

# (Film-)Szenen spielen und drehen



## In dem 4-stündigen WPK wollen wir...

- ...in verschiedene Rollen schlüpfen
- ...lernen, wie wir durch unsere Stimme, unseren Körper und verschiedene Techniken Geschichten erzählen und Dinge darstellen können
- ...uns mit Filmtechniken, Räumen und Licht sowie deren Wirkung auseinandersetzen
- ...lernen, wie wir Filme samt Ton, Musik und Effekten bearbeiten können
- ...Szenen und ganze Drehbücher verfassen
- ...unsere eigenen Filme produzieren und damit an Wettbewerben teilnehmen

## Voraussetzungen:

- Du brauchst weder Erfahrungen im Schauspiel noch beim Filme drehen
- Du brauchst Lust, dich auf der Bühne auszuprobieren (sehr wichtig!)
- Du brauchst ein Interesse für technische Dinge
- Du brauchst Kreativität und Motivation

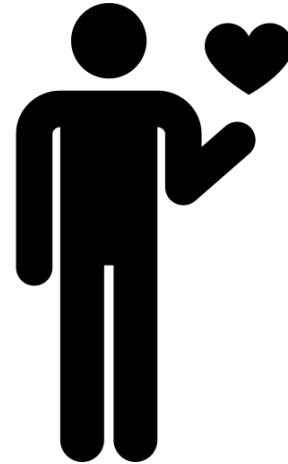
## Bewertungsgrundlage:

- 1 Lernkontrolle und 1 Produktbewertung pro Halbjahr
- Aktive Mitarbeit in den Kursstunden

# Fit 4 Life

Wir beschäftigen uns in diesem vierstündigen Wahlpflichtkurs mit dem Wissen um den eigenen Körper und mit Eigenverantwortung und Selbstständigkeit. Gleichzeitig werden wir uns auch mit Berufen zu den einzelnen Themen beschäftigen.

Folgende Themen sind geplant und können nach euren Wünschen erweitert werden:



## Wissen um den eigenen Körper - Wellness:

- Organsysteme des Menschen
- Hormone und Nervensystem
- Krankheit, Gesundheit und Pflege
- körperliche und geistige Entwicklung und Veränderungen,
- Gesunde und ungesunde Ernährung
- Entspannung und Sport
- Pflege- und Gesundheitsberufe

## Eigenverantwortung und Selbstständigkeit:

- Ausbildungsberufe und Studiengänge
- Deine Interessen und Stärken, angemessenes Verhalten bei und Training von Vorstellungsgesprächen, Ausbildungsangebote im Landkreis Schaumburg
- Der erste eigene Haushalt: Werbung und Einkauf, Haushaltsplan, Miete und Nebenkosten, Versicherungen, Steuern und Sozialversicherungen, Unterstützungssysteme, Kostenfallen: Handyverträge, Ratenzahlungen
- Lebenspraktischer Unterricht: Nutzung von Werkzeugen, Renovieren und Reparieren, Kosten planen, Verständnis für Bauanleitungen
- Gefahren durch digitale Medien und im Internet
- Künstliche Intelligenz

## Bewertungsgrundlagen:

Aktive Mitarbeit im Unterricht, Vorträge, Erklärvideos erstellen, Praktika, Lernkontrollen

# WPK - Technik

In diesem 4-stündigen WPK steht die Technik mit den Schwerpunkten:

- **Bautechnik/ Haustechnik**
- **Technisches Zeichnen**
- **Regenerative Energie**
- **Metall-, Kunststoff- und Holzverarbeitung**  
(Werkstoffeigenschaften und –verhalten werden untersucht und bei der Fertigung verschiedener Produkte gezielt eingesetzt.)
- **Bauen von Fortbewegungsmitteln mit einer ungewohnten Energiequelle**
- **Messen - Steuern – Regeln**  
Bau und Programmierung von LEGO-Robotern  
Es werden Roboter gebaut, die bestimmte Aufgaben erledigen können. Beispielsweise können sie Hindernissen ausweichen, einer Linie folgen, durch ein Labyrinth fahren oder einfach nur ein lockeres Ballett vorführen.

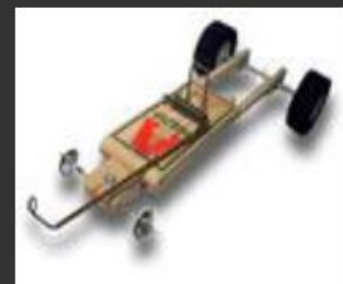
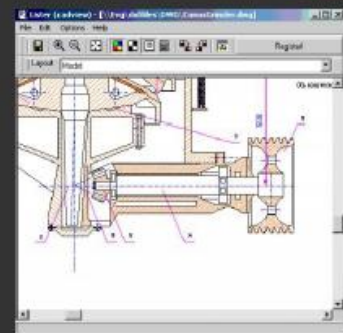
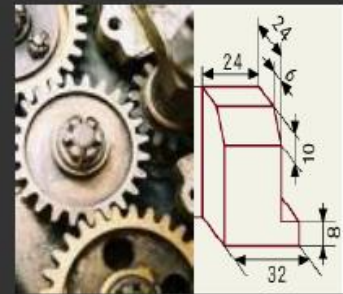
## Voraussetzungen:

Die Teilnehmer\*innen müssen Interesse an praktischer, aber auch planvoller Werkstattarbeit haben. Da die erstellten Produkte in den Besitz der Schülerinnen oder Schüler übergehen, müssen die Materialkosten getragen werden.

## Bewertungsgrundlagen:

- Eine Leistungskontrolle pro Halbjahr
- Aktive Mitarbeit in den Kursstunden.

Für weitere Fragen stehe ich gerne zu Verfügung.  
*H. Mann*



# WPK SPORT UND ERNÄHRUNG



*Du treibst in deiner Freizeit gerne Sport und wünschst dir mehr Bewegung im Unterricht? Du kochst gerne und würdest auch gerne mal in der Schule kochen? Du interessierst dich für den Zusammenhang von Sport und Ernährung?*

*Dann bist du im WPK Sport und Ernährung genau richtig.*

*Im WPK Sport und Ernährung erhältst du die Möglichkeit, unterschiedliche Sportarten auszuprobieren (z.B. Mountainbiking) und darfst dich mit deinen eigenen Erfahrungen und Fähigkeiten als Sportler\*in aktiv in die Planung einzelner Sportstunden einbringen.*

*Darüber hinaus wirst du einiges über Ernährung erfahren. In der Schulküche wirst du leckere Gerichte kochen und herausfinden, inwiefern du deine sport-liche Leistungsentwicklung durch eine ausgewogene Ernährung unterstützen kannst.*

*In Theorieeinheiten werden wