



Werkstattband 2

Dienstag 11:15 - 12:45 Uhr

**Wahl der
Sportwerkstätten!**

Kurzbeschreibung

Wir lernen neue spielerische Fertigkeiten/Fähigkeiten kennen und wenden sie im Spiel an. Wir haben hoffentlich viel Spaß und wissen nach der Werkstatt, dass es nicht nur Fußball als Ballsportart gibt ;-)

Kompetenzen :

Ich lerne im Team zu spielen.

Ich lerne mit Siegen und Niederlagen umzugehen.

Ich lerne einen respektvollen Umgang im Sport kennen.



Kurzbeschreibung

Wir Lernen das Fahrrad als Sportgerät kennen. Dabei werden wir uns mit verschiedenen Radsportarten befassen und einige davon auch ausprobieren.

Wichtig: Für diese Werkstatt wird ein Fahrrad und ein Helm benötigt.

Kompetenzen (Heliosplan) :

Ich kann verschiedene Radsportarten ausüben und mich regelbewusst mit anderen messen.

Ich lerne verschiedene Radsportarten kennen.

Ich erweiterte meine Kenntnisse und Fähigkeiten in Bezug auf das Fahrrad als Freizeit- und Sportgerät.

Kurzbeschreibung

Hast du Lust deine Fitness zu verbessern und dabei die Möglichkeiten zu testen, wie verschiedene Geräte in der Sporthalle dafür genutzt werden können? Dann bist du hier genau richtig. In dieser Werkstatt wirst du deine Kraft, Ausdauer, Koordination, Schnelligkeit und Beweglichkeit mit und ohne Geräte verbessern.

Kompetenzen (Heliosplan) :

Ich kann meine Leistungsfähigkeit in den Bereichen Kraft, Ausdauer, Koordination, Schnelligkeit und Beweglichkeit entsprechend meiner Voraussetzungen weiterentwickeln und zeigen.

Ich kann ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien leiten.

Ich kann gesundheitlich vertretbare und fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen.

Ich kann mein eigenes Training planen und durchführen.



Werkstatt **Handball**

Kurzbeschreibung

Schritt für Schritt zum Handballspiel:

Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Teamgeist

Dieses trainieren wir und erleben gemeinsam eine dynamische und schnelle Mannschaftssportart.

Kompetenzen :

