS

SCHNEESPORTLAGER
16.2 - 20.2.2015
ENGELBERG



BEI HERRLICHEM SONNENSCHNEIN UND BESTEN SCHNEEVERHÄLTNISSEN HAT DIESES JAHR ZUM ZWEITEN MAL IN FOLGE DAS SCHNEESPORTLAGER DER KS SEETAL IN ENGELBERG STATTGEFUNDEN.

Sechzehn Schülerinnen und neun Schüler aus den Klassen K2/K3/K4 sowie L4/L5/L6 konnten unter fachkundiger J+S - Gruppenleitung ihre persönliche Technik verbessern und weiterentwickeln. Für den Snowboardunterricht waren die beiden Ehemaligen Eirik Jülke und Timo Bachmann verantwortlich, einzelne Tageseinsätze wurden von Patrick Arnet (Ehem.), Noemi Müller (K3), Lena Yanez (L5c) und dem Lagerleiter geleistet. Für das Programm der Skifahrer waren Damian Lenherr (Ehem.) und Patricia Blum (L6a) zuständig, zwei Fensterprogramme (z.B. Kippstangen fahren, Kurzsprungvarianten) wurden vom Lagerleiter abgedeckt.

Im Rahmenprogramm (nach 16.00 Uhr) konnte man an verschiedenen Aktivitäten teilnehmen: Nachtschlitteln nach Engelberg und Nachtwanderung zurück zur Gerschnialp, Skating und LL Spiele auf Gerschnialp, Parallelschlalom auf Untertrübsee mit Snowvolleyball, Feierabendtee in der «Meringue-Kurve» mit anschließendem Rücktransport am Seil des Schneetöfss, unzählige Kartenspiele etc. Ein Highlight war sicher auch

der Donnerstagabend, an dem sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gemäss dem Lagermotto «Puirächibi» in entsprechende «Peter oder Heidi Verkleidung» stürzten: «Traktorfahren» und «Schwingen im Schnee» mit echten Schwingerhosen waren die angesagtesten Spiele!

Besten Dank nochmals allen Leiterinnen und Leitern für den geleisteten Einsatz: Das hat viel zum guten Gelingen des Lagers und zu einer super Stimmung beigetragen! Ein herzliches Dankeschön geht aber auch an alle Schülerinnen und Schüler für das Mitmachen, Mitdenken, Mithelfen, und vor allem für das Einhalten der Regeln bezüglich Hausordnung und Gemeinschaft – so macht es Spass, ein Lager zu organisieren und durchzuführen! Nächstes Jahr wieder in den Faschnachtsferien!

P.S. Das Lagervideo ist zu finden auf der Homepage der KS Seetal: [Downloads / Termine Anlässe / Sport-Anlässe / Video_Schneesportlager2015 \(mp4\)](#)





HERZLICHE
GRATULATION
ZUR BESTANDENEN

FACHMATURITÄT PÄDAGOGIK

MONIKA ITEN
PROREKTORIN

NACH 7 SEMESTERN ALLGEMEINBILDENDEM UNTERRICHT UND DEM ERFOLGREICHEN ABSOLVIEREN DER ANSPRUCHSVOLLEN ABSCHLUSSPRÜFUNGEN HABEN ALLE NEUN ZU DEN FACHMATURITÄTSPRÜFUNGEN ANGETRETENEN KANDIDATINNEN UND KANDIDATEN IHREN FACHMATURITÄTSAUSWEIS IM PROFIL PÄDAGOGIK ERHALTEN.



Am Freitagabend, 23. Januar 2015, wurde zur feierlichen Abschlussfeier der Fachmaturität Pädagogik geladen.

Dieser berechtigt z. B. zum prüfungsfreien Eintritt in eine Pädagogische Hochschule. Gewisse werden mit der Ausbildung zur Kindergärtnerin oder Primarlehrperson beginnen, andere werden ein Praktikum absolvieren, resp. sich auf einen Eignungstest vorbereiten, um ein Studium an einer Fachhochschule in Angriff zu nehmen.

Anlässlich der Feier gratulierte Rektor Marc Meyer der Klasse zum Prüfungserfolg und machte auf die zunehmende Bedeutung des Fachmaturitätslehrgangs im schweizerischen Bildungsgefüge aufmerksam. Lisa Fitz (Deutschlehrerin) und Alain Summermatter (Geschichtslehrer) machten sich in ihrer Festrede tiefgründige Gedanken über Glück, Leidenschaft und Erfolg und gaben den Absolventinnen und dem Absol-

venten – mit einer persönlichen Note und einer Prise Humor – Tipps mit auf den weiteren Lebensweg.

