



Herzlich Willkommen  
zum Informationsabend

„Die Einführungsphase an  
der Ostetalschule“

08.01.2025

# Einführungsphase der Gymnasialen Oberstufe



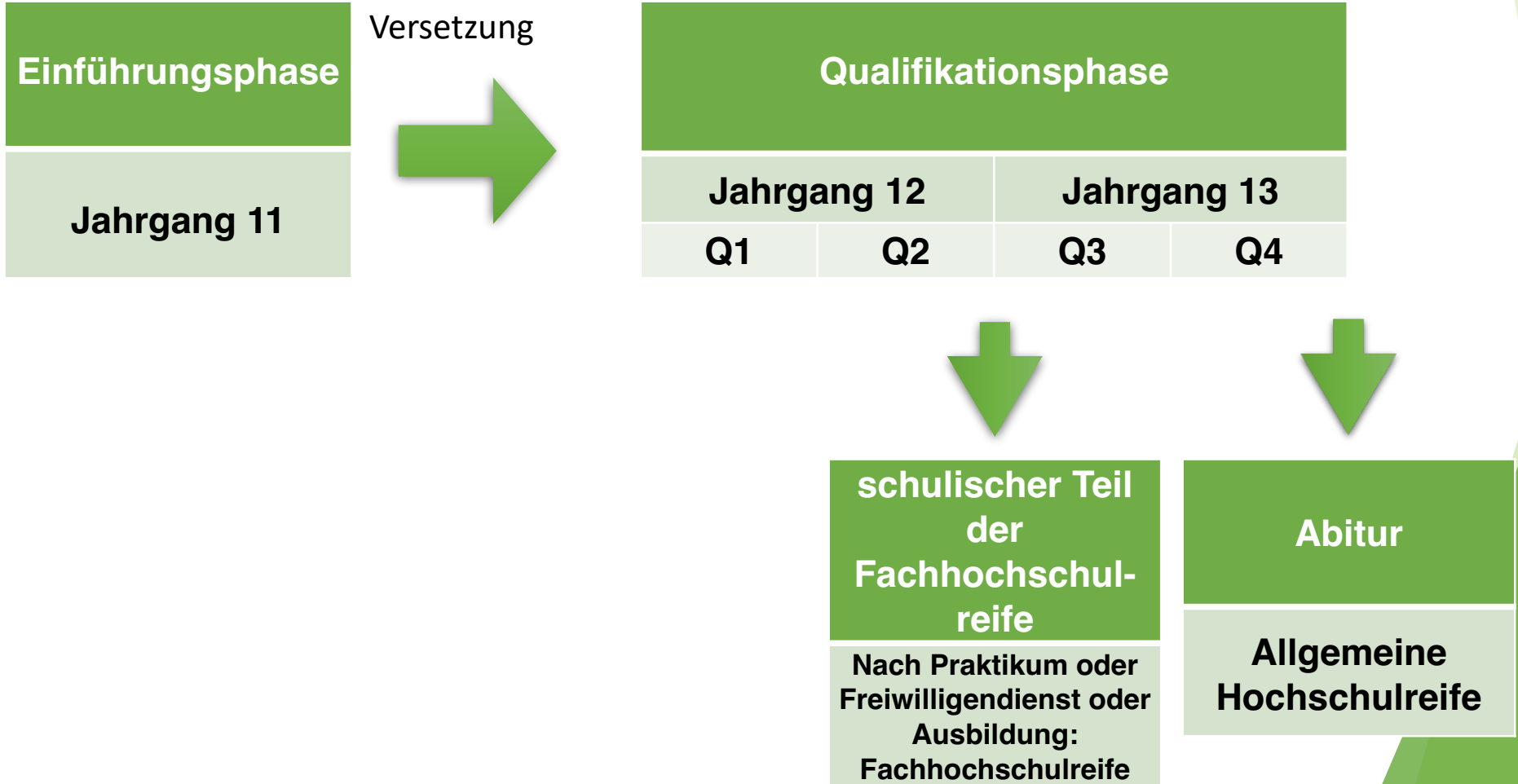
Ostetalschule  
KGS Sittensen



## Aufnahme in die Oberstufe

- In die Oberstufe werden alle Schülerinnen und Schüler nach Erwerb des **Erweiterten Sekundarabschluss I** aufgenommen.
- Die Schülerinnen und Schüler, die bisher den Gymnasialzweig besucht haben, erhalten diesen Abschluss durch **Versetzung in die Einführungsphase**.

