

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

SPORT

Leichtathletik in der MSH (Bewegungsfeld 1: Laufen, springen, werfen, stoßen), Weegerlaubnis nötig

In dem Kurs werdet ihr die Grundfertigkeiten von Weitsprung, Ausdauerlauf und Hochsprung erlernen. Beim Weitsprung erlernt ihr über eine methodische Reihe, wie ihr am besten abspringt, um weiter springen zu können. Wenn ihr euch mit dem Ausdauerlauf beschäftigt, werdet ihr üben, wie ihr euren Puls richtig messt und warum es wichtig ist, mit der richtigen Herzfrequenz zu laufen, aber auch mit welcher Herzfrequenz ihr laufen solltet, damit ihr das richtige Tempo für euch findet. Ihr fangt an nur kürzere Strecken durchzulaufen, die dann immer länger werden, um zum Schluss 12 min durchlaufen zu können. Beim Hochsprung erlernt ihr den Schersprung, aber auch, wenn ihr es euch zutraut, die Flop-Technik. Solltet ihr noch mehr Lust auf Leichtathletiken haben, können wir gern zwischendurch einen kleinen "Ausflug" zum Sprint machen. Dieser Kurs wird, bis auf den Hochsprung, vorwiegend draußen stattfinden.

Kleine Spiele (Bewegungsfeld 2: Spiele)

Von Spikeball über Koordinationsleiter bis hin zum Geschicklichkeitsparcour: In diesem Kurs wollen wir verschiedene Sportgeräte und Materialien nutzen, um uns kreativ, koordinativ und eigenverantwortlich Spiele zu erarbeiten. Wir werden mit Beispielen beginnen, die dann weiterentwickelt werden können. Gemeinsam überlegen wir, was wir aus den unterschiedlichen Spielen lernen und wie wir sie einsetzen können. EURE Ideen und Vorschläge sind hier besonders gefragt.

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.

Roundnet (Bewegungsfeld 2: Spiele)

Roundnet ist eine Trendsportart, die aus den USA kommt. Oftmals wird sie mit dem Begriff „Spikeball“ gleichgesetzt. In Zweierteams wird ein Ball nach einer Angabe auf ein trampolinartiges Netz in der Größe eines Hula-Hoop-Reifens gespielt mit dem Ziel, dass die Gegnerin* den Ball nicht erreichen oder auf das Netz zurückspielen kann. Die Schülerinnen* dürfen sich 360 Grad um das Netz bewegen und der Ball darf nach maximal drei Ballberührungen in alle Richtungen gespielt werden. Im Vergleich zu den meisten Rückschlagsportarten (z. B. Badminton, Tischtennis, Tennis) wird bei Roundnet der Ball nicht mit einem Schläger, sondern mit der flachen Hand gespielt.

In unserem Kurs möchten wir die Grundlagen dieses Spiels lernen und üben, um es praktisch anzuwenden und uns stetig zu verbessern. Dabei stehen neben Spaß auch die Übung der Koordination im Vordergrund. Ziel ist es, dass du dein individuelles Niveau verbessern kannst und wir trotzdem alle gemeinsam spielen können.

Parkour (Bewegungsfeld 3: Bewegen an Geräten)

Parkour ist eine faszinierende und dynamische Sportart, die sich durch ihre beeindruckende Mischung aus Geschicklichkeit, Kreativität und Körperbeherrschung auszeichnet.

Im Zentrum von Parkour steht die Kunst der effizienten Fortbewegung, bei der Hindernisse jeglicher Art, von urbaner Architektur bis zur natürlichen Umgebung, auf eine nahezu kunstvolle Weise überwunden werden. Parkour geht über das rein Physische hinaus und ermutigt euch dazu, eure Grenzen zu erkunden, Ängste zu überwinden und eure Umgebung auf neue und kreative Weisen wahrzunehmen. Die Sportart fördert nicht nur körperliche Fitness, sondern auch mentale Stärke und Selbstvertrauen.

Urban Fitness – Der städtische Raum als Trainingsort (Bewegungsfeld 3: Bewegen an Geräten),

In diesem Kurs besuchen wir im urbanen Umfeld Sportmöglichkeiten und testen diese aus. Ihr findet heraus, welche Übungen im Freien möglich sind, um Kraft, Kraftausdauer und Körperkoordination zu verbessern, um den gesamten Körper zu stärken. Überwiegend trainiert ihr dabei mit dem eigenen Körpergewicht, aber vereinzelt nutzt ihr auch einfache Hilfsmittel wie Bälle, Trinkflaschen, Seile etc.

Die einzelnen Kurseinheiten finden meist als intensives Zirkeltraining statt und ihr lernt immer neue Übungen kennen, um am Ende des Kurses euren eigenen Übungsplan erstellen zu können. Den Schwerpunkt (z.B. Schnellkraft, Kraftausdauer, Koordination) könnt ihr dabei frei wählen.

Dieser Kurs ist für alle Kinder und Jugendlichen gleichermaßen geeignet, da alle auf ihrem jeweiligen Niveau üben und trainieren können.