Vor der Zeugnisübergabe durch Judith Thüer (Klassenlehrerin F4 und Biologielehrerin) und die Schulleitung hatte Laura Schuler den von der Papeterie von Matt (Hochdorf) gestifteten Fachmaturitätspreis als Auszeichnung für die beste Gesamtleistung empfangen dürfen.


Prorektorin Monika Iten gratulierte ebenfalls zu den hervorragenden Prüfungsergebnissen und leitete gerne die Komplimente der Experten an die Absolventinnen und an den Absolventen weiter.

Anschliessend richteten die Absolventinnen Viktoria Kutenberger und Kim Schmid ihre mit Humor gewählten Worte an die Gäste, indem sie ihre Ausbildungszeit an der FMS Seetal aus Sicht der Lernenden Revue passieren liessen.

Das Vokalensemble der KS Seetal unter der Leitung von Kerstin Saxer und Lorenz Ganz umrahmte die Feier mit einem hübschen musikalischen Programm.

Erfolgreiche Absolventinnen und Absolventen:

Amberg Vera, Kriens
 Birrer Selina, Hitzkirch
 Denzer Naomi, Buchrain
 Jozsa Martina, Inwil
 Kutenberger Viktoria, Luzern
 Meier Eljsa, Hochdorf
 Müller Aaron, Beromünster
 Schmid Kim, Luzern
 Schuler Lara, Schongau



IM RAHMEN DES SPARPAKETES «LEISTUNGEN UND STRUKTUREN I» WURDEN UNTER ANDEREN MASSNAHMEN AUCH KÜRZUNGEN IN DER WOCHENSTUNDENTAFEL «WOST» BESCHLOSSEN, DIE AUF DAS KOMMENDE SCHULJAHR HIN IN KRAFT TRETEN.

WOCHENSTUNDEN - TAFEL

KLAUS HELFENSTEIN
PROREKTOR

Durch diesen Abbau von Unterrichtslektionen wird einerseits die Gesamtmenge der Pensum für Lehrpersonen kleiner, was zu den gewünschten finanziellen Einsparungen führt. Andererseits besteht für die Schule die Gefahr, dass schulspezifische, identitätsstiftende Schwerpunktsetzungen in einzelnen Fächern geschmälert werden. In unserem für den Kanton Luzern einzigartigen Schulprofil, das im Rahmen der Zusammenlegung der drei Schulen Baldegg, Hitzkirch und Hochdorf erarbeitet wurde, ist letzterer Punkt besonders aktuell. Um die Sparvorgaben zu erreichen, ohne wesentliche Abstriche in den für die Matura vorgeschriebenen Fächern zu machen, werden die Kürzungen in folgenden Fächern vorgenommen:

› Die Klassenstunde im UG wird von wöchentlich 70 Minuten auf 45 verkürzt. In den letzten drei Jahren LZG und KZG dauert sie durchschnittlich nur noch 22.5 Minuten. Diese Verkürzungen bedeuten eine Angleichung an die anderen Gymnasien, deren WOST für die ersten drei Jahre LZG eine ganze und die letzten drei Jahre eine halbe Lektion à 45 Minuten pro Woche enthält. Bei uns wird durch diese Angleichung die Klassenstunde in der

3. Klasse LZG bzw. der 1. Klasse KZG von 35 Minuten auf 45 Minuten erhöht.

- › Sprache und Kultur der Antike wird von drei Wochenlektionen à 70 Minuten um eine halbe Lektion gekürzt.
- › Für die Ergänzungsfächer in den beiden letzten Jahren vor der Matura stehen neu noch 90 Minuten pro Woche zur Verfügung (bisher 105 Minuten).
- › Das musische Grundlagenfach wird bereits ab der Stufe K2 / L4 als Wahlpflichtfach geführt. Dies bedeutet, dass sich die Lernenden ein Jahr früher als bisher für Bildnerisches Gestalten oder Musik entscheiden müssen und nicht mehr den Unterricht in beiden Fächern besuchen.

Eine leichte Erhöhung der WOST gibt es im Bereich Sport in den Maturaklassen. Hier wird die vom Bundesrat verlangte dritte Sportlektion wieder als reguläre, im Stundenplan ausgewiesene Lektion erteilt. Bisher wurde die Erfüllung des Sportobligatoriums durch die jährlichen Sporttage und der Sportwoche in Tenero erbracht.