**Wir spielen fair
und arbeiten
im Team.**

**Wir trainieren
Kraft,
Ausdauer,
Schnelligkeit
und Teamgeist .**

**Wir lernen
passen,
prellen und
fangen.**



Werkstatt

Badminton

Federball kann jede(r)-
hier lernst du Badminton

**Du lernst
verschiedene
Techniken des
Badmintonspiels**

**Du lernst
Taktiken im
Spiel kennen
und bringst
deine
Gegnern*in ins
Schwitzen**

**Du spielst zu
zweit und zu
viert, mit- und
gegeneinander**



Werkstattband 4

Mittwoch 13:45 - 15:15 Uhr

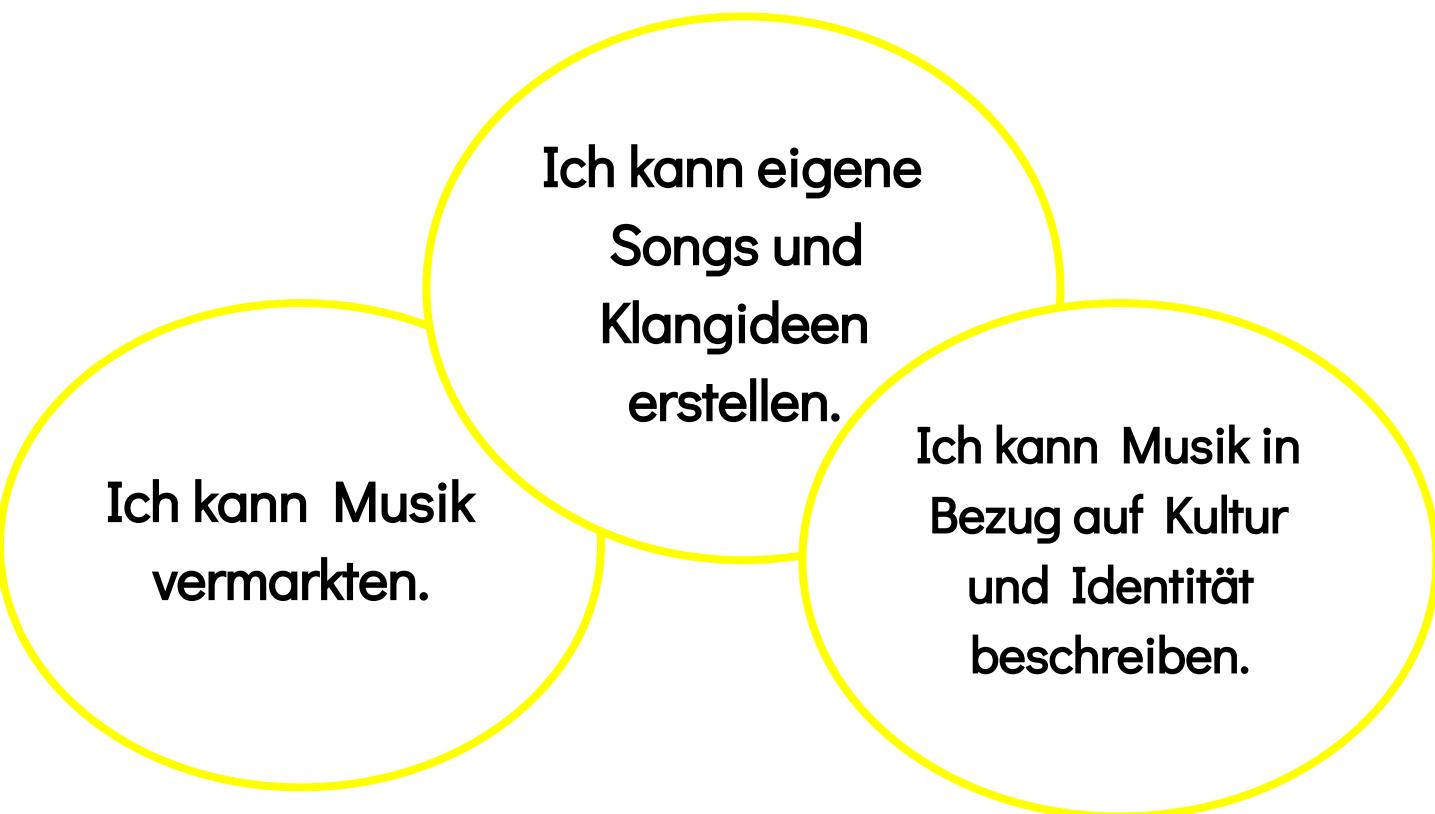
**Wahl der
Kunst-/Musikwerkstätten!**

Wie funktioniert Musikbusiness?

Kurzbeschreibung

Wir schauen, wie Musik als Geschäft funktioniert und was sie für Kultur und Identität bedeutet. Dazu machen wir eigene kreative Produkte, wie Songs und spielen auf Instrumenten.

Kompetenzen (Heliosplan) :





Werkstatt

Gesichter

Kurzbeschreibung

Wir beschäftigen uns mit dem Gesicht. Dabei blicken wir in die Kunstgeschichte und lassen uns inspirieren. Was kann ich über mein Gesicht ausdrücken? Wie unterschiedlich kann ich mich zeigen? Welche Masken trage ich? Wir malen und gestalten.

Kompetenzen (Heliosplan) :

Ich kann Farbkontraste unterscheiden.