# Aufbau der Oberstufe



# Organisation der Einführungsphase



- Die neuen Klassen werden in Zusammenarbeit mit den Schülerinnen und Schülern kurz vor den Sommerferien gebildet.
- Pflichtstundenzahl: 30 Stunden pro Woche
- Pflicht-, Wahlpflicht- und Wahlfächer
- Unterricht im Klassenverband
  - Mathematik, Deutsch, Englisch
  - Geschichte, Erdkunde, Politik-Wirtschaft
  - Sport
- Unterricht (meist) in Kursen
  - Musik, Kunst, Darstellendes Spiel
  - Physik, Chemie, Biologie, Informatik
  - Religion, Philosophie
  - Fremdsprachen, Studienfach
  - Sporttheorie

# Fächer und Unterricht

## Pflichtfächer

- Deutsch (3)
- Mathematik (3)
- Englisch (3)
- Geschichte (2)
- Erdkunde (2 epochal)
- Politik (2 + 1 BO)
- Sport (2)



# Wahlmöglichkeiten

## Wahlpflichtfächer

- Drei der vier Fächer **Biologie, Physik, Chemie, Informatik** (je 2 Std.)
- Zwei der drei Fächer **Kunst, Musik, Darstellendes Spiel** (je 2 Std, epochal)
- Eines der zwei Fächer **Religion oder Philosophie** (2 Std. )
- Eine **zweite Fremdsprache** oder das **Studienfach** (3 Std.)

## Wahlfach

- **Sporttheorie** (2 Std. epochal)

Belegung ist Voraussetzung für  
den sportlichen Schwerpunkt in  
der Qualifikationsphase

**Achtung!**  
Nur die Fächer, die in der  
Einführungsphase belegt werden,  
können in der Qualifikationsphase  
Prüfungsfächer sein!



# Fremdsprachen in der Oberstufe



Grundsätzlich gilt:

- Um eine Hochschulreife zu erhalten, müssen **zwei** Fremdsprachen erlernt worden sein. Eine davon ist Englisch.
- Jede/Jeder muss **mindestens eine** Fremdsprache bis zum Abitur belegen

Um diese Verpflichtungen zu erfüllen, gibt es verschiedene Möglichkeiten:

	E	2. FS
5 - 10	x	x
11	x	x
12	(x)	(x)
13	(x)	(x)

Eine der beiden FS kann nach 11 oder 12 abgewählt werden.

	E	2. FS
5 - 10	x	x
11	x	Studienfach
12	x	-
13	x	-

In diesem Fall kann NICHT der sprachliche Schwerpunkt gewählt werden. (Deu, Engl.: erh. Niveau)

	E	2. FS neu
5 - 10	x	-
11	x	x
12	(x)	x
13	(x)	x

Englisch kann nach 11 oder 12 abgewählt werden.

# Vorstellung der neuen Fächer



Neue Fremdsprache

Studienfach

Darstellendes Spiel

Philosophie

Sporttheorie

# **Sporttheorie in der E-Phase**

**Ein neues Fach für alle!**

# Grundsätzliches

- Sporttheorie findet in Klasse 11 für ein Halbjahr statt
- 2-stündig
- Praxis weiterhin zusammen mit der Klasse
- > 2 Noten im Zeugnis



# Inhaltliches

## 1. Themenblock: SPORT UND GESELLSCHAFT

- ▶ Motive sportlichen Handelns - Unterschied zwischen Motiv und Motivation
- ▶ Sport und Bewegung - Die Unterscheidung zweier Definitionen
- ▶ gesellschaftliche Funktionen und Dysfunktionen des Sports

