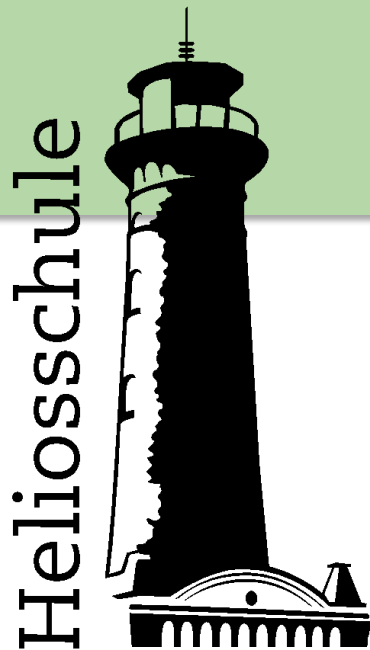


Werkstattband 1

Dienstag 8:15 - 10:30 Uhr

Achtung!
WP!
Hier wird nichts gewählt!



Werkstattband 2

Donnerstag 13:30 - 15:15 Uhr

**Wahl der
Sportwerkstätten!**

New Games - Endzonenspiele



Kurzbeschreibung

Wir erlernen die Endzonenspiele Ultimate Frisbee und American Football. Im Zentrum stehen die Techniken und Strategien in den beiden Sportarten. Vor allem der Teamgeist und Strategien sollen hier im Vordergrund stehen.

Kompetenzen (Heliosplan):

Ich kann die
Techniken der
Sportart.

Ich kann mich
selbst
zurücknehmen
und der
Mannschaft
helfen.

Ich kann
Strategien
entwerfen,
Vor- und
Nachteile
benennen.

Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde



Kurzbeschreibung

Wir arbeiten an unserer Technik und verbessern das Dribbling, Passen und Werfen. Wir entwickeln im Team verschiedene Taktiken und testen diese im Spiel.

Kompetenzen (Heliosplan):

Ich kann im Team fair miteinander spielen.

Ich kann taktisches Verhalten in verschiedenen Spielsituationen situationsgemäß ändern.

Ich kann Grundfähigkeiten des Dribbelns, Passens und des Positionswurfs demonstrieren.

Ich kann die Grundfähigkeiten auf fortgeschrittenem Niveau im Spiel anwenden.

Zeugnis	
—	2
—	1
—	3
—	2
—	4

Arde



Werkstatt Yoga



Wir **Diese Werkstattzeit gehört dir!**

In dieser **Ruhepause** erhältst du die Gelegenheit, verschiedene **Strategien und Übungen** zu erproben, die deine innere Balance stärken.

Dabei lernst du das Prinzip der **Achtsamkeit** kennen und übst es in deinem Alltag anzuwenden.

Kompetenzen (Heliosplan):

Ich lerne
Achtsamkeit
kennen.

Ich erprobe
Strategien
und Übungen
der
Achtsamkeit.

Ich setze
Achtsamkeit
in meinem
Helios-Alltag
ein.

Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde

Benotete Sport - Werkstatt



Werkstatt

Fitness und Gesundheit



Kurzbeschreibung

Du hast Lust herauszufinden was Fitness bedeutet und man Fitness trainieren kann?

In dieser Werkstatt erfährst du was zum Beispiel deine Ernährung oder dein Pulsschlag mit Fitness zutun hat und trainierst Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Schnelligkeit.

Kompetenzen (Heliosplan):

Ich beschäftige mich mit den verschiedenen Aspekten von Fitness.

Ich messe meinen Puls in unterschiedlichen Belastungen.

Ich trainiere in den fünf Grundfähigkeiten des Sports.

Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde

Benotete Sport - Werkstatt



Kurzbeschreibung

Wir spielen Badminton, lernen die richtige Technik und wenden clevere Spieltaktiken im Einzel und Doppel an. Außerdem lernen wir verschiedene Turnierformen kennen und organisieren selbstständig eigene Turniere.