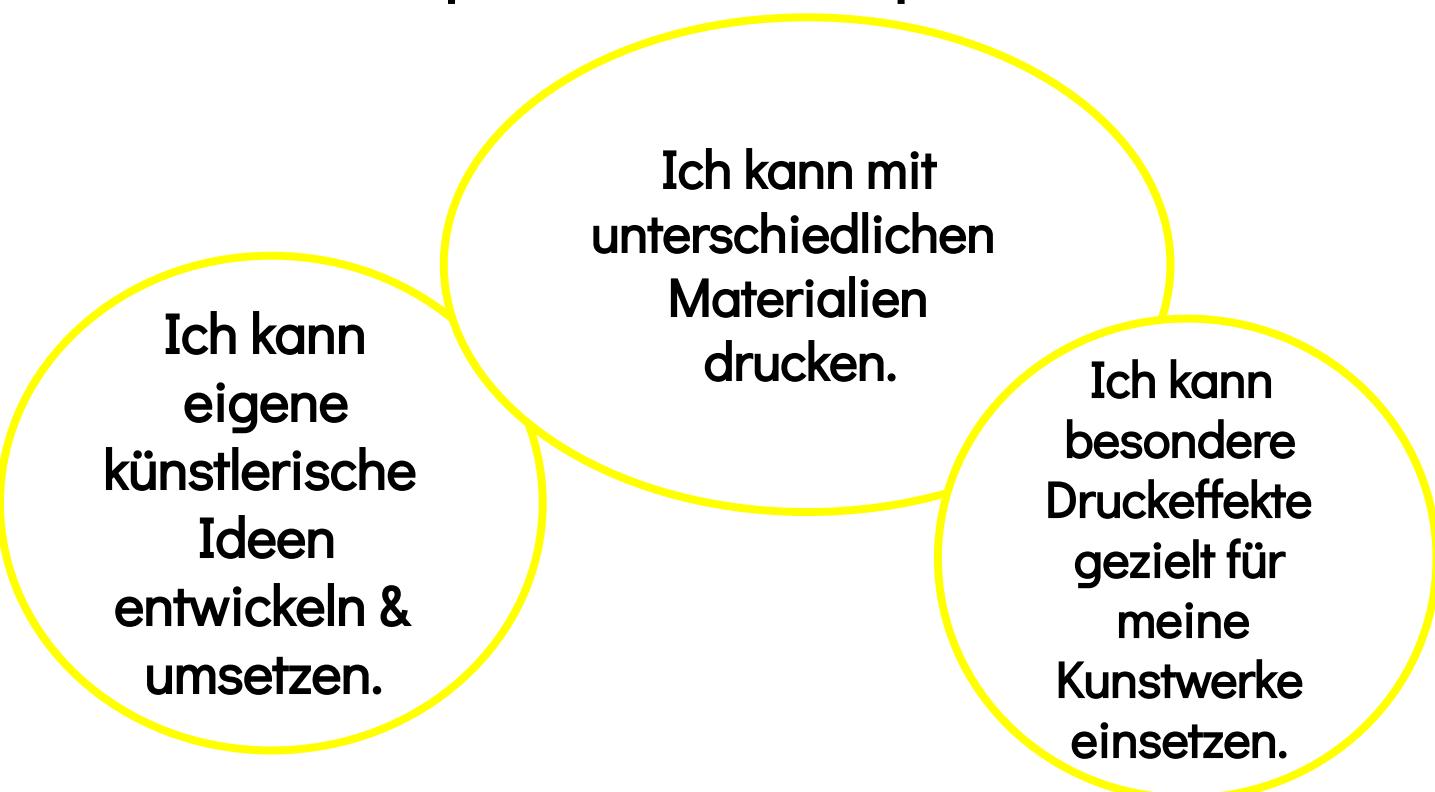
Ich kann mich auf unterschiedliche Weisen darstellen.

Ich lerne die Proportionen eines Gesichtes kennen.

Kurzbeschreibung

Gemeinsam erforschen wir die große Vielfalt der Drucktechniken, um damit kreative und einzigartige Kunstwerke zu gestalten.

Kompetenzen (Heliosplan) :



Ich kann mit unterschiedlichen Materialien drucken.

Ich kann eigene künstlerische Ideen entwickeln & umsetzen.

Ich kann besondere Druckeffekte gezielt für meine Kunstwerke einsetzen.



Kurzbeschreibung

Wir werden Schritt für Schritt mit Mund, Stimme und Atem komplette Beats und Schlagzeugrhythmen aus Pop, Rock und Hip-Hop erzeugen. Keine Vorkenntnisse notwendig.

Kompetenzen (Heliosplan) :

**Ich kann
Basic
Beatbox-
Sounds
realisieren.**

**Ich kann
Beats aus
Pop, Rock
und Hip-Hop
realisieren.**

**Ich kann
Rhythmen in
Beatbox-Notat
ion lesen und
schreiben.**

Kurzbeschreibung

Zwischen Fake News, Fakes, Cancel Culture, Verschwörungen, Algorithmen, Datenkontrolle und der Psychologie der Likes,... Fällt es dir öfters schwer Fakes zu erkennen? Kommst du manchmal aus deiner Bubble nicht mehr raus? Lässt du dich öfters beeinflussen von Trends, Likes und Meinungen? Mit unserer Werkstatt von der Uni wirst zum Medienhai! Du lernst Tricks und Absichten in Sozialen Medien zu durchschauen und bekommst Tipps, wie du dich im Netz noch selbstbestimmter bewegen kannst.

Kompetenzen (Heliosplan) :