Pilates (Bewegungsfeld 5: Bewegungsfolgen gestalten und darstellen)

Pilates ist ein ganzheitliches Ganzkörpertraining, bei dem Atmung und Bewegung in Einklang gebracht werden. Durch die Anspannung der tiefen Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur wird der Rumpf stabilisiert und damit das Powerhouse aktiviert. Zudem wird durch das Trainieren von funktionellen Bewegungsabläufen die Beweglichkeit gefördert. Beim Pilates steht immer die kontrollierte und konzentrierte Bewegungsausführung im Vordergrund. Bei allen Übungen ist Qualität wichtiger als Quantität! Ihr werdet euch kurz mit der Entwicklungsgeschichte von Pilates (gegründet von Hubertus Pilates, geb. 1880) beschäftigen und die wesentliche Bedeutung der Pilates-Methode kennenlernen. Anhand verschiedener Übungsformen lernt ihr die sechs „Pilates-Prinzipien“ kennen: 1. „Kontrolle“; 2. „Das Powerhouse“; 3. „Atmung“; 4. „Bewegungsfluss“; 5. „Wirbel für Wirbel“; 6. „Imagination“.

Für JG 7/8: Breakdance (Bewegungsfeld 5: Bewegungsfolgen gestalten und darstellen)

In diesem Kurs möchte ich euch Lust aufs Tanzen machen und euch zeigen, wie man sich durch Tanz und Bewegung ausdrücken kann und die nötigen Werkzeuge so weitergeben, dass ihr sie auch in eurer Freizeit nutzen könnt. Methodisch würde ich den Fokus erstmal auf die Grundlagen legen und diese dann nutzen, um tiefer in den Tanz und die Kultur zu blicken. Im „Cypher“ (man steht im Kreis und eine Person tanzt in der Mitte) liegt der Fokus dann auf Ausdruck. Dazu beschäftigen wir uns auch zu Herkunft und Einfluss der Kultur.

Schwimmen (Bewegungsfeld 6: Bewegen im Wasser)

In diesem Kurs werden allgemeine Grundlagen der verschiedenen Schwimmtechniken (Brust, Rücken, Freistil, Delfin) vermittelt. Außerdem sind Bestandteile aus dem Rettungsschwimmen (Kleiderschwimmen, Transportschwimmen und Schleppen, Befreiungsgriffe und Erste Hilfe) Inhalt des Kurses. Das Tauchen und das Springen vom Startblock sollen ebenfalls nicht zu kurz kommen. Dieser Kurs findet in der Thomas-Mann-Schwimmhalle (TMH) an der Greifswalder Str. statt.

MUSIK

WvH Musikkapelle

In diesem Kurs wirst du zunächst lernen, nach intuitiven Handzeichen zu musizieren. Es wird unterschiedliche Sektionen zu Melodie, Rhythmus und Harmonie geben, die du wählen kannst. In der Sektion Melodie kannst du eine Melodie auf dem Klavier spielen, singen oder rappen. In der Sektion Rhythmus kannst du unterschiedliche Rhythmuspattern üben und in der Sektion Harmonie kannst du lernen, Akkorde auf dem Klavier oder der Gitarre zu spielen. Gemeinsam als einzigartige Musikkapelle werden wir alle Sektionen zu einem besonderen Stück zusammenbringen, das dann aus dem Moment heraus nach intuitiven Handzeichen arrangiert wird.

Nur JG 7/8: Chor: Popmusik

In diesem Kurs liegt der Fokus, wie der Name es vermuten lässt, auf dem gemeinsamen Singen. Im Laufe des Halbjahres warten auf euch bekannte & neue Songs, gern auch eure Lieblingslieder. Wir werden u.a. mit Instrumenten eurer Wahl arbeiten, aber auch mit ganz anderen Utensilien.

Ihr werdet auch immer mal wieder in kleinere Gruppen eingeteilt, in denen ihr dann zusammenarbeitet und singt/musiziert. Hier noch einige stichpunktartige Einblicke in die Fähigkeiten und Fertigkeiten, die wir zusammen erarbeiten werden:

- Gemeinsam mit anderen musizieren und singen und deshalb lernen aufeinander zu hören.
- Einen eigenen & gemeinsam in der Gruppe einen Rhythmus kreieren (ggf. mit Musikinstrument).
- Die Rhythmen anderer Mitschüler*innen verstehen und adaptieren.
- Ein Gefühl für die eigene Stimme bekommen.

Ich freu mich auf alle, die Lust haben! :)

Hip-Hop und elektronische Musik-Beats

Elektronische Musik und Hip-Hop haben in den letzten 40 Jahren die Musikwelt verändert. In diesem Kurs komponieren wir originalen Hip-Hop und elektronische Musik-Beats in Ableton Live. Wir werden erkunden, wie man heutzutage Musik mit Computern machen und wie man traditionelle Instrumente (Klavier, Gitarre, Schlagzeuge und Bass) in die Computermusik integrieren und nutzen kann. Und wenn du selbst Texte schreibst, ist es nicht nur willkommen, sondern es wird auch gefördert! Wir werden deine Raps oder Melodien in unseren Beats aufnehmen.