Funktionen	Dysfunktionen
<ul style="list-style-type: none"><li>• gesundheitliche Funktion</li><li>• ökonomische Funktion</li><li>• pädagogische Funktion</li><li>• sozialisierende Funktion</li><li>• politische Funktion</li><li>• kulturelle Funktion</li><li>• ästhetische Funktion</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• wirtschaftliche Dysfunktion = Kommerzialisierung</li><li>• Überbeanspruchung des Körpers/ der Psyche</li><li>• Gewaltbereitschaft</li><li>• Doping / Wettkampfsverzerrung</li><li>• Ausschluss und Diskriminierung</li></ul>

# Inhaltliches

## 2. Themenblock: SPORTBIOLOGISCHE BZW. SPORTPHYSIOLOGISCHE GRUNDLAGEN

- ▶ Herz-Kreislauf-System & Atmung - Funktionsweise und Anpassung an sportliche Belastung
- ▶ aktiver und passiver Bewegungsapparat

aktiver Bewegungsapparat	passiver Bewegungsapparat
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Skelettmuskulatur</b></li><li>• Hilfs- und Anhangsorgane (wie z.B. Sehnen, Bindegewebshüllen, Sehnenscheiden, Schleimbeutel)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Knochen</li><li>• <b>Gelenke (Gelenkarten)</b></li><li>• Knorpel</li><li>• Bänder</li><li>• Bandscheiben</li></ul>

- ▶ Beschaffenheit der Muskulatur
- ▶ Prinzip des Muskelantagonismus = Muskelpaar, das an einem Gelenk gegensätzliche Arbeit leistet (während der Bizeps (Agonist) für die Armbeugung sorgt und dabei kontrahiert, sorgt der Trizeps (Antagonist) für die Armstreckung und dehnt sich während der Armbeugung)
- ▶ Arbeitsweisen (statisch, dynamisch-überwindend, dynamisch-nachgebend) und Kontraktionsformen (isometrisch, konzentrisch, exzentrisch) der Muskulatur

# Inhaltliches

## 3. Themenblock: TRAININGSWISSENSCHAFTLICHE GRUNDLAGEN

- ▶ Konditionelle und koordinative Fähigkeiten

konditionelle Fähigkeiten	koordinative Fähigkeiten
<ul style="list-style-type: none"><li>- Ausdauer</li><li>- Kraft</li><li>- Schnelligkeit</li><li>- Beweglichkeit</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Gleichgewichtsfähigkeit</li><li>- Rhythmisierungsfähigkeit</li><li>- kinästhetische Differenzierungsfähigkeit</li><li>- Reaktionsfähigkeit</li><li>- Orientierungsfähigkeit</li><li>- Umstellungsfähigkeit</li><li>- Kopplungsfähigkeit</li></ul>

## 4. Themenblock: BEWEGUNGSWISSENSCHAFTLICHE GRUNDLAGEN

- ▶ Konzept der funktionalen Bewegungsanalyse nach MEINEL/SCHNABEL + deren Anwendung an einer Bewegungsfolge

—> Einteilung in Vorbereitungsphase, Hauptphase, Endphase

# Organisation

- Note: 60/40
- eine Klausur
- Note kann nicht dazu führen, sitzen zu bleiben.
- Sporttheorie ist Voraussetzung für den LK in der Q-Phase.



# Organisation



- Für den LK ist eine ärztliche Bescheinigung nachzuweisen und zwar am Ende der E-Phase.
- In der Q-Phase müsste man Klasse 12 wiederholen, wenn man sich extrem verletzt.
- Ab dem dritten Semester entfällt bei Verletzung einfach die sportpraktische Note.

# Wichtig zu beachten!



- Im Sportprofil muss man als P2 eine Naturwissenschaft wählen!
- Dafür kommen nur Biologie, Chemie oder Physik infrage.
- Man darf also dieses Fach in Klasse nicht abwählen, sonst kann es kein LK in 12 werden!

# Ausblick auf den LK

Vielleicht die beste Entscheidung deines Lebens?

- Super Atmosphäre und tolle Lerngruppen
- Man lernt viel Neues kennen und kann vieles probieren.
- Nicht vergleichbar mit anderen Fächern.



