

Angebotene Kurse Haus Wald und Wiese sowie Jahrgänge 10

SPORT

Running (Bewegungsfeld 1: Laufen, springen, werfen, stoßen)

In diesem Kurs wollen wir uns die allgemeinen Grundlagen des Laufsports erarbeiten. Running boomt und Berliner Laufveranstaltungen verzeichnen immer neue Teilnahmerekorde. Doch was macht die Leidenschaft am entspannten Laufen aus? Wir werden die verschiedenen Methoden des Lauftrainings kennenlernen. Auch die Kraft-, Stabilisations- und Beweglichkeitsübungen werden geschult. Ziel ist die Teilnahme an einem gemeinsamen 5km-Lauf.

Volleyball I (Bewegungsfeld 2: Spiele)

Du hast Lust deine Volleyballskills zu verbessern und mehr über die Technik und Taktik der Sportart zu lernen? Dann bist du in diesem Sportkurs genau richtig. Wir widmen uns gemeinsam den grundlegenden Techniken und Regeln und wollen neben Theorieexkursen vor allem durch spielerische Elemente eure Technik und Spielfähigkeit verbessern.

Volleyball II – für Fortgeschrittene (Bewegungsfeld 2: Spiele)

Du bringst Volleyballerfahrung mit? Du hast zum Beispiel schon einen Volleyballkurs gemacht oder im Sportverein Volleyball gespielt? Das obere Zuspiel über deinem Kopf gelingt dir schon öfter und deine Aufschläge gehen in der Regel über das Netz ins Feld? Dann ist dieser Kurs eine tolle Ergänzung. In diesem Kurs werden wir die Grundtechniken weiter verbessern, die Regeln auffrischen und mit ersten Spieltaktiken (Laufwege, Aufstellung) beginnen.

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.

Floorball in der MSH (Bewegungsfeld 2: Spiele)

Du hast Lust eine neue Mannschaftssportart kennenzulernen? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig! Gemeinsam erarbeiten wir uns die wichtigsten Grundlagen des Floorballs in technischer, taktischer und konditioneller Hinsicht. Auch die grundlegenden Regeln des Spiels werden vermittelt, so dass du keine speziellen Vorkenntnisse mitbringen musst. Alles was du brauchst ist Freude am Ballsport und etwas Neugier auf diesen Sport, der Mädchen und Jungen in gleicher Weise begeistert. Folgende Kursschwerpunkte sind geplant:

- Vermittlung allgemeiner und hockeyspezifischer Spielfähigkeit
- Entwicklung grundlegender technischer Fertigkeiten
- taktisches mannschaftsbezogenes Handeln
- Spielübersicht und Antizipation im Spiel
- Regel- und Materialkunde
- Organisation von Spielvarianten
- Spezifische Techniks Schulung (Schlenzen, Dribbling mit Finten, Torschuss, Bandenspiel, Herausspielen des Balls, Stoppen)
- Erkennen und Bewerten von Gefahrensituationen
- Ausgleichsgymnastik, Konditionstraining, Übungen zur Körperstabilität

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

In diesem Kurs finden wir in der Turnhalle, aber auch im urbanen Umfeld Sportmöglichkeiten und testen diese aus. Dabei verbinden wir Elemente verschiedener Trainingsformen.

Ihr findet heraus, welche Übungen im Freien oder in der Turnhalle 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 jeweils als intensives Zirkeltraining statt und ihr lernt immer neue Übungen kennen, um am Ende des Kurses euren eigenen Übungsplan erstellen zu können, der möglichst alle Muskelgruppen beansprucht. Dieser Kurs ist für alle Kinder und Jugendlichen gleichermaßen geeignet, da alle auf ihrem jeweiligen Niveau üben und trainieren 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.

Akrobatik (Bewegungsfeld 5 – Bewegung gestalten und darstellen)

Kraft, Beweglichkeit, Körperspannung, Gleichgewicht, Konzentration, Kooperation und Vertrauen sind die Grundlagen, die in diesem Kurs geschult werden, um sich akrobatisch in Partner- und Gruppenarbeit auszudrücken. Ihr lernt wichtige Griff- und Stützarten, Sicherheitsstellungen und an welchen Stellen man den Körper gesund belasten kann. Aus der Vielfalt von akrobatischen Figuren und Bewegungsformen werdet ihr sowohl eine 2er-Kür als auch eine Gruppenkür erarbeiten und präsentieren, in der auch gern Musik und Requisiten zum Einsatz kommen dürfen! Der Kurs findet in der Max-Schmeling-Halle statt.

Tanzen (Bewegungsfeld 5 – Bewegung gestalten und darstellen)

In diesem Kurs werdet ihr die Basics einiger Standard- und Lateintänze, wie z.B. Langsamer Walzer, Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive oder auch Disco-Fox erlernen. Neben den Grundsritten werden wir auf die unterschiedlichen Charaktere und die verschiedenen Rhythmen der einzelnen Tänze eingehen. Der Fokus des Kurses liegt darauf, dass ihr Freude am Tanzen habt und dabei gleichzeitig euer Körpergefühl, die Koordination, die Beweglichkeit, die Kondition und das Rhythmusgefühl schult.

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 Schwimm- und Sprunghalle (SSE) an der Landsberger Allee statt.

