

Angebote Kurse für die Häuser Geschichte und Universum, JG 7-9

SPORT

Leichtathletik I (Bewegungsfeld 1: Laufen, springen, werfen, stoßen)

In diesem Kurs bekommt ihr vielfältige Bewegungsangebote, um im Hinblick auf Ausdauer, Schnelligkeit und Kraft, Orientierung und Geschicklichkeit Körpererfahrungen zu sammeln. Laufen, Springen und Werfen werden im Mittelpunkt dieses Kurses stehen und durch verschiedenste Varianten (spielerisch oder im Wettstreit) euch die Leichtathletik näher bringen. Wir werden sowohl Einzelübungen als auch Mannschaftsübungen durchführen, um erlebnisorientierte Leichtathletik kennenzulernen.

Tischtennis (Bewegungsfeld 2: Spiele)

Tischtennis ist ein klassisches Rückschlagspiel und (fast) jede/r hat es schon mal gespielt. In diesem Kurs lernt ihr, eure Spielerfahrungen im Umgang mit Ball und Schläger zu erweitern und eure Techniken zu verbessern. Anhand von erprobten Vorhand- und Rückhandtechniken (z.B. Schupfen, Topspin) kann jede/r rausfinden, was für ein Spielertyp sie/er ist. Außerdem erweitert ihr eure taktische Spielfähigkeit in Einzelspielen, Doppelspielen und verschiedenen Rundlaufvarianten. Dabei werden auch die wichtigsten Grundregeln und Fachbegriffe vermittelt.

Eventuell ergeben sich Exkursionsmöglichkeiten zu Wettkampfspielen in Berliner TT-Ligen.

Ein selbstorganisiertes Fun-Turnier (z.B. Küchenutensilien als Schläger, veränderte Regeln) kann den Kurs abrunden. Der Kurs ist sowohl für AnfängerInnen als auch für Fortgeschrittene offen.

Fußball – Das Runde gehört ins Eckige (Bewegungsfeld 2: Spiele)

In diesem Kurs werden allgemeine Grundlagen wie Ballgefühl, Kondition und Koordination geschult. Außerdem habt ihr die Möglichkeit technische Fertigkeiten zu erlernen beziehungsweise zu verbessern. Ballannahme, Ballmitnahme, Ballführung und Ballabgabe sollen hier die Schwerpunkte bilden. Weiterhin wenden wir Angriffs- und Abwehrvarianten als taktische Mittel an. Selbstverständlich achten wir auf Fair Play und fördern das gemeinsame Spielerlebnis.

Basketball (Bewegungsfeld 2: Spiele)

Anhand zahlreicher Lernangebote, kannst du dich zu Beginn des Kurses in die komplexen Grundlagen des Spiels so einarbeiten, wie es deinem Könnensstand entspricht. Anschließend vertiefen wir spielerisch weitere Techniken (Passen, Fangen, Dribbeln, Sternschritt, Wurftechniken). Außerdem wollen wir das taktische Zusammenspiel als Mannschaft sowohl im Angriff, als auch in der Verteidigung verbessern. Selbstverständlich achten wir auf Fair Play und fördern das gemeinsame Spielerlebnis.

Volleyball (Bewegungsfeld 2: Spiele)

Hier lernst du grundlegende technische Fertigkeiten und Fähigkeiten für das Spiel Volleyball kennen. Außerdem wirst du dich mit den Regeln des Volleyballspiels beschäftigen. Das Ziel ist am Ende des Kurses drei gegen drei spielen zu können und dabei die grundlegenden Techniken wie Aufschlag, oberes und unteres Zuspiel im Spiel anzuwenden.

Kondition (Bewegungsfeld 3: Bewegen an Geräten)

In diesem Kurs könnt ihr lernen, wie man mit den einfachsten alltäglichen Gegenständen immer und überall ein Ganzkörpertraining machen kann. Vor allem geht es hier um Ausdauer. Dieses Feld unterteilt sich in weitere Teile. Hier soll allerdings Schnellkraftausdauer, im so genannten High-Intense Training, erlernt werden. Dabei wechseln sich Phasen der Belastung und Entlastung ab, was eine höhere spezifische

Ausdauer als erwünschtes Ziel zur Folge hat. Zu unserem ersten Treffen würde ich euch bitten, zwei 0,5L Plastikflaschen mitzubringen. Diese werden als erstes Trainingsgerät dienen.