# Ausblick auf den LK

Vielleicht die beste Entscheidung deines Lebens?

- Sportarten:
- Volleyball
- Fußball
- Badminton
- Leichtathletik
- Schwimmen



# Berufsorientierung



- Eingebettet in das Fach Politik-Wirtschaft
- Eintägiges Rhetoriktraining
- Zweitägige Berufsinformation in Zeven im Februar
- 14-tägiges Uni- oder Berufspraktikum (10.11.- 21.11.2025)
- Berufs- und Studienberatung durch Frau Helmdach von der Arbeitsagentur



# Maßnahmen der Berufs- und Studienorientierung in der Einführungsphase

- eine Wochenstunde BO, gebunden an das Fach Politik/Wirtschaft
- Vorstellung der Berufsberaterin
- Rhetoriktraining und BO-Workshop in der Projektwoche (Herbst)
- 2-wöchiges Praktikum im November (möglich an der Uni Rostock)
- Teilnahme an der Berufsinformationstagen des St. Viti Gymnasiums Zeven (Frühjahr)

# Leistungsbewertung

*Wenn es mal nicht so läuft:  
Wir bieten Förderkurse in  
Mathematik und Deutsch  
oder Englisch an.*



- Am Schuljahresende gibt es Ganzjahresnoten
- Zeugnisnoten setzen sich wie immer aus den Klausuren und der aktiven Mitarbeit im Unterricht (Beiträge, Referate, Protokolle usw.) zusammen.
- NEU: Leistungsrückmeldung über das Punktesystem:

Noten	sehr gut			gut			befriedigend			ausreichend			mangelhaft		ungenügend	
Punkte	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
	+	1	–	+	2	–	+	3	–	+	4	–	+	5	–	6



# Schulpflicht und Versäumnisse



- Die Schulpflicht beträgt in Niedersachsen zwölf Jahre.
- Schülerinnen und Schüler sind in allen Fächern zur regelmäßigen Teilnahme verpflichtet.
- Krankmeldungen: Bis spätestens 7:45 Uhr per Mail an Klassen- und Fachlehrkräfte
- Entschuldigung: Nach Rückkehr in die Schule durch Vorlage der schriftlichen Entschuldigung mit Elternunterschrift bei KL und FL
- Krankheit an Tagen mit angekündigter Leistungsüberprüfung ist in der Regel durch eine Krankschreibung zu entschuldigen.

# Vorbereitung der Einführungsphase



## **Orientierungstage vom 10.02. bis zum 14.02.2025**

Alle Schülerinnen und Schüler der 10. Klassen können bei Interesse im Unterricht der derzeitigen 11. Klassen hospitieren (Anmeldung an der Bürotür von Frau Sinn)

## **Vorbereitungskurse am Nachmittag**

Für die angemeldeten Schülerinnen und Schüler aus dem H- bzw. R-Zweig finden nach den Abschlussprüfungen Vorbereitungskurse in den Hauptfächern statt. Also ab dem 20.05. anstelle der Prüfungsvorbereitungskurse.

## **Kennenlerntage vom 23.06. bis zum 27.06.2025**

Für die E-Phase angemeldete Schülerinnen und Schüler aus dem H- und R-Zweig und von außerhalb nehmen soweit wie möglich am Unterricht der Gymnasialzweigklassen teil. In diesem Rahmen findet auch die Klassenbildung statt.

## **Start nach den Sommerferien**

Die ersten Tage nach den Sommerferien sind auch zur Bildung der Gemeinschaft in der neuen Klasse da, hier findet ein Klassenausflug statt.

# Anmeldung für die Einführungsphase bis zum 20.02.2025



## Anmeldung



*Abgabe bitte bis zum  
20.02.2025  
im Sekretariat*

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_  
Geburtsdatum: \_\_\_\_\_ Geburtsort: \_\_\_\_\_

Die Oberstufenordnung der Ostetalschule finden Sie hier:



### Anmeldung für die Einführungsphase

Hiermit melde ich mich für die Einführungsphase der Oberstufe an der Ostetalschule im Schuljahr 2024/2025 an. Ich bestätige, dass ich mich in keiner anderen Schule für die Einführungsphase angemeldet habe. Die Oberstufenordnung habe ich zur Kenntnis genommen. Eine Kopie meines letzten Zeugnisses füge ich bei. (Nicht für SchülerInnen der Ostetalschule).

