

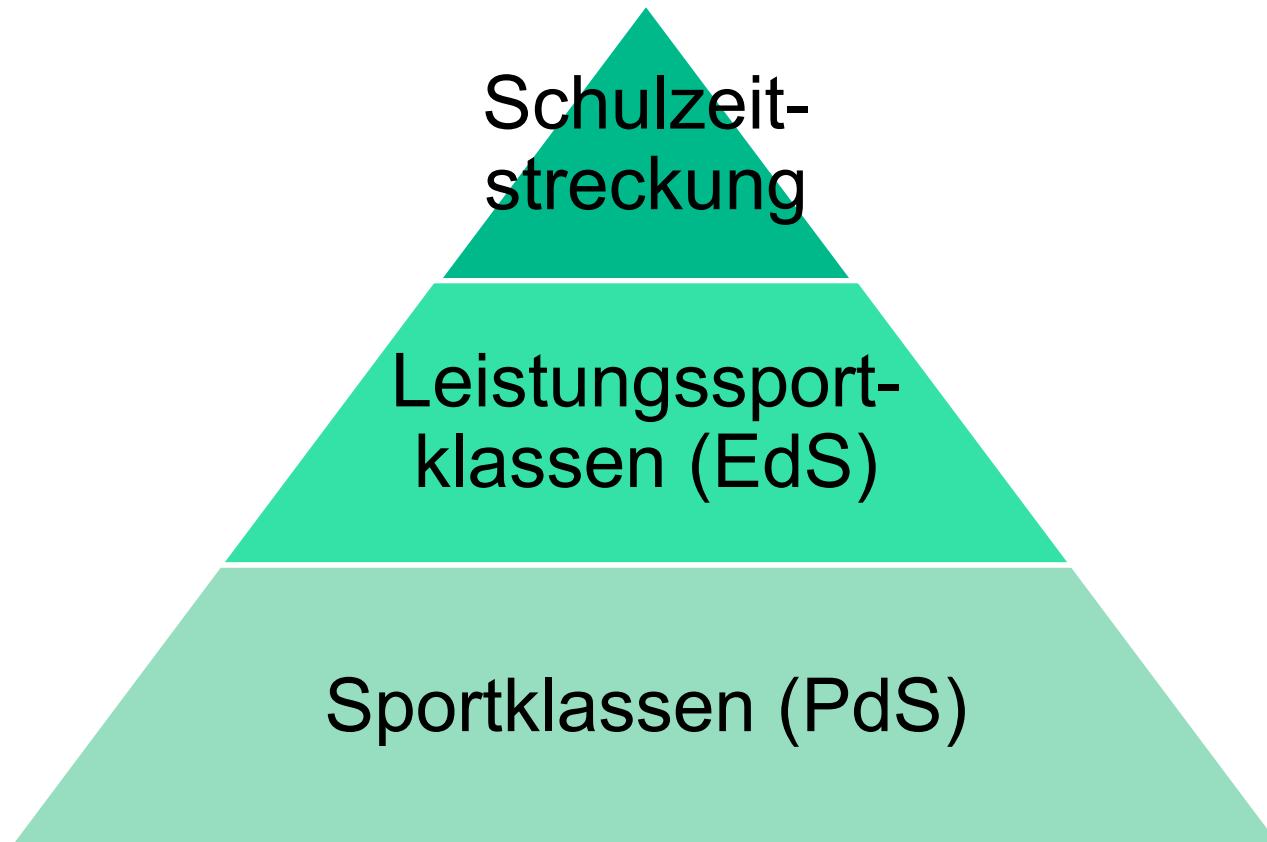
GYMNASIUM
MÜNCHEN NORD
ELITESCHULE
DES SPORTS

Informationsabend zu den Leistungssportklassen am GMN am 02.03.2026

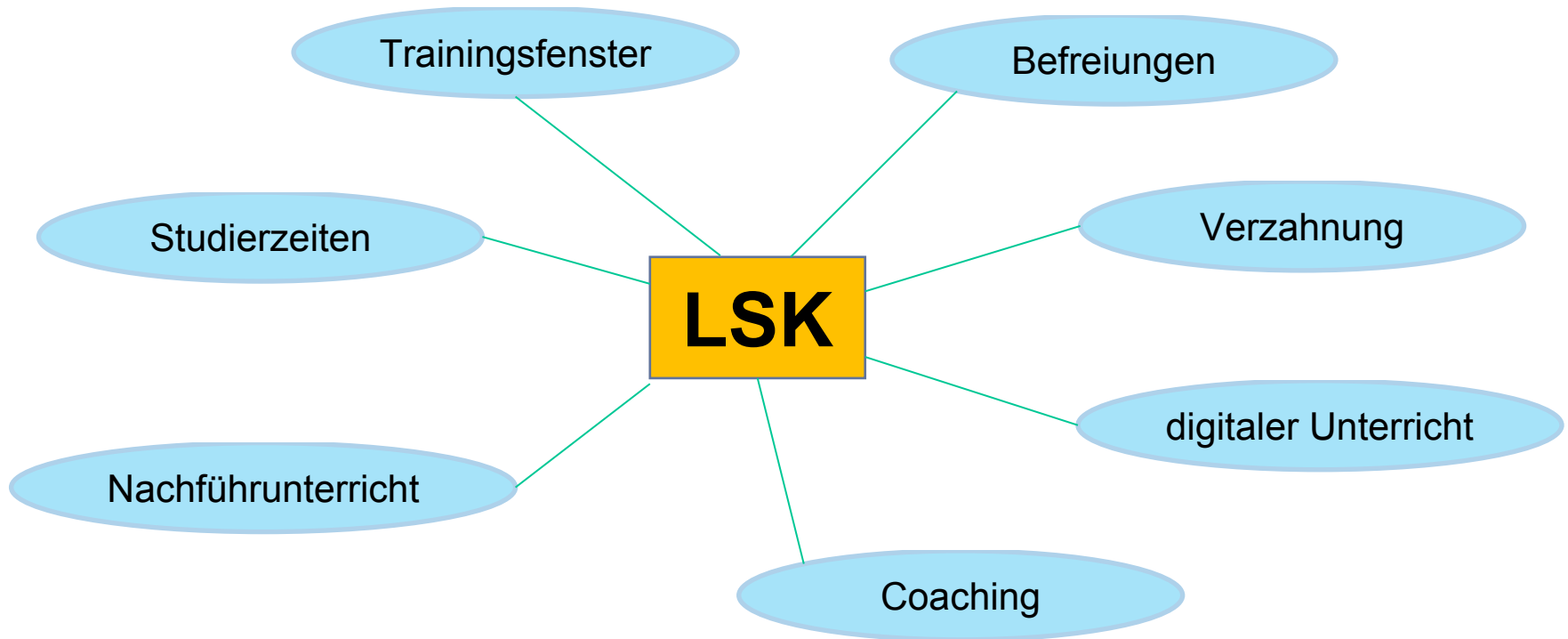
LSK am GMN



(Leistungs-)Sportklassen am GMN



Konzept in den LSKs



Beispielstundenplan Sportklasse

Stunde	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1	DSU	Geo	NuT	D	DSU
2	DSU	Geo	NuT	D	DSU
	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
3	F/L	E	F/L	M	B
4	F/L	E	F/L	M	B
	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
5	Mittag	Mittag	Mittag	Mittag	Musik
6	Studierzeit	Studierzeit	Studierzeit	Studierzeit	Musik
7	E	D	Sport	G	
8	Musik	D	Sport	G	
	Pause	Pause	Pause	Pause	
9	Musik	M	M	E	
10					

Beispielstundenplan LSK 8

Stunde	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1	D	TrF	TrF	TrF	Rel
2	D	TrF	TrF	TrF	Rel
	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
3	F/L	E	F/L	M	B
4	F/L	E	F/L	M	B
	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
5	PFS	Ph	D	Geo	Kunst/Musik
6	PFS	Ph	D	Geo	Kunst/Musik
7	Mittag	Mittag	Mittag	Mittag	
8	Studierzeit	Studierzeit	Studierzeit	Studierzeit	
	Pause	Pause	Pause	Pause	
9	Ph_Ü	M_Int	G	E_Int	
10	Nachführ	M_Int	G	E_Int	