Judo (Bewegungsfeld 4: Kämpfen nach Regeln)

Die wörtliche Übersetzung bedeutet so viel wie „sanfter/flexibler Weg“. Judo ist eine japanische Kampfsportart, deren Prinzip „Siegen durch Nachgeben“ ist. Dabei bietet diese komplexe und anspruchsvolle Sportart viele verschiedene Bewegungsmöglichkeiten und große technische Vielfalt. In diesem Kurs lernst du die ersten grundlegenden Judotechniken. Dabei werden einerseits hohe Ansprüche an koordinative und konditionelle Fähigkeiten (Kraft und Schnelligkeit, insbesondere Reaktionsschnelligkeit) gestellt, andererseits wird der Umgang mit den wichtigen und notwendigen Regeln der Sportart geschult.

Capoeira (Bewegungsfeld 4: Kämpfen nach Regeln)

Capoeira ist ein brasilianischer Kampf-Tanz mit musikalischer Begleitung und fast ohne Körperkontakt. Neben Geschichte und Herkunft des Tanzes könnt ihr die elementaren Angriffs- und Verteidigungstechniken und deren Funktion im gemeinsamen „Spiel“ eins gegen eins erlernen. Weiterführend können auch akrobatische Elemente in das Spiel eingebaut werden. Während des gesamten Kurses unterstützen die Klänge brasilianischer Capoeiramusik den Lernprozess. Ziel des Kurses sollte sein, die erlernten Bewegungen im gemeinsamen „Spiel“ in der "Roda" anzuwenden. Eine "Roda" entspricht einer kreisförmigen Anordnung der Spieler, die klatschend den Rhythmus und das Tempo der Musik unterstützen.

Jugger (Bewegungsfeld 4: Kämpfen nach Regeln)

Das Ziel beim Jugger ist es, gemeinsam mit deiner Mannschaft, mehr Punkte als die gegnerische Mannschaft zu erzielen. Das geschieht indem ein Ball, „Jugg“ genannt, in eine Art Eimer, das „Mal“, gesteckt wird. Das Besondere ist, dass nur ein Spieler pro Mannschaft diesen Jugg direkt berühren darf. Die anderen vier Mitspieler versuchen das möglich zu machen. Dazu stehen ihnen „Pompfen“ genannte Spielgeräte zur Verfügung. Wird jemand von einer Pompfe berührt, muss er kurz aussetzen. Beim Jugger geht es nicht primär um Kraft, Ausdauer oder Schnelligkeit, sondern darum gut als Mannschaft zusammenzuarbeiten. Im Bewegungsfeld Kämpfen liegt der Fokus auf der regelrechten Handhabung der Pompfen.

Akrobatik (Bewegungsfeld 5: Bewegungsfolgen gestalten und darstellen)

Was ist eine „Gallionsfigur“? Wie sieht ein „Bauchflieger“ aus? Im Kurs Akrobatik lernst Du, wie man sicher Körperfiguren mit einem/einer Partner/in bildet. Dabei sind Kraft, Beweglichkeit, Körperspannung, Gleichgewicht, Konzentration, Kooperation und Vertrauen von wichtiger Bedeutung. Wir lernen wichtige Griff- und Stützarten, Sicherheitsstellungen und an welchen Stellen man den Körper gesund belasten kann. Am Ende des Kurses könnten Gruppenpyramiden, von Euch ausgedachte Figuren und Kombinationen mit turnerischen Elementen (z.B. Handstand) im wahrsten Sinne des Wortes „stehen“.

Yoga (Bewegungsfeld 5: Bewegungsfolgen gestalten und darstellen)

Es gibt viele verschiedene Formen des Yoga, oft mit einer eigenen Philosophie und Praxis. In Westeuropa und Nordamerika denkt man oft nur an körperliche Übungen, wohingegen im traditionellen Yoga die geistige Konzentration geschult wird. Der Atem spielt bei allen Yogaformen eine zentrale Rolle und unterstützt die körperlichen Übungen. Dieser Kurs möchte euch in die Grundlagen des Yoga einführen. Ihr lernt viele Basisübungen kennen, die wir zu Bewegungsfolgen kombinieren und mit Entspannungsübungen verknüpfen wollen. Ziel ist es, die Bereiche Kraft, Körperwahrnehmung, Koordination, Konzentration, Achtsamkeit und Gleichgewicht zu schulen und zu stärken.