(Datum) \_\_\_\_\_ (Unterschrift der Schülerin / des Schülers)

### Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten bei minderjährigen SchülerInnen

Ich bin mit der Anmeldung meines Kindes \_\_\_\_\_ für die Einführungsphase an der Ostetalschule im Schuljahr 2024/2025 einverstanden.

Die Oberstufenordnung habe ich zur Kenntnis genommen.

(Datum) \_\_\_\_\_ (Unterschrift d. Erziehungsberechtigten)

Ostetalschule KGS Sittensen  
Am Sportplatz 3  
27419 Sittensen



## Kurswahl



*Abgabe bitte bis zum  
20.02.2024 im  
Sekretariat*

### Kurswahlen für die Einführungsphase der Gymnasialen Oberstufe

Name, Vorname: \_\_\_\_\_  
E-Mail: \_\_\_\_\_  
Bisher besuchte Schule / besuchter Schulzweig: \_\_\_\_\_  
Klasse: \_\_\_\_\_  
Bisher belegte zweite Fremdsprache: \_\_\_\_\_  
Von Klasse \_\_\_\_\_ bis Klasse \_\_\_\_\_

Der Unterricht besteht aus Pflicht- und Wahlfächern. Insgesamt sind mindestens 30 Wochenstunden zu belegen. Zusätzlich zu den Pflichtfächern kann zwischen einigen Wahlfächern gewählt werden. Nur Fächer, die in Jahrgang 11 belegt worden sind, können im Abitur Prüfungsfach sein. Gib bitte jeweils deine gewünschten Fächer für die Einführungsphase (E11) an:

I. Entweder  Religion oder  Philosophie

Es müssen zwei der drei Fächer Kunst, Musik, Darstellendes Spiel belegt werden. Wer in der Qualifikationsphase den künstlerisch-musischen Schwerpunkt belegen möchte, sollte Kunst und Musik belegen. Die Fächer werden epochal unterrichtet.

II.  Kunst  Musik  Darstellendes Spiel

Es müssen mindestens drei der vier naturwissenschaftlichen Fächer belegt werden. Wer Informatik als Prüfungsfach wählen möchte, muss mindestens in einem Halbjahr der E-Phase das Fach Informatik belegen.

III.  Biologie  Chemie  Physik  Informatik

Ostetalschule KGS Sittensen  
Am Sportplatz 3  
27419 Sittensen

Jeder Schüler bzw. jede Schülerin muss bis zum Abitur zwei Fremdsprachen gelernt haben. SchülerInnen aus dem Haupt- oder Realzweig, die bisher keine zweite Fremdsprache belegt haben, müssen in der Einführungsphase das vierstündige Fach „Spanisch-Neubeginner“ wählen und bis zum Abitur belegen.  
SchülerInnen, die von der 6. bis zur 10. Klasse Französisch gelernt haben, können ebenfalls den Kurs „Spanisch-Neubeginner“ wählen.  
SchülerInnen, die von der 6. bis zur 10. Klasse bereits eine zweite Fremdsprache belegt haben, können alternativ zur Fortführung der zweiten Fremdsprache das „Studienfach“ belegen.  
Wer in der Einführungsphase das Studienfach statt einer zweiten Fremdsprache belegt, kann in der Qualifikationsphase nicht den Sprachlichen Schwerpunkt wählen.  
Das Studienfach kann bei Versetzungsgefährdung nicht zum Ausgleich von Minderleistungen in den Fächern Deutsch, Mathematik und Englisch herangezogen werden.

IV.  Spanisch fortgeführt  Französisch fortgeführt  
 Spanisch-Neubeginner  Studienfach (voraus. EK und Philo.)

Wer in der Qualifikationsphase Sport als Prüfungsfach belegen möchte, muss in einem Halbjahr der Einführungsphase an einem zusätzlichen zweistündigen Kurs in Sporttheorie teilnehmen.