Beispielstundenplan LSK 10

Stunde	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1	TrF	TrF	TrF	TrF	B
2	TrF	TrF	TrF	TrF	B
	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
3	Ph	E	Geo/WR	Rel	C
4	Ph	E	Geo/WR	Rel	C
	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause
5	E	D	M	Sk	M
6	G	D	F/L	D	M
7	Mittag	Mittag	Mittag	Mittag	
8	Studierzeit	Studierzeit	Studierzeit	Studierzeit	Smw
	Pause	Pause	Pause	Pause	Smw
9	Geo/WR	Ku	ST	F/L	
10	Geo/WR	Ku	Smw	F/L	

Befreiungen

- möglichst alle Befreiungen über das **EP** (keine Befreiungen in Paperform!!!)
- Anhangsfunktion (für Einladungen etc.) nutzen!

Do, [REDACTED] Uhr bis [REDACTED]	[REDACTED]	Leistungssportliche Maßnahme: [REDACTED]	nein	nein	☐
--------------------------------------	------------	---	------	------	--------------------------

Der Kommentar wird im Info-Portal mit Begründung angezeigt.

ablehnen

Zurück

Ausgewählte drucken

Ausgewählte genehmigen und ins Info-Portal übernehmen

Ausgewählte löschen und NICHT ins Info-Portal übernehmen

Verzahnung



Ⓟ Regelmäßige gemeinsame Sitzungen (ca. alle 6 Wochen)

Nachführunterricht



- **Wissenslücken** (z.B. Quereinstieg anderes Bundesland)
 - **Absenzen** (sportliche Maßnahmen/Krankheit)
- **Flexible** Zeitfenster:
in Studierzeiten, nach Unterrichtsende, in Pausen, statt
Frühtraining, während einzelner Unterrichtsfächer
- **Proaktives** Verhalten von SchülerInnen und LehrerInnen

Digitaler Unterricht



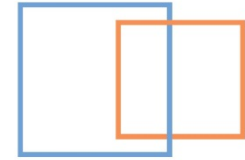
- Zeitnahe Bereitstellung der Unterrichtsinhalte bei **Mebis** (Mitlernen während sportl. Maßnahmen, einfachere Bereitstellung bei Absenzen/Krankheiten)
- **Tabletverleih** für längere sportl. Maßnahmen (über HAM)