In der Wochenstundentafel WOST wird festgelegt, wie viele Lektionen Unterricht Lernende pro Fach und Schuljahr besuchen. Sie sagt aber nicht aus, ob der Unterricht in Halbklassen (beispielsweise Technisches und Textiles Gestalten, Chemie- und Biologiepraktikum), klassenübergreifend (Beispiel Schwerpunktächer, Sport) oder gar stufenübergreifend (Beispiel Ergänzungsfächer) geführt wird.

Die Lektionszahlen in der WOST sind als Durchschnittswerte über das ganze Schuljahr zu verstehen. So kann der Unterricht auch nur während eines Semesters stattfinden (Beispiel 2. Klasse LZG mit je 1 Semester HW bzw. IN). In Fächern, die in der WOST mit 1.5 Lektionen dotiert sind, erfolgt die Umsetzung, indem eine Lektion für das ganze Jahr gesetzt wird, eine zweite jedoch nur in einem Semester oder alternierend jede zweite Woche (Beispiel Biologie in den Vormaturaklassen).

Die Wochenstundentafeln für das Kurzzeit- und das Langzeitgymnasium der KS Seetal finden Sie unter <https://ksseetal.lu.ch/gymnasium/studententafeln>.

UNSERE

SPORTLEHR- PERSONEN

IN ACTION

THOMAS KUNZ



OLIVER BURACH



UELI ISENEGGER





▲ MICHELE SIGEL

▼ BEDA HUBER



IMPRESSUM

Dieses Schulmagazin und weitere Informationen finden Sie unter ksseetal.lu.ch.

Herausgeber:



Bildungs- und Kulturdepartement
Kantonsschule Seetal
Schulleitung
Alte Klosterstrasse 15
6283 Baldegg
T 041 914 26 00
F 041 914 26 01
info.kssee@edulu.ch

Redaktion:
Roger Rauber, Prorektor

Layout:
Lea Moser
Michael Eymann

Corporate Design:
ROCKET RUBY – Hanna Zürcher
rocketruby.ch

Auflage: 1000 Exemplare

Cover:
Unihockey Sporttag III, KS Seetal 2014
fotografiert von Lea Moser



▲ URSULA TRUCCO

▼ TOBIAS STAIDER



AKTUELLE TERMINE
FINDEN SICH
AUCH AUF UNSERER
WEBSEITE:
KSSEETAL.LU.CH

AGENDA

SOMMER- SEMESTER 2014/15

APRIL

- 1. 10:15 h: HPV-Impfung für angemeldete Schülerinnen
- 3. Karfreitag
- 3.-19. Osterferien
- 20.-24. Studienwoche Frühling gemäss separatem Programm
- 20.4.-1.5. F1: Hospitationspraktikum in Primarschulen
- 26. abends: «La Bohème», Oper von G. Puccini für Freiwillige aus K3, K4, L5 und L6, Luzern (KeS)
- 29. 16:45 - 20:45 h: Q-Gruppen-Abendtermin
- 30. Probetag für Werkstatt-Konzert gemäss separatem Probenplan

MAI

- 1. ganzer Tag: Individuelle Studienberatung bei Herrn Ludwig Martin vom BIZ (Anmeldung im Sekretariat)
- 4. ganzer Tag: L2ab, GG-Exkursion «Bern: Stadtentwicklung vom Mittelalter bis zur Neuzeit» (EhA, SaT)

5. Theater für die Klassen F1, F2, K1, L1 - L3 zum Thema Cybermobbing und Medienkompetenz «Fake oder War doch nur Spass» (Ensemble Radiks, Berlin)
15:00 - 16:10 h: Sitzung des Schülerinnen- und Schülerrats (kl. Speisesaal)

7. 10:30 h: Lehrpersonenkonferenz; Studium entfällt

8. 19:45 h: VERFÜHRUNG - Werkstattkonzert mit allen Ensembles der KS Seetal

11. 07:45 h: F3 Nachprüfungstermin
17:00 h: Fachschaft Geschichte, fakultative Abendweiterbildung

12. 17:30 h: Ende Noteneingabe Zwischenkonferenz

13. Letzter Schultag für die Klassen F3, K4 und L6abc
abends: «swing in spring» - Frühlingsparty der KS Seetal

14.-17. Auffahrtsbrücke, schulfrei

18. 17:15 h: Notenkonferenzen für F3 und Maturaklassen

19. 10:30 - 18:30 h: K3 und L5abc, EIN-Exkursion «Google», Zürich (MeU, StM)
nachmittags: Kantonale Schulleitungskonferenz

20. Schriftliche Maturitätsprüfungen: Mathematik

21. Schriftliche Maturitätsprüfungen: Deutschaufsatz / F3: Deutschaufsatz für FMS-Ausweis
K3, L5, Wahlpflichtfachtag BG bzw. MU