V.  Sporttheorie

Sittensen, Februar 2024

(Unterschrift Schülerin)

(Unterschrift d. Erziehungsberechtigten)

Ostetalschule KGS Sittensen  
Am Sportplatz 3  
27419 Sittensen

# Verweildauer in der Oberstufe



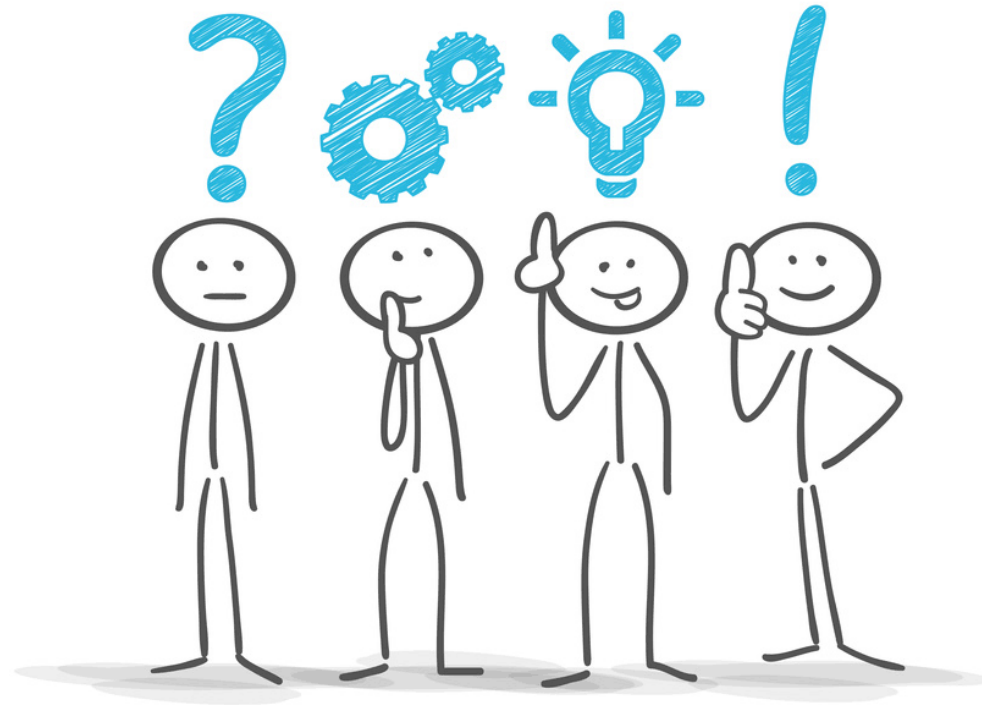
## Regelungen:

- In der Regel dauert der Besuch der Oberstufe drei Jahre.
- Die maximale Verweildauer beträgt vier Jahre.
- Das Überspringen der Einführungsphase ist möglich.

## Das bedeutet:

- Schülerinnen und Schüler, die nach **vier** Jahren nicht zum Abitur zugelassen sind, müssen die Schule verlassen.
- Schülerinnen und Schüler, die die Einführungsphase wiederholt haben, können nicht den Jahrgang 12 wiederholen.
- Wer nach vier Jahren zu Prüfung zugelassen ist, dann aber durchfällt, kann auf Antrag ein fünftes Jahr in der Oberstufe bleiben und den 13. Jahrgang und die Prüfung wiederholen.

# Zeit für Fragen



© Matthias Enter - Fotolia.com

# Ausblick

## Die Qualifikationsphase

- Persönliche Information und Beratung der Schülerinnen und Schüler ab Herbst 2025
- Informationen auf unserer Homepage
- Informationsabend im Februar 2026
- .....



