

## Nebenschulaktivitäten für das Schuljahr 2024/25 - Höhere Schule

Kursnummer	Kursname	Kursbeschreibung	Tag und Uhrzeit	Kursstart	Gebühr
hs1d308	10-Finger Schreib-Akademie	Der Kurs ist für Kinder der S1-S4 bestimmt. Der Kurs hat 15 Einheiten. Das Schreiben mit 10 Fingern ist eine Methode, mit der die Computertastatur sehr schnell bedient werden kann. Dabei wird blind geschrieben, d.h. die Finger finden automatisch die richtigen Tasten und das Ergebnis kann auf dem Monitor mitverfolgt werden. In jedem Lebensabschnitt, ob in der Schulzeit, beim Studium oder auf der Arbeit, ist ein professioneller Umgang mit der Tastatur vorteilhaft.	Montag 16:15-17:45	06/10/2024	155 €
hs4d312	Lernen lernen	Der Kurs ist für Kinder der S1 und S2 bestimmt. Der Kurs hat 10 Einheiten. Das Lernen kann leichter werden, wenn man weiß, wie man besser vorgeht, z.B. durch die Benutzung von Lerntechniken. Deswegen werden wir in diesem Kurs praktische Techniken kennenlernen, wie etwa die Verwendung von Karteikarten, Konzentrationsübungen, die Gestaltung eines Lernplans, die Vorbereitung von Referaten und andere Techniken, die das Lernen fördern und effizienter machen. Die Stunden sind spielerisch und locker gestaltet, um ein angenehmes Lernklima zu schaffen auch nach einem langen Schultag.	Donnerstag 16:15-17:15	10/10/2024	115 €
hs0l412	Bulgarisch Club HS	Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt. ACHTUNG: Der Kurstag und die Uhrzeit werden mit der Kursleiterin nach Vereinbarung festgelegt, wenn alle Teilnehmer ihre Stundenpläne haben. Die bulgarische Sprache und literarische Texte werden durch Aufgaben nach dem Konzept der PISA Studie (und Test) geübt.	Nach Vereinbarung	Nach Vereinbarung - Anfang Oktober	360 €
hs1c210	Keramik HS	Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt. Der Kontakt mit Ton ist immer eine aufregende Erfahrung und eine große Anregung für die Fantasie. Die Kinder entdecken die unendlichen Möglichkeiten, die dieses Material bietet und erlernen verschiedene Grundtechniken des Töpfern. Das Kursziel ist die Gestaltung von keramischen Gegenständen unter Perfektionierung der Technik.	Montag 16:15-17:45	16/09/2024	275 €

hs3c211	Schmuckwerkstatt HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt.</p> <p>Schönen Schmuck aus Glasperlen, Samen, Muscheln, Federn, Leder, Draht, Holz und vielem mehr, selbst zu entwerfen und herzustellen, macht Spaß und fördert handwerkliches Geschick.</p> <p>Anhänger aus Naturmaterialien, wie Stein, Holz, Ton selbst schnitzen und modellieren.</p> <p>Aus kleinen farbigen Glasperlen und feinem Draht lassen sich wunderschöne Perlentiere und andere Figuren zwei- und dreidimensional verblüffend genau anfertigen.</p> <p>Der Kurs ist ausdrücklich nicht nur für Mädchen gedacht, sondern auch für Jungs, die gerne feinmotorisch arbeiten.</p>	Mittwoch 16:15-17:45	02/10/2024	275 €
hs0c202	Portrait zeichnen Wintersemester HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt.</p> <p>Der Kurs hat 12 Einheiten.</p> <p>ACHTUNG: Der Kurstag und die Uhrzeit werden mit der Kursleiterin nach Vereinbarung festgelegt, wenn alle Teilnehmer ihre Stundenpläne haben.</p> <p>In diesem Kurs lernst du Gesichter und Köpfe realistisch und in verschiedenen Perspektiven zu zeichnen. Zeichnen zu lernen ist Sehen zu lernen. Deshalb zeige ich dir, wie du auch nach dem Kurs die wichtigsten Bestandteile eines Portraits sehen, verstehen und zeichnen kannst. Begonnen wird mit anatomischen Grundlagen, danach folgt der Umgang mit Perspektive und Schatten.</p> <p>Du hast Motive, die du schon immer zeichnen können wolltest? Es kann sich dabei z.B. um ungewöhnliche Perspektiven oder farbige Versionen eines Motivs handeln. Bringe sie zum Kurs mit und wir versuchen gemeinsam, sie in den Kurs einzubringen und aus ihnen neue Ideen für Motive zu erarbeiten.</p> <p>Mit dem im Kurs erlernten und erarbeiteten Wissen in Sachen Schattenwurf, Farbigkeit und Schraffur kannst du Arbeiten schaffen, die du mit Stolz vorzeigen kannst.</p>	Nach Vereinbarung	Nach Vereinbarung - Anfang Oktober	165 €