MUSIK

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.

Theater

Auf der Bühne Theaterspielen- das wollen wir, ein Stück machen und es präsentieren! Und zuvor einen längeren Weg gehen: uns als Gruppe finden, Spiele machen, unsere Wahrnehmung schulen, uns gegenseitig aufwecken, Impulse zuwerfen, den Raum ergründen, Begegnungen schaffen, uns gegenseitig kennenlernen, provozieren, gemeinsam lachen, tanzen, herumspinnen, improvisieren, Situationen und Geschichten erfinden, singen, Rhythmen probieren, Grenzen austesten, sich selbst herausfordern, die anderen herausfordern und immer die Frage umkreisen: was wollen wir erzählen und durch welche Mittel können wir es so ausdrücken, dass es andere berührt. Was du mitbringst: Lust auf Theater, etwas Mut, Neugierde auf dich selbst und auf die anderen.

Popband

Willst du lernen und verstehen, wie dein Lieblingslied von Anfang bis Ende aufgebaut ist? Was die Struktur und das Arrangement ist, wie die Melodie sich entwickelt und welche Akkorde benutzt werden?

In diesem Kurs kannst du wählen, ob du Schlagzeug, Bass, Gitarre, Klavier spielen oder singen willst, sodass du deine persönlichen musikalischen Neigungen entdecken und entwickeln kannst. Wir werden Pop Lieder anhören, analysieren, neu arrangieren und lernen. Am Ende, wenn wir uns sicher fühlen, nehmen wir das Lied in Ableton Live auf.

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 kann, 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 Mikrofon rappen oder singen. Schließlich wirst du Informationen zur Rechtslage und zur Geschichte der Straßenmusik im Prenzlauer Berg bekommen.

Entwicklungen der Rock- und Popmusik von ca. 1900 bis heute

Im Laufe des Kurses wollen wir einen Stammbaum der Rock- und Popmusik erstellen und mit Informationen und Klängen füllen. Wer beeinflusste wen? Welche Merkmale zeichnen die unterschiedlichen Musikstile aus? Welche Genres gibt es? Wer sind typische Vertreter*innen der Musikrichtungen?

Natürlich wollen wir zu einigen exemplarischen Hits auch selbst musizieren und dabei nicht nur eure Notenkenntnis erweitern/anwenden, sondern auch einen Einblick in die Harmonielehre bekommen.

BILDENDE KUNST

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.

Collage

Ausgehend vom Kubismus (Picasso, Braque), der für die Anfänge dieser Technik steht, beschäftigen wir uns in diesem Kurs damit, aus Fotos, Postkarten, Zeitungsausschnitten usw. die reale Welt mit der fiktiven zu verbinden. Es wird geklebt, es wird übermalt, es wird wieder abgerissen (Decollage). Buchstaben, Wörter, Satzketten aus eigenen Texten, fremden Liedern – alles kann eingebaut werden, um eure Gedankenwelt in Beziehung zur Realität zu setzen und somit ein neues Ganzes zu schaffen – denn wie sagte der amerikanische Künstler Robert Rauschenberg: „Ich bin der Meinung, daß ein Bild wirklicher ist, wenn es aus Teilen der wirklichen Welt gemacht ist.“

Ich erwarte von den Teilnehmer:innen die Bereitschaft, viel Collagematerial selbst mitzubringen: Landkarten, Modemagazine, Fotos, Tapeten- und Stoffreste, Wolle, Draht usw.

Meine Bildzitate der Kunstgeschichte

Schon immer haben Künstlerinnen und Künstler Werke kopiert, um sich Techniken und Fertigkeiten, aber auch die Weltsicht des Vorbildes anzueignen.

In dem Kurs "Meine Bildzitate der Kunstgeschichte" hast du die Gelegenheit durch Nachahmung der bekannten Kunstwerke neue Ideen und Botschaften mit einfließen zu lassen und deine neu entstandenen Werke ins jetzige Zeitalter zu transportieren.

Mittels Techniken wie zum Beispiel Collage, Malerei, Zeichnung und Fotografie werden wir die Kunstgeschichte neu erzählen.

Comics machen!

Die meisten von uns lieben Geschichten. Wir werden in diesem Kurs Geschichten ausdenken, verändern, weitererzählen 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.

Die surrealistische Wohnung

In Träumen sind wir mit einer Bildwelt konfrontiert, die sich von der alltäglichen Wirklichkeit grundsätzlich unterscheidet. Räume, Personen und Ereignisse passen oft nicht zusammen; manchmal ereignen sich unrealistische Handlungen.

Wir werden mit Farbe, und anderem Material surrealistische Bilder entwickeln und der Überraschung die Tür öffnen.

Kreatives Malen und Schreiben (creative drawing & writing)

Malen und Schreiben sind zwei kreative Kunstformen, die wir in diesem Kurs spielerisch miteinander verknüpfen werden. In kleinen Workshops werden wir uns mit dem freien Schreiben und dem intuitiven Malen + Zeichnen beschäftigen. Mal wird das Schreiben das Malen inspirieren – und auch umgekehrt. Diese Technik hilft, die eigenen Fähigkeiten frei und intensiv auszuprobieren – und auszufeilen.