

Klasse 7 – 2019/2020 – 1. Halbjahr

SPORT / SPIEL

1. Yoga for teens

Kennst du den Krieger in dir?

Mit Yoga kannst du ihn entdecken. Du wirst stärker, beweglicher, aber auch ruhiger und konzentrierter. Der „Krieger“ ist dabei nur eine der vielen Körperhaltungen, den sogenannten Asanas, die wir Schritt für Schritt kennenlernen werden. Schließlich mündet eine Abfolge der Körperhaltungen in einer ganzen Reihe, z. B. den Sonnengruß. Gerne können wir auch kleine Entspannungsgeschichten vor und/oder nach jeder Einheit hören.

Du brauchst keine Vorerfahrung. Wir gehen langsam vor. Perfektion ist nicht das Ziel von Yoga, ganz im Gegenteil. Es geht darum, sich selbst kennenzulernen und sich wohlfühlen. Dazu ist bequeme Kleidung empfehlenswert, die am Bauch nicht zu eng ist. Weiterhin brauchst du eine kleine Matte, die du leicht zusammenrollen kannst, damit wir sie in der Schule aufbewahren können und du sie nicht jedes Mal in die Schule mitbringen musst. Am wichtigsten ist, dass du Spaß mitbringst, und die Freude, etwas Neues und Gutes für dich zu entdecken!

Leitung: Frau Jurican

KUNST / KREATIVITÄT

2. Perspektivisches Zeichnen

„Zeichne das, was Du siehst und nicht das, was Du kennst!“, ist der Leitgedanke, der sich als roter Faden durch diesen Zeichenkurs ziehen wird.

Die Kunst, den Zauber der Tiefenwirkung auf einem Blatt Papier entstehen zu lassen, ist etwas, mit dem viele Schüler und junge Künstler anfangs ihre Probleme haben. Doch das ist selten ein Mangel an Talent.

Perspektivisch zu zeichnen erfordert eine spezielle, erlernbare Wahrnehmung des Gesehenen. In diesem Kurs geht es darum, das richtige Sehen zu schulen und unter Erprobung unterschiedlicher zeichnerischer Herangehensweisen kleine, magische Kunstwerke entstehen zu lassen.

Leitung: Frau Hartlieb

3. Pen & Paper Rollenspiele

Kreiert eure eigenen Abenteuer, besteht gemeinsam Gefahren, löst Rätsel und erreicht eure Ziele. Und das alles mit Stift, Papier und Würfeln.

Darum geht es: In den „Pen & Paper“-Rollenspielen schlüpft ihr in die Haut fiktiver Figuren und erlebt gemeinsam Abenteuer. Ihr bestimmt die Geschichte, das Szenario und die Ereignisse. Ihr trefft auf finstere Gestalten und verzwickte Rätsel – nur durch gemeinsames, cleveres Vorgehen könnt ihr bestehen. Im Vordergrund steht immer eine spannende Geschichte, deren Setting und Ablauf ihr selbst bestimmen könnt!

Leitung: Herr Büning

4. Selbermachen ist cool!

Cooler DIY-Projekte für Girls! Selber kaufen? Langweilig. Aber coole Sachen für sich oder die allerbeste Freundin selber machen, das macht richtig Spaß! Eine stylische Handy-Hülle, ein Organizer, bunte Deko, selbstgebastelte Pinnwände, individuelle Kissenhüllen, trendige Accessoires oder ein Hingucker für das eigene Zimmer selber machen!?

Das kannst Du alles hier machen und dabei Deiner Kreativität freien Lauf lassen. Nebenbei lernst Du verschiedene Stoffe, Materialien und Stiche kennen, lernst, wie Du mit einer Nähmaschine umgehst und hast viel Spaß beim Selbergestalten. Schon bald kannst Du Dein erstes Meisterwerk stolz bestaunen.

Stoffe, Garne, Utensilien, Nadeln, etc. mit denen Du arbeitest, müssen selbst besorgt werden. Die entstandenen Kosten für weitere Utensilien, wie Filz, Füllwatte, Volumenvlies, Deko-Vlies, etc. werden am Ende des Halbjahres auf alle umgelegt und eingesammelt.

Leitung: Frau von Detten



5. Naturkosmetik und Kalligrafie

Du liebst **Kosmetik, Natur und Kreativität**? Du möchtest gerne, dass sich diese Leidenschaften nicht ausschließen? Dann bist du hier genau richtig.

Viele Kosmetika lassen sich selbst „zubereiten“ – ganz ohne Chemiebaukasten. Wie? Das lernst und erfährst Du in diesem Neigungskurs.

Wir werden gemeinsam über die Ursprünge der Kosmetik sprechen, in die Natur gehen und gemeinsam ganz individuelle Produkte herstellen. Derart mit Liebe hergestellte Kunstwerke verdienen es natürlich auch, dass sie schön aufgemacht werden. Dafür kannst Du in diesem Kurs die Kunst der Kalligrafie erlernen, sodass die Etiketten umso schöner werden. Davon abgesehen werden wir gemeinsam an der Erstellung eines *Bullet Journals* arbeiten, das Deine ganz individuellen Interessen widerspiegelt. Hier benötigst Du keinerlei Vorkenntnisse, nur Dein Interesse daran, Neues zu erkunden und anzuprobieren ist gefragt.

Leitung: Frau Schmadtke

TECHNIK / WISSENSCHAFT

6 Abenteuer Helfen – Helfende Hände statt fliegender Fäuste

Sicherlich habt ihr euch schon selber mal verletzt oder einer eurer Freunde brauchte dringend ärztliche Hilfe. Diese Notfallsituationen sollen für Euch kein reines Abenteuer bleiben. Deshalb sollt ihr in dieser Neigungsgruppe lernen, selber tatkräftig mit “ Erster Hilfe“ zu helfen.

Leitung: Frau Kemper