hs0c203	Portrait zeichnen Sommersemester HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt. Der Kurs hat 12 Einheiten. ACHTUNG: Der Kurstag und die Uhrzeit werden mit der Kursleiterin nach Vereinbarung festgelegt, wenn alle Teilnehmer ihre Stundenpläne haben. In diesem Kurs lernst du Gesichter und Köpfe realistisch und in verschiedenen Perspektiven zu zeichnen. Zeichnen zu lernen ist Sehen zu lernen. Deshalb zeige ich dir, wie du auch nach dem Kurs die wichtigsten Bestandteile eines Portraits sehen, verstehen und zeichnen kannst. Begonnen wird mit anatomischen Grundlagen, danach folgt der Umgang mit Perspektive und Schatten. Du hast Motive, die du schon immer zeichnen können wolltest? Es kann sich dabei z.B. um ungewöhnliche Perspektiven oder farbige Versionen eines Motivs handeln. Bringe sie zum Kurs mit und wir versuchen gemeinsam, sie in den Kurs einzubringen und aus ihnen neue Ideen für Motive zu erarbeiten. Mit dem im Kurs erlernten und erarbeiteten Wissen in Sachen Schattenwurf, Farbigkeit und Schraffur kannst du Arbeiten schaffen, die du mit Stolz vorzeigen kannst.</p>	Nach Vereinbarung	Nach Vereinbarung - Anfang Februar	165 €
hs0c200	Filzen, Wolle und schöne Geschichten bis Weihnachten HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S5 bestimmt. ACHTUNG: Der Kurs läuft von Anfang Oktober bis Weihnachten 2024 und hat nur 10 Einheiten. ACHTUNG: Der Kurstag und die Uhrzeit werden mit der Kursleiterin nach Vereinbarung festgelegt, wenn alle Teilnehmer ihre Stundenpläne haben. Die Filzstunde beginnt mit dem Erzählen von spannenden Geschichten, die in bunter, kuscheliger Filzwolle zum Leben erweckt werden. Die Riesen, Wichtel, Tiere, Schätze in Bergen und Flüssen, Wolken und Häuser entstehen aus Wolle in Trocken- und Nassfilztechniken. Filzen ist Kunst, Spiel und Entspannung in einem und tut der Kinderseele und den Kinderhänden gut. Im Kurs entstehen auch wunderbare, von den Kindern spontan ausgedachte kleine Geschichten, die ich für die Eltern aufschreibe und zusammen mit Bildern der Filzwerke mit ihnen teile.</p>	Nach Vereinbarung	Nach Vereinbarung - Anfang Oktober	145 €

hs3c213	Theater Atelier Französisch HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt.</p> <p>Ce cours de théâtre vous permettra d'acquérir une grande confiance en vous et de libérer votre corps par le jeu.</p> <p>Timide ou non, chacun est le bienvenu dans cet atelier ! Au programme : exercices de concentration, travail sur la voix et la diction, la respiration et le corps, travail de la mémoire, construction de personnages, jeu des émotions, répétitions de saynètes, et une belle synergie de groupe à éprouver tous ensemble.</p> <p>Par le biais de l'improvisation, laissez votre imagination s'envoler et vos inhibitions à la maison. Osez !</p>	Mittwoch 16:15-17:45	02/10/2024	290 €
---------	-----------------------------------	--	-------------------------	------------	-------