Kompetenzen (Heliosplan):

Ich kann
Turniere für
größere
Gruppen im
Badminton
organisieren.

Ich kann fair mit
und gegen einen
Partner
Badminton
spielen.

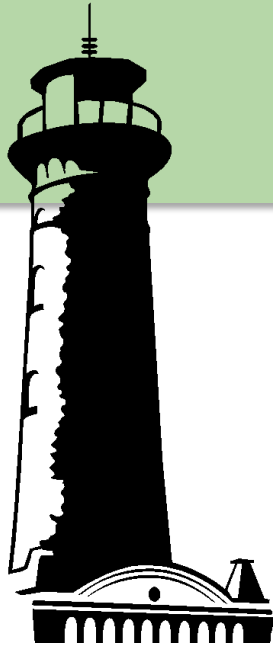
Ich kann
Schlagtechniken
und Spieltaktiken
im Badminton
anwenden

Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde

Heliosschule



Werkstattband 3

Freitag 08:00 - 9:15 Uhr

Forschungsprojekt- (Selbst-) Lernzeit



Kurzbeschreibung

Was hilft euch in der Lernzeit beim Lernen und was eher nicht. In dieser Werkstatt könnt ihr darüber diskutieren. In Kooperation mit der Uni, entwickelt ihr euren eigenen Fragebogen, um die Lernzeit zu evaluieren.

Kompetenzen (Heliosplan):

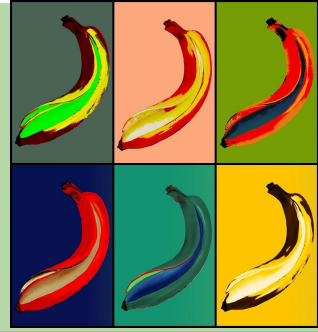
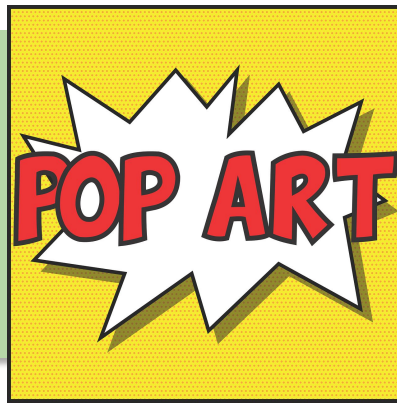
Ich kann einen Fragebogen erstellen.

Ich kann neue Ideen für die Lernzeit einbringen.

Ich kann reflektieren, was mir beim Lernen hilft.



Werkstatt Pop Art



Kurzbeschreibung

Wir werden Expert:innen für Pop Art und setzen uns theoretisch und insbesondere praktisch mit der Kunstrichtung auseinander.

Kompetenzen (Heliosplan):

Ich kenne mich mit Pop Art aus (Merkmale, berühmte Kunstwerke, zeitlicher Kontext...)

Ich kann analog und digital Pop Art-Kunst gestalten.

Ich kann ein Biopic (=biografischen Film) über eine:n Pop Art-Künstler:in drehen.

Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde

Benotete Kunst - Werkstatt



Werkstatt

Wir erobern Räume

Kurzbeschreibung

Orte erzählen viel über die Menschen die sie besuchen. Die Schule ist ein Ort, der für dich geschaffen wird.

Lasst uns gemeinsam den Standort Wassermann erkunden, ihn künstlerisch beleben und erobern. Lasst uns auf eine künstlerische Weise zeigen, welche Menschen Teil der Helios sind. Deine Ideen und Visionen sind willkommen.

Kompetenzen (Heliosplan):

Wir sprechen über unsere Arbeiten, reflektieren sie und entwickeln sie weiter.

Wir lernen Techniken und Gestaltungen aus z.B. der Zeichnung, Collage oder dem Street Art kennen.

Wir entwickeln gemeinsam ein Projekt für den Standort Wassermann.

Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde

Benotete Kunst - Werkstatt



Werkstatt

Shorts - Kurz-Filme



Kurzbeschreibung

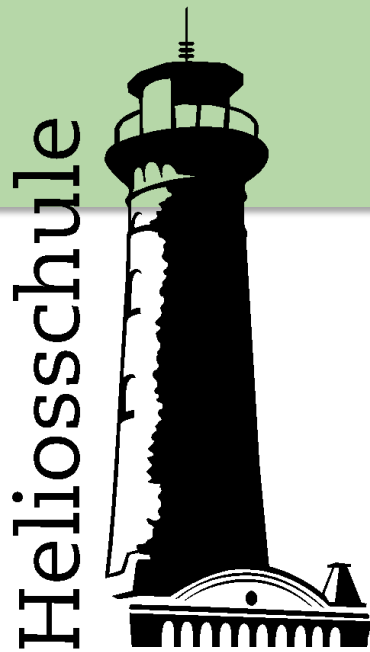
Du filmst mit dem iPad kurze Filme aus dem Schulalltag oder eigene Szenen. Dabei lernst du die Mittel des Films kennen. Du übst sie in deinen Kurzfilmen zu benutzen.

Kompetenzen (Heliosplan):

Wir lernen
eigene
Kurzfilme
vorbereiten
und
aufzunehmen.

Wir lernen
Grundlagen
und Technik
von Filmen.

Wir lernen
einen auf
dem iPad
Filme zu
schneiden.



Werkstattband 4

Freitag 9:15 - 10:30 Uhr



Werkstatt

Kunst - Räume erforschen

Kurzbeschreibung

An welchen Orten findest du Kunst? Wo und wie kannst du selber künstlerisch tätig werden? Welche Kunstwerke und künstlerische Verfahren kennst du und magst du? Wir tauschen uns aus, erforschen Räume und erproben künstlerische Verfahren.

Kompetenzen (Heliosplan):

Ich kann
gemeinsam
mit anderen
Bilder
erschaffen

Ich kenne
Berufe mit
künstlerischer
Ausbildung

Ich kann ein
Kunstwerk
verstehen,
verändern
und weiter
gestalten.

Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde

Benotete Kunst - Werkstatt



Kurzbeschreibung

Ein Faden - unendlich viele Möglichkeiten. In der Fadenwerkstatt bearbeiten wir Fäden aller Art mit verschiedensten Techniken. Binden, Wickeln, Häkeln, Stricken...

Hast du Wollreste zu Hause? Bring sie gerne mit!

Kompetenzen (Heliosplan):

Ich kann
Fadenbilder
herstellen.

Ich kann eine
neue Technik
lernen.

Ich kann aus
einem Faden
z. B. eine
Tasche
machen.





Kurzbeschreibung

Hunderte goldene Stolpersteine gehören heute zu unserem Stadtbild und erinnern an die Opfer des Nationalsozialismus in Köln. Wir recherchieren die Lebensgeschichten dieser Menschen und präsentieren sie in der *Stolpersteine App* des WDR.

Kompetenzen

Ich kann die individuellen Geschichten hinter den Stolpersteinen recherchieren.

Ich kann mich über die Kölner Stolpersteine informieren.

Ich kann die entdeckten Lebensgeschichten in der App präsentieren, zum Beispiel in einem Text oder einer *graphic novel*.



Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde



Kurzbeschreibung

Welche Kreaturen brauchen wir und die Welt heute? Wir lernen Kreaturen aus der Kunst und unterschiedlichen Kulturen kennen. Dabei werden wir unsere eigenen Kreaturen künstlerisch erschaffen.

Kompetenzen (Heliosplan):

Wir betrachten Werke, lesen Texte und sprechen darüber.

Wir lernen Methoden, Techniken und Materialien aus z.B. der Zeichnung, Collage kennen.

Wir entwickeln eigene fantasievolle Kreaturen und präsentieren sie.

Zeugnis

— 2
— 1
— 3
— 2
— 4

Arde