Schule $\Leftrightarrow$ Sport

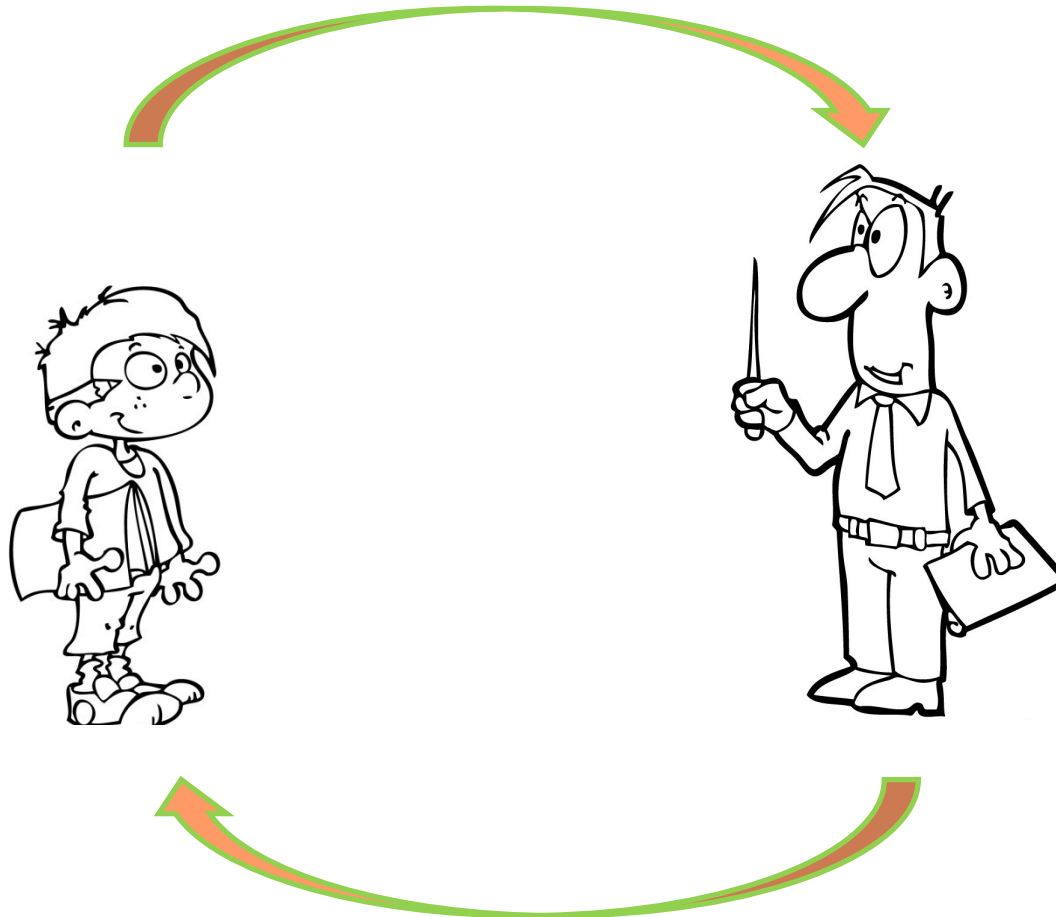


- Schulische Inhalte müssen auch **während sportlicher Maßnahmen** mitgelernt werden. ($\Rightarrow$ Arbeitsfenster)
- Sportliche Maßnahmen dürfen **keine Ausrede** für versäumten Stoff sein!
- **Leistungsnachweise** können IN AUSNAHMEN auch **vor Ort** geschrieben werden (Ansprechperson beim Verein/Verband)

LSK-Coaching



GYMNASIUM
MÜNCHEN NORD
ELITESCHULE
DES SPORTS



LSK-Coaching



- zusätzliche Unterstützung v.a. für Quereinsteiger (Ankommen an der Schule im Eliteschulverbund/im Internat)
- Beratung/Unterstützung in der besonderen Konstellation (Schule $\leftrightarrow$ Leistungssport)
- keine Nachhilfe