hs0c201	Theater Atelier Griechisch HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt</p> <p>Kurssprache: Griechisch</p> <p>ACHTUNG: Der Kurstag und die Uhrzeit werden mit der Kursleiterin nach Vereinbarung festgelegt, wenn alle Teilnehmer ihre Stundenpläne haben.</p> <p>Das Theater lädt Jugendliche dazu ein, ihre Sicht auf die Welt und sich selbst zu erkunden. Es ermöglicht ihnen, diese Erfahrungen mutig in der Sprache des Theaters auszudrücken. Im Theater haben Jugendliche die Gelegenheit, Verhaltensweisen zu erforschen, ihre Fantasie zu beflügeln und ihr Einfühlungsvermögen zu stärken.</p> <p>Durch Dramatisierung und theatralische Praxis können die Jugendlichen folgende Eigenschaften entwickeln und fördern:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einfühlungsvermögen: Sie lernen, sich selbst und andere besser zu verstehen.</li> <li>- Wissen: Sie erwerben auf interaktive Weise vielfältige Kenntnisse.</li> <li>- Konzentration: Sie üben, aufmerksam zu sein und Anweisungen zu folgen.</li> <li>- Kritisches Denken: Die Jugendlichen entwickeln Logik, Urteilsvermögen und Wahrnehmung und werden empfänglicher für Informationen und deren Analyse.</li> <li>- Ausdruck von Emotionen: Im Theater lernen sie, ihre Gefühle auszudrücken und ihre Energie kreativ zu kanalisieren.</li> <li>- Sozialisierung: Durch die gemeinsamen Aktivitäten knüpfen sie Freundschaften, lösen Probleme, lernen zu kooperieren und zu kommunizieren.</li> <li>- Sprachentwicklung: Sie bereichern ihre sprachlichen Fähigkeiten und verbessern ihr Verständnis für Dialoge.</li> <li>- Selbstvertrauen: Diese Erfahrungen helfen ihnen, ihr Selbstbewusstsein zu stärken.</li> <li>- Energie: Die Unterrichtseinheiten sind voller Bewegung, Musik und dynamischer Übungen, die auch zur gesunden Entspannung beitragen.</li> <li>- Kreativität: Das Theater ist eine Quelle der Kreativität. Durch ihr Engagement im Theaterprozess werden die Jugendlichen kreativer.</li> </ul> <p>Der Theaterkurs an der ESM bietet somit eine umfassende Möglichkeit, die persönliche und soziale Entwicklung der Schüler zu fördern.</p>	Nach Vereinbarung	Nach Vereinbarung - Anfang Oktober	290 €
---------	----------------------------------	---	----------------------	---	-------