Straßenmusik

In diesem Kurs wirst du im Rahmen des WvH Schulversuchs die Möglichkeit haben an außerschulischen Lernorten Straßenmusik machen zu können. Dazu musst du dich zunächst in Kleingruppen organisieren, um gemeinsam ein Stück zu erarbeiten. Du kannst dazu sowohl digitale Instrumente mit LiveLoop oder Magix verwenden, aber auch akustische Instrumente von zu Hause mitbringen oder die vorhandenen Instrumente im Musikraum verwenden. Du kannst außerdem mit einem Mikrophon rappen oder singen. Schließlich wirst du Informationen zur Rechtslage und zur Geschichte der Straßenmusik im Prenzlauer Berg bekommen.

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 gern singst und Lust hast, viele unterschiedliche Stile kennenzulernen und dich auf sie einzulassen, ist dieser Kurs das Richtige für dich.

BILDENDE KUNST

Illustration - Zeichnung, Malerei und Collage

In diesem Kurs werden wir verschiedene kurze Textformate - Kurzgeschichten, Zeitungsartikel, Gedichte, Songs etc. - illustrieren.

Dies erfolgt anhand von eigenen Zeichnungen mit Bleistift, Buntstiften oder Tusche (farbig oder sw), kleinen oder größeren Bildern, Hintergrundgestaltungen, durch eigene Fotografien und/oder Collagen. Des Weiteren erstellt ihr ganz eigenständige Werke/Bilder zu einem Text oder als Antwort auf einen Text. Wir lernen viel über künstlerische Strategien und Techniken kennen. Es darf experimentiert werden!

Kreatives Zeichnen (creative drawing)

Alle Menschen sind kreativ - und können daher gut zeichnen – dies ist eine Erkenntnis der "creative art". Die eigene Kreativität anzuregen ist daher eine Möglichkeit für neue und ungeahnte Ausdrucksformen in der Kunst. Um die manchmal verborgene Kreativität anzuregen, wirst du hier Übungen und Tricks kennenlernen und ausprobieren, die du im Alltag weiterführen kannst.

Filme sehen - Filme verstehen - Filme machen

Wir schauen uns Filmausschnitte und Kurzfilme an, analysieren sie mit vielen praktischen Übungen zu Bild, Ton, Montage, usw. und betrachten Filmgeschichte und Filmgenres. Und ihr realisiert ein eigenes Filmprojekt.

Der Hut als Skulptur

oder: Jedes Kunstwerk ist eigentlich eine Skizze, die erst durch unsere Fantasie vollendet wird. (Sigmund Graff)
Mit dem vielseitigen Material Ton erforschen und recherchieren wir gemeinsam Antworten auf die Fragen zu finden, was eine Skulptur ist, was sie ausmacht und wie relevant sie für die heutige Zeit ist. Gemeinsam werden wir uns inhaltlich mit dem Begriff und der Geschichte vom Hut beschäftigen, indem wir durch das Formen, Modellieren und Bauen „unsere Hut-Skulpturen“ herstellen. Chapeau!

Comics machen!

Die meisten von uns lieben Geschichten. Wir werden in diesem Kurs Geschichten ausdenken, verändern, weiter erzählen und gemeinsam oder allein schreiben, malen und/oder zeichnen. Dabei entstehen kurze Comicstrips, Leporellos, vielleicht sogar kurze Heftchen.

Wir gehen vom klassischen Comic aus, es ist kein Mangakurs, was Mangas jedoch auch nicht komplett ausschließt. Die Themen sollen vielfältig und individuell sein, Tiere, Menschen, Pflanzen, Fantasiegestalten können eure Protagonisten sein, die sich durch Städte, Landschaften oder Räume bewegen. S/W oder in Farbe, gezeichnet oder gemalt, collagiert oder gedruckt; auch verschiedene künstlerische Techniken werden Anwendung im Kurs finden.

Geheimnisvolle Bücher

Bücher haben eine über Jahrhunderte währende Geschichte. Sie können voller Geheimnisse stecken. Lasst uns auf Entdeckungsreise gehen.

Wir werden uns solche Bücher anschauen, genau untersuchen und vergleichen sowie Techniken erkennen. Wie kann man aus Büchern, aus Papier, die niemand mehr lesen möchte, Kunstwerke gestalten?
Jede*r kann ihr*sein eigenes Buchprojekt verwirklichen!

Überraschende Portraits - Eigene Fotos zeichnerisch, malerisch oder per Collage verändern

Wie möchte ich mich selber darstellen? Welche Seiten möchte ich von mir zeigen, mit welchen Mitteln kann ich vorhandene Bilder verändern, verschönern oder verfremden?

Wie haben Künstler in der Kunstgeschichte portraitiert? Was erfahren wir beim Betrachten über die abgebildeten Personen und ihre Zeit?

In diesem Kurs wirst Du – ausgehend von Deinen eigenen Fotografien und von Anregungen aus der Kunstgeschichte – Portraits in verschiedenen Techniken herstellen.

Du wirst Fotos überzeichnen, übermalen und damit collagieren. Hier kannst Du lernen, wie viele verschiedene Möglichkeiten in einem Foto stecken, seine Aussage und Wirkung zu verändern.