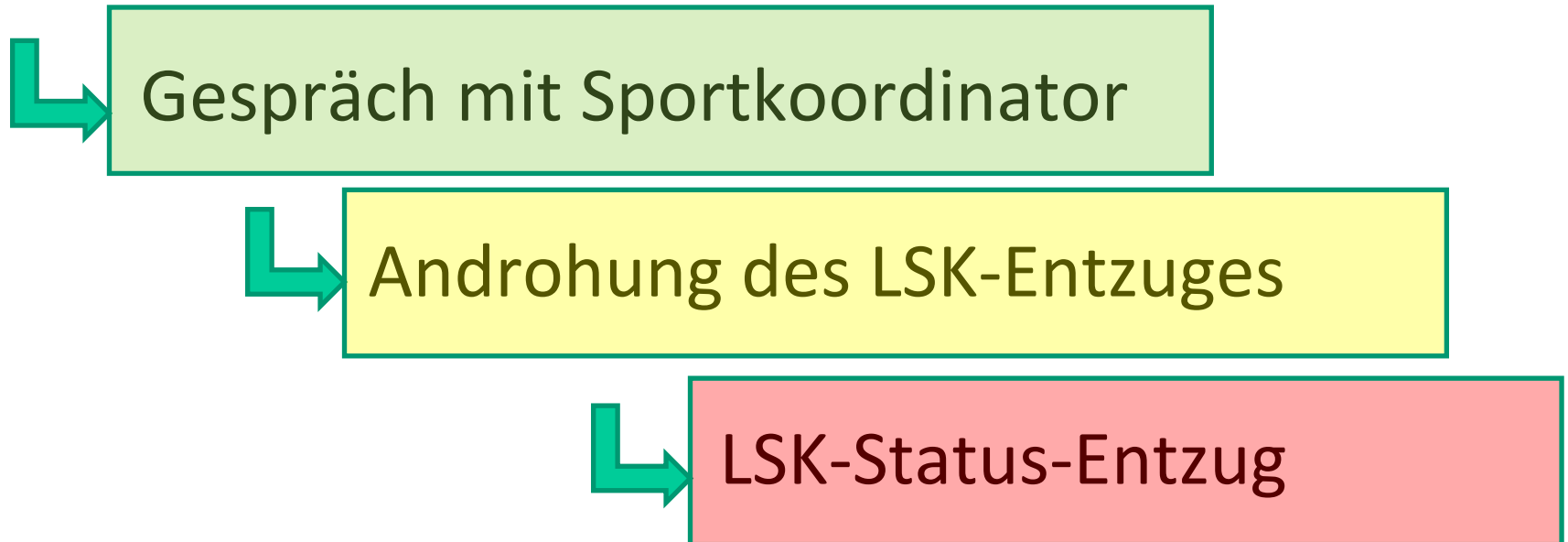
Studierzeiten



- Studierzeiten an jedem Tag (Mo-Do)
- schriftliche und mündliche Hausaufgaben
- Unterstützt durch Teach&Care-MitarbeiterInnen
- ruhige Arbeitsatmosphäre im Klassenzimmer
- Zunächst im Klassenzimmer, dann nach Rücksprache auch im Cluster/im Arbeitsraum

LSK-Status / Verhaltenskodex

Bei (groben) Verstößen: (V/VV)



Kontaktmöglichkeiten/Info`s



- **LSK-Info-Brett** am Übergang der Magistrale zur Aula
- **LSK-Sprechstunde:** Mi, 7. Stunde (13.15-14.00 Uhr) in B.01.020
- **Emailadresse** Hr. Keil:

sportkoordinator@gym-muc-nord.de

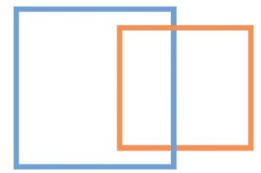
Nächste Schritte

- **Meldung der Talente**
Verbände/OSP/GMN
=> bis 15.03.2026
- **Online-Einschreibung**
(Link auf der Homepage)
=> 23.-27.03.2026
- **Einreichen der Unterlagen**
(postalisch oder als PDF)
=> bis 13.04.2026





Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!!!



GYMNASIUM
MÜNCHEN NORD
ELITESCHULE
DES SPORTS

Wer oder was bin ich?



+



+



Schulzeitstreckung (SZS)

1. Struktur allgemein
2. Stundentafel
3. Beispielstundenpläne
4. Auswirkungen
5. Zugangsvoraussetzung

Allgemeine Struktur der SZS

LSK11 (Klassenverband)

Schulzeitstreckung

„normale“ Oberstufe

ABITUR

Allgemeine Struktur der SZS



ohne SZS: 32 – 36 Stunden pro Woche

mit SZS: 19 – 23 Stunden pro Woche

Allgemeine Struktur der SZS

- Abiturprüfung in M + D + Sport + B/E + GPR (G/Geo/WR/PuG)
- 5 mal Frühtraining pro Woche (Mo-Fr) (Wunsch des Sports)
- Separate W-Seminare (Angebote folgen im Frühjahr)
- eigene LSK-Kurse in M, D, ST und Smw (evtl. auch Weitere)
- Teilweise Mischung mit regulären Oberstufenkursen

Stundentafel in der SZS

à Stundenbelastung in den 3 Jahren:

Q12a: 22h Q12b: 23(21*)h Q13SZS: 19h

à nicht-Abitur-Fächer enden zumeist nach Q12B
(Ku/Mu/NaWi und Seminar)

à große LNW aufgeteilt je nach Stundenzahl
z.B. D: 1(Q12A), 1(Q12B), 2(Q13)