hs5d300	Selbstverteidigungskurs für Mädchen HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt. Der Kurs hat 13 Einheiten.</p> <p>Der Kurs Selbstverteidigung für Mädchen bildet eine Grundlage für sicheres Verhalten im öffentlichen Raum. Unser Kurs vermittelt nicht nur einfache Selbstverteidigung, die die Mädchen im Ernstfall auch abrufen kann sondern bei uns lernt Ihre Tochter, Gefahren bereits wahrzunehmen, bevor sie sich zeigen. Außerdem zeigt das praktische Training den Mädchen, wie stark sie sind und dass sie im Notfall in der Lage wären, Widerstand zu leisten. Dieses Wissen erzeugt eine andere Körpersprache und stärkt das Selbstvertrauen. Allein durch dieses Bewusstsein wird das Risiko, Opfer von Übergriffen oder Anmache zu werden, deutlich reduziert.</p>	Freitag 14:30-15:30	11/10/2024	185 €
hs3s120	Basketball HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt. Der Kurs hat 23 Einheiten.</p> <p>Beim Basketballtraining stehen die Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten und die Förderung der Spieltechnik im Vordergrund.</p> <p>Im Laufe des Kurses wird auf folgende Themen eingegangen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen der Grundtechniken des Basketballs (Dribbeln, Passen, Werfen)</li> <li>• Einführung gruppentaktischer Grundlagen (Passen und Bewegen)</li> <li>• Training athletischer Grundlagen</li> <li>• Schulung des mit- und gegeneinander Spielens (Fair-Play)</li> </ul> <p>Das Training wird an das Alter der Kinder angepasst.</p>	Mittwoch 16:15-17:45	02/10/2024	215 €
hs4s124	Yoga HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt.</p> <p>Yoga fördert Deine Körperhaltung, Koordination, Geschicklichkeit sowie das Selbstbewusstsein und die Ausgeglichenheit. Du lernst, wie Du in Stresssituationen wieder Deine Ruhe finden und Dich entspannen kannst.</p>	Donnerstag 16:15-17:30	10/10/2024	250 €
hs1s122	Taekwondo HS	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt.</p> <p>Den Schülern werden die Grundlagen dieser Kampfkunst vermittelt. Hauptsächlich wird sich der Unterricht auf einfache Grundtechniken, stärkende Gymnastik und effektive Selbstverteidigungstechniken konzentrieren. Auch die Schulung des Gleichgewichtes und der Koordination sind wichtige Bestandteile. Vorbereitung auf die Gürtelprüfung. Alle Leistungsklassen.</p>	Montag 16:15-17:45	30/09/2024	210 €

ex2s112	Klettern/Bouldern Dienstag Aufbaukurs SVN Wintersemester	Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt. Der Kurs hat 14 Einheiten. Er findet im Kletterzentrum SVN München Neuperlach, Fritz-Erler-Straße 3, statt. Aufbau und Vertiefung der Regeln und Techniken. Voraussetzung zur Teilnahme am Aufbaukurs ist die Teilnahme am Grundkurs bzw. Nachweis eines Grundkurses z.B. beim Alpenverein. Bitte beachten Sie, daß der Kurs nicht zu Zeiten der bayrischen Schulferien stattfinden wird.	Dienstag 16:30-18:00	01/10/2024	420 €
ex2s122	Klettern/Bouldern Dienstag Aufbaukurs SVN Sommersemester	Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt. Der Kurs hat 14 Einheiten. Er findet im Kletterzentrum SVN München Neuperlach, Fritz-Erler-Straße 3, statt. Aufbau und Vertiefung der Regeln und Techniken. Voraussetzung zur Teilnahme am Aufbaukurs ist die Teilnahme am Grundkurs bzw. Nachweis eines Grundkurses z.B. beim Alpenverein. Bitte beachten Sie, daß der Kurs nicht zu Zeiten der bayrischen Schulferien stattfinden wird.	Dienstag 16:30-18:00	04/02/2025	420 €
ex2s111	Klettern/Bouldern Dienstag Grundkurs SVN Wintersemester	Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt. Der Kurs hat 14 Einheiten. Er findet im Kletterzentrum SVN München Neuperlach, Fritz-Erler-Straße 3, statt. Der erste Schritt ist das Toprope-Klettern. Dies beschreibt die Situation, das ein Seil schon am Ende einer Route eingehängt ist. Die nötigen Sicherungs- und Klettertechniken, die für ein nahezu selbstständiges Toprope-Klettern nötig sind, werden vermittelt.☒ Inhalt: Kletterregeln und Materialkunde Knoten- und Sicherungstechnik für Topropeklettern Selbstkontrolle und Partnercheck Seilkommandos Ablassen Grundklettertechniken Kletterausrüstung steht für alle Teilnehmer zur Verfügung. Zur Auflockerung werden Boulderstunden eingebaut. Bitte beachten Sie, daß der Kurs nicht zu Zeiten der bayrischen Schulferien stattfinden wird.	Dienstag 16:30-18:00	01/10/2024	420 €