Poi-Jonglage (Bewegungsfeld 5: Bewegungsfolgen gestalten und darstellen)

Butterfly, Wave, Anti Spin, Heli u.v.m. - ihr erlernt verschiedene Moves der ursprünglich traditionellen Maori-Poi –Jonglage. Ob eher tänzerisch oder technisch performed, in Verbindung mit akrobatischen Elementen, als Einzel-, Paar- oder Gruppenchoreographie, das entscheidet ihr - aus wenigen Grundlagen lassen sich eine Vielzahl neuer Moves entwickeln und Choreographien kombinieren. Musik und Rhythmusgefühl können dabei eine wichtige Rolle spielen.

Wir bauen unsere Übungspoi selbst und trainieren damit die Bereiche Motorik, Kraft, Körperwahrnehmung, Koordination, Konzentration und Achtsamkeit. Bei Bedarf werden die Poi für eine Abschlussshow aufgehübscht.

MUSIK

Chor

Dieser Kurs richtet sich an alle, die gern singen! Wir werden ein- und mehrstimmige Stücke aus verschiedenen Epochen – z.B. Alte Musik, Klassik, Popmusik – proben und singen. Wichtiges Element ist die Stimmbildung – also Übungen, um das Singen zu erleichtern und zu verschönern – wie auch das Kennenlernen grundsätzlicher Chorsängerkompetenzen wie Artikulation und Klanggestaltung. Wir werden auch etwas herausfinden darüber, wie der Klang im Körper entsteht, wie ein Chor funktioniert und seit wann es Chöre gibt.

Liederzeitreise

Singen macht Spaß – schon immer! Doch wie wurde im Mittelalter gesungen, wie im Barock? Wir finden es heraus und hören und singen einstimmige und vielleicht auch mehrstimmige Lieder verschiedener Jahrhunderte von den ersten überlieferten Schriften bis in die Gegenwart. Dabei erforschen wir die unterschiedlichen Epochen und finden heraus, was die jeweiligen Lieder besonders macht. Wenn du gerne singst und Lust hast, viele unterschiedliche Stile kennenzulernen und dich auf sie einzulassen, ist dieser Kurs das Richtige für dich.

Cover Version

Hier werden Cover-Versionen gehört, analysiert und anhand von unterschiedlichen Notationen nachgespielt. Dabei werdet ihr unterschiedliche Songstrukturen, Schlagzeug-Rhythmen und Begleitmuster kennenlernen. Wer Lust hat, sich auf verschiedenen Instrumenten auszuprobieren und zu singen und wer gemeinsam mit seiner Gruppe versuchen will, dem Original so nah wie möglich zu kommen, ist hier richtig.

Ensemble – Klassik trifft Pop

Klassische Musik spielen und mit Beats dekorieren? Wie geht denn das?

Spielst du ein Instrument und willst was Neues probieren? Dann bringe dein Instrument mit!

Du spielst kein Instrument? Kein Problem, trotzdem wirst du lernen, dass Klassik auch ganz poppig klingen kann und wie viel Klassik im Pop steckt.

BILDENDE KUNST

Von Nanas und Mobiles – das Künstlerpaar Niki de Saint Phalle und Jean Tinguely

Die lebensfrohen bunten Figuren und die mechanischen Mobiles der beiden Künstler*innen zieren viele öffentliche Plätze. Mit Farbe, Gips, Draht und Upcycling-Materialien nähern wir uns ihrer Kunst an und finden eigene Formen und Orte für unsere Werke. Zeichnungen, Bilder, Figuren, kleinere und größere Mobiles können so entstehen – im Idealfall eine dauerhafte Installation im Schulumfeld.

Comic

Welche Arten von Comic gibt es? Welche davon gefallen mir am besten?

Welche Tricks verwenden Comic-Künstler, um Zeit, Raum, Geräusche, Gleichzeitigkeit zu verdeutlichen?

Wie kann ich eine Geschichte so erzählen, dass sie spannend wird, gibt es verschiedene Möglichkeiten?

Wie kann ich einen Charakter entwickeln?

In der Comic-Werkstatt werden wir diese Fragen klären. Und Du wirst VIEL zeichnen.

Es geht darum, eigene Charaktere zu entwickeln und sie eine Geschichte erleben zu lassen.

Wenn Du schnell bist, kannst Du eine Serie entwickeln.