* Ab dem Ausbildungsabschnitt 12b/2

Beispielstundenplan ohne SZS Q12*

Nvpl Std. 0/36	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1 8:10-8:55	*D_11_2 GRI D.00.006	*M_11_2 HEI D.00.006	*Geo_11_2 ROS D.00.010	*G_11_2 KRU D.00.006	*M_11_2 HEI D.00.006
2 8:55-9:40					
3 10:00-10:45	*Smw_11_1 BIN A.3	*E_11_1 FIS D.00.004		*Ku_11_11A_2 DET B.01.001	*K_11_1 HOL D.00.010
4 10:45-11:30					
5 11:45-12:30	*E_11_1 FIS D.00.004		*B_11_2 STU B.02.010	*B_11_2 STU B.02.013	*D_11_2 GRI D.00.006
6 12:30-13:15		*D_11_2 GRI D.00.006		*Sk_11_2 KRU D.00.006	*ST_11_1 BIN D.00.004
7 13:15-14:00					
8 14:00-14:45		*F_11_P NEU D.00.004	*F_11_11A_1 SEM	*Smw_11_W GRI D.00.011	*F_11_11A_1 SEM D.00.004
9 15:00-15:45					
10 15:45-16:30		*ST_11_1 BIN D.00.004			
11 16:30-17:15					

*aus dem G8, P-Seminar entfällt

Beispielstundenpläne mit SZS

1. Variante (mit 5 "normalen" Trainingsfenstern):

Q12a (22h)	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1. Stunde					
2. Stunde					
3. Stunde	D	M	D	PuG	G
4. Stunde	D	M	D	PuG	G
5. Stunde	C/Ph	Sport	E*	C/Ph	Ku/Mu
6. Stunde	E*	ST	E*	C/Ph	Ku/Mu
7. Stunde					
8. Stunde	F/L	B*	WS	F/L	
9. Stunde	B*	B*	WS	F/L	
10. Stunde					
11. Stunde					

* Je nach Abiturfach

Q12b (23/21h)	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1. Stunde					
2. Stunde					
3. Stunde	D	M	Rel	E*	B*
4. Stunde	D	M	Rel	E*	B*
5. Stunde	C/Ph	Sport	Ku/Mu	Geo/WR	C/Ph
6. Stunde	E*	ST	Ku/Mu	Geo/WR	C/Ph
7. Stunde					
8. Stunde		B*	WS**	F/L	
9. Stunde		F/L	WS**	F/L	
10. Stunde					
11. Stunde					

* Je nach Abiturfach

**bis zum HJ

Q13 (19h)	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1. Stunde					
2. Stunde					
3. Stunde	M	D	M	Rel	G
4. Stunde	M	D	M	Rel	G
5. Stunde	B*	Sport	ST	PuG/Geo/WR	E*
6. Stunde	E*	Sport	ST	PuG/Geo/WR	E*
7. Stunde					
8. Stunde		B*			
9. Stunde		B*			
10. Stunde					
11. Stunde					

* Je nach Abiturfach

- à Nicht-ABI-Fächer enden zumeist nach der Q12b
- à C/Ph belegbar, aber keine ABI-Option
- à F/L belegbar, aber keine ABI-Option
- à Leistungsfach Sport verpflichtend zu belegen
- à Vertiefungskurs D/M in SZS nicht als Wahlpflichtalternative wählbar

Auswirkungen der SZS

- Trainingsfenster!!!
- Bereitstellung der Unterrichtsinhalte auf mebis
- Flexibilität bei Leistungsnachweisen (örtlich und zeitlich)!
- Förderstunden in ABI-Fächern (M,D,E/F/L)!
- Befreiungen werden i.d.R. immer genehmigt!
- Mehr Zeit für Sport UND Schule!

Zugangsvoraussetzung für die SZS

- ✓ SZS für alle **Bundeskaderathlet*innen**
- ✓ Alternativ:
vom Landestrainer und dem Spitzenfachverband
bestätigte **Bundeskaderperspektive**
- ✓ Wille der Sportler*innen
- ✓ Bestätigung der Erziehungsberechtigten



Schulzeitstreckung

Alles klar?!