# Schwerpunktwahl

Sprachlicher Schwerpunkt

Mathematisch-naturwissenschaftlicher Schwerpunkt

Musisch-künstlerischer Schwerpunkt

Gesellschaftswissenschaftlicher Schwerpunkt

Sportlicher Schwerpunkt



# Wesentliche Unterschiede der Schwerpunkte

Schwerpunkt	P1	P2	P3	Sonstige Extras
Sprachlich	Fremdsprache	Deutsch / Fremdsprache		2. FS bis zum Abitur
Mathematisch-Naturwissenschaftlich	Naturwissenschaft	Mathematik / Naturwissenschaft		2. NW bis zum Abitur
Gesellschaftswissenschaftlich	Geschichte		Erdkunde / Po-Wi	Erdkunde ersetzt Po-Wi
Musisch - Künstlerisch	Kunst	Deutsch / Mathematik		Zwei Halbjahre Musik
Sportlich	Sport	Naturwissenschaft		

# Belegungsverpflichtung

Jede/Jeder muss vier Semester folgende Fächer belegen:

- Sport
- Mathematik
- Eine Fremdsprache
- Deutsch
- Eine Naturwissenschaft (Chemie, Physik oder Biologie;  
Informatik zählt nicht dazu)

Dazu muss jede/jeder 3 Semester am Seminarfach teilnehmen



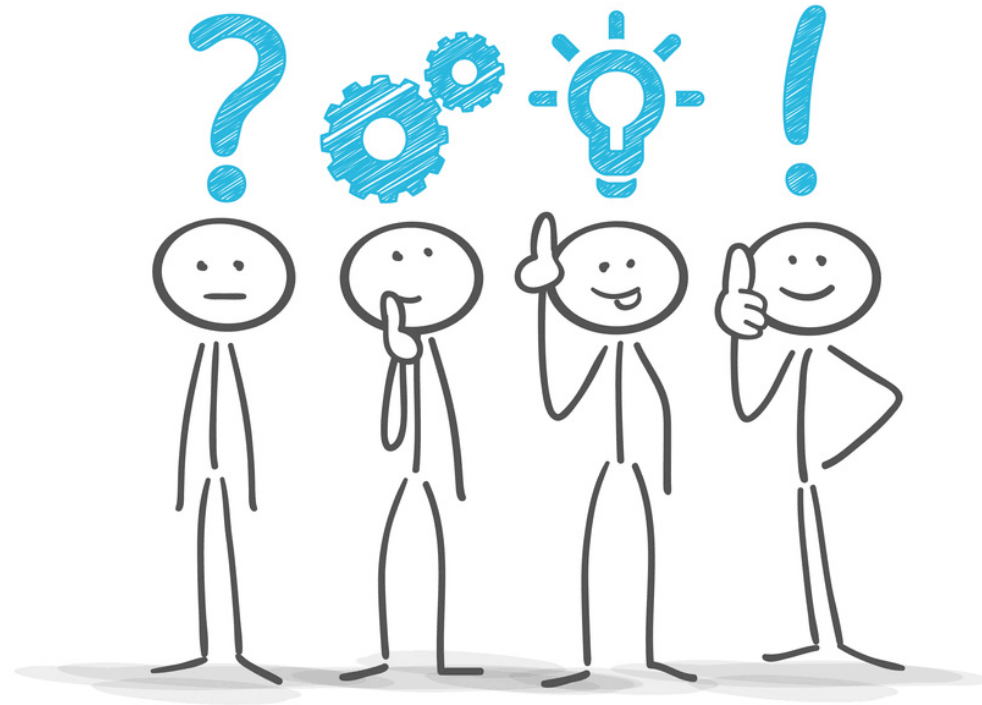


## Belegungsverpflichtung und Wahlmöglichkeiten

Jede/Jeder muss 2 Semester folgende Fächer belegen:

- Geschichte
- Politik (außer wenn Erdkunde im gesellschaftswissenschaftlichen Schwerpunkt auf erhöhtem Niveau belegt wird)
- Eines der Fächer **Kunst, Musik, Darstellendes Spiel**
- Eines der Fächer **Religion, Philosophie**
- Eine weitere **Naturwissenschaft** (hier ist Informatik erlaubt) **oder eine zweite Fremdsprache**

# Zeit für Fragen



© Matthias Enter - Fotolia.com