OP Art – Das Spiel mit der visuellen Wahrnehmung als Kunstform

Vom barocken Trompe-l'oeil zu den flirrenden schwarz-weißen Bildern der OP Art-Künstler*innen, das Spiel mit den Sehgewohnheiten hat die Menschen seit jeher fasziniert und wurde über die Jahrhunderte auf verschiedene Weise künstlerisch weiterentwickelt. Wir kommen optischen Täuschungen in Kunstwerken verschiedener Epochen auf die Schliche und sammeln Regeln zur Darstellung der drei Dimensionen – nur um diese dann nach Herzenslust zu brechen und unsere eigene Optical Art zu gestalten.

Design

Design kennen lernen, in Zeichnung und Modell entwerfen.

Wofür brauchen wir Design? Geht es mir um Schönheit, gute Benutzbarkeit oder darum, andere zu beeindrucken?

Hier werden wir zunächst wichtige Vertreter des Designs kennen lernen und herausfinden, welche Ziele ihre Entwürfe haben und wie sie diese erreichen.

Dann geht es darum, ein eigenes Designstück zeichnerisch zu entwerfen, Materialien zu erproben und Modelle zu bauen. Ob Mode- oder Produktdesign gemacht wird, legt der Kurs gemeinsam fest.

Schlafen

Dieses Thema bietet uns vielfältige künstlerische Forschungsmöglichkeiten:

Warum schlafen wir? Wie schlafen eigentlich Tiere? Können wir uns von den Tieren für unser Schlafverhalten inspirieren lassen? Wie schlafe ich – die Selbst- und Fremdbeobachtung!

Gibt es Schlafende auf Bildern quer durch die Jahrhunderte geschaut?

Eine Kunstrichtung hat sich besonders dem Phänomen der Träume zugewandt: die Surrealisten. Sie ließen sich von ihren eigenen Träumen inspirieren und prägten damit eine ganze Künstlergeneration.

Wovon träumen wir, wenn wir es uns trauen?

Für die künstlerischen Antworten auf all diese Fragen können vielfältige Techniken genutzt werden:

Collage, Malerei, Druckverfahren, Fotografie oder auch künstlerische Feldforschung. Was fällt dir ein?

Ich freue mich auf unsere gemeinsame Arbeit im Schlaflabor!

Zeichnen!

Hier könnt ihr verschiedene Zeichentechniken kennen lernen und bewusst in euren Arbeiten einsetzen.

Wir experimentieren mit verschiedenen Zeichenmaterialien und Techniken: von der Pinselzeichnung, über Aquarell bis zur Kohlezeichnung! Wir lernen von Künstlern, die unterschiedlichen Zeichen- und Maltechniken miteinander kombinierten.

Druckwerkstatt

Welche Drucktechniken gibt es und wie funktionieren sie? In diesem Kurs wirst du verschiedene

Drucktechniken kennen lernen und ausprobieren. Mit der Monotypie, Materialdruck oder dem

Stempeldruck kannst du Drucke auf Papier zum Einrahmen, Postkarten und gemustertes Papier herstellen.

Als Vorlagen kannst du eigene Zeichnungen und Fotos benutzen, es geht aber auch darum, beim

Stempeldruck Gegenstände und Materialien direkt abzudrucken.

Pop Art

Diese Kunstrichtung ist in den späten 50er Jahren in England und den USA entstanden. Thema sind Motive aus Alltagskultur, Konsum und Werbung. Siebdrucke von Andy Warhol, Comicbilder von Roy Lichtenstein, Bilder im Stil der Love-Figuren von Robert Indiana und abstrakte Kunst von Gerhard Richter sind Gegenstand eures Kurses. Hier lernt ihr zum einen die großen Künstler kennen zum anderen werdet ihr auch selbst Werke im Stil der Pop-Art erstellen. Viele verschiedene Techniken aus den Bereichen Grafik (Zeichnen), Druck (z.B. Linoldruck) und Malerei sind möglich.

Mediengestaltung

Im Kurs wird es um die Gestaltung und die Herstellung von Druckerzeugnissen (Zeitschriften, Broschüren, Hefte, Leporello, Plakate...) gehen. Inhalte wären u.a.: Grafik-Design, Layout, Typografie, Bildverarbeitung und Druck. Und natürlich ist der Kurs auch für die Gestaltung unserer Schulzeitung verantwortlich.