22. Schriftliche Maturitätsprüfungen: Französisch / F3: Mathematikprüfung für FMS-Ausweis
vormittags: K2, L4b, SBG-Exkursion «Jahresausstellung Vorkurs», Luzern (BaA)

25. Pfingstmontag, schulfrei

26. Schriftliche Maturitätsprüfungen: Ergänzungsfächer bzw. Englisch
F3: Prüfungen für FMS-Ausweis: vormittags Bildnerisches Gestalten, nachmittags Musik

27. Schriftliche Maturitätsprüfungen: Schwerpunktfächer.

JUNI

1. F3: Mündliche Prüfung Englisch für FMS-Ausweis
19:45 h: Konzert Musikmaturandinnen und -maturanden (M 001 und M 005)

2. Sommersporttag
(Verschiebedatum: 9.6.)
L6ab: Mündliche Maturitätsprüfung

Deutsch; K4, L6c: Mündliche Maturitätsprüfung Mathematik
F3: Mündliche Prüfung Französisch für FMS-Ausweis

2.-9. K3, L5: Arbeitswoche Maturaarbeit inkl. Schreibworkshop

3. L6ab: Mündliche Maturitätsprüfung Mathematik; K4, L6c: Mündliche Maturitätsprüfung Deutsch
F3: Mündliche Prüfung Deutsch für FMS-Ausweis
ab 18:00 h: Dance-Sing-Proben (Braui Hochdorf)
18:00 - 20:30 h: Sitzung Schulkommission

4.-7. Fronleichnamsbrücke (schulfrei)

8. Mündliche Maturitätsprüfungen Schwerpunktfächer
F3: Mündliche Prüfung Biologie für FMS-Ausweis

9. Sommersporttag (Verschiebedatum vom 2.6.15)
Mündliche Maturitätsprüfungen Ergänzungsfächer
F3: Mündliche Prüfung Psychologie für FMS-Ausweis

10. Mündliche Maturitätsprüfungen Englisch
F3: Mündliche Prüfung Geschichte für FMS-Ausweis

11. Mündliche Maturitätsprüfungen Französisch
F3: Mündliche Prüfung Musik für FMS-Ausweis
K3 und L5abcd: Wahlpflichtfach Musik - Maturavorspiel

12. F3: Mündliche Prüfung Geografie für FMS-Ausweis

15. 12:00 h: F1 und F2, Nachprüfungstermin
13:30 - 14:30 h: Erwerungskonferenz FMS-Ausweis
16:00 - 17:10 h: Sitzung der Spurguppe

16. 11:00 - 12:00 h: Maturitätskonferenz
ab 18:00 h: Dance-Sing-Proben (Braui Hochdorf)

17. nachmittags: Dance-Sing-Proben (Braui Hochdorf)
19:30 h: «DanceSing 2015», Braui Hochdorf

19. 18:00 h: Matura- und FMS-Ausweis-Feier, Kulturzentrum Braui, Hochdorf

22. F2, K2 und L4abc: Beginn Fremdsprachenaufenthalt (bis 17. Juli 15)

22.-24. K3 und L5abc: Schwerpunktfachtage (Unterricht nach Spezialprogramm)

23. Kantonaler Fachschaftstag Biologie, Luzern

26. 12:30 h: Ende Noteneingabe Sommersemester

28. 17:00 h: «Best of ...» Konzert der MusikmaturandInnen, Marianischer Saal, BKD, Luzern

29. nachmittags: Notenkonferenzen (unterrichtsfrei)

30. Kant. Mittelschulturnier bzw. Unterricht nach Stundenplan bis 14:25 h

JULI

1. Unterricht nach Stundenplan

2. vormittags: Unterricht nach Stundenplan
nachmittags: Aufräumen/Verabschiedungen der Schülerinnen und Schüler bei den Klassenlehrpersonen und in der Aula

3. vormittags: Fachschafts- und Q-Arbeiten
nachmittags: Verabschiedungen LP und MA / Schlussfeier

4.7.-16.8. Sommerferien

VORANZEIGEN

21.-25.9. Herbststudienwoche
26.9.-11.10. Herbstferien
11.11. Martinstag (schulfrei)
27.-28.11. Präsentationen Maturaarbeiten und Fachmaturaarbeiten
8.12. Maria Empfängnis (schulfrei)
19.12.14 - 3.1.15 Weihnachtsferien



A PRIORI 2014/15 2. SEMESTER

DAS MAGAZIN DER
KANTONSSCHULE SEETAL