ex2s121	Klettern/Bouldern Dienstag Grundkurs SVN Sommersemester	<p>Der Kurs ist für Kinder der S1-S7 bestimmt.  Der Kurs hat 14 Einheiten.  Er findet im Kletterzentrum SVN München Neuperlach, Fritz-Erler-Straße 3, statt.  Der erste Schritt ist das Toprope-Klettern. Dies beschreibt die Situation, das ein Seil schon am Ende einer Route eingehängt ist. Die nötigen Sicherungs- und Klettertechniken, die für ein nahezu selbstständiges Toprope-Klettern nötig sind, werden vermittelt.☒</p> <p>Inhalt:  Kletterregeln und Materialkunde  Knoten- und Sicherungstechnik für Topropeklettern  Selbstkontrolle und Partnercheck  Seilkommandos  Ablassen  Grundklettertechniken  Kletterausrüstung steht für alle Teilnehmer zur Verfügung. Zur Auflockerung werden Boulderstunden eingebaut.  Bitte beachten Sie, daß der Kurs nicht zu Zeiten der bayrischen Schulferien stattfinden wird.</p>	Dienstag 16:30-18:00	04/02/2025	420 €
---------	---	---	-------------------------	------------	-------

ex0s131	Tennis 1 Stunde pro Woche KG/ GS/ HS	<p>Der Kurs ist für Kinder aller Jahrgangsstufen bestimmt.</p> <p>WICHTIG: Am Samstag, 14.09.2024 um 13-14 Uhr wird in Taufkirchen Einstufungstermin für neue Schüler stattfinden. Bitte melden Sie sich dafür telefonisch bei Tennis Raschke an.</p> <p>Der Unterricht wird von qualifizierten Trainern unter der Leitung von Alexander Raschke (staatl. gepr. Tennislehrer, DTB-A Lizenz) durchgeführt.</p> <p>Kursinhalt: Technik, Taktik, Fitness- und Mentaltraining ; mit hoher Intensität, viel Spaß und allen sozialen Aspekten der Teamarbeit; nach modernsten Erkenntnissen der deutschen und amerikanischen Lehrmethodik von Nick Bollettieri; incl. Videoanalyse und Abschlussturnier.</p> <p>Das Training kann Montag bis Freitag zwischen 13.00 und 17.00 Uhr und Samstag zwischen 9.00 und 17.00 Uhr gebucht werden. Die Trainingszeiten und der Trainingsort werden direkt mit der Tennisschule oder im Anschluß an die Sichtungveranstaltungen vereinbart. (Die Terminangabe für die Tennisstunde ist im“ Booking System“ aus technischen Gründen für alle Teilnehmer auf Sonntag Mitternacht datiert, unabhängig davon, welcher Termin mit der Tennisschule vereinbart wurde.)</p> <p>Standorte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Neuperlach: SVN München, Staudingerstr. 20, 81735 München</li> <li>· Taufkirchen: Tennis Raschke, Ahornring 74, 82024 Taufkirchen</li> <li>· Ottobrunn/Riemerling: Tennis Sperk, Otto-Hahn-Strasse 46, 85521 Riemerling</li> </ul> <p>Die An- und Abfahrt zu den Trainingsstätten wird von den Eltern bzw. Schülern selbst organisiert. Eine Tennisausrüstung wird vorausgesetzt. (Zum Einstieg können Schläger kostenfrei getestet werden.)</p> <p>Kursdauer: 30 Wochen bis Schuljahresende</p> <p>Sofern nicht 30 Einheiten seitens der Tennisschule während der Kurslaufzeit angeboten werden können, wird die Kursgebühr anteilig für die nicht gehaltenen Stunden am Ende des Schuljahres zurückerstattet.</p>	Nach Vereinbarung	07/10/2024	520 €
ex0s132	Tennis 2 Stunden pro Woche KG/ GS/ HS	Wie oben.	Nach Vereinbarung	07/10/2024	1.040 €
ex0s134	Tennis 2 Extrastunden pro Woche KG/ GS/ HS	Wie oben.	Nach Vereinbarung	07/10/2024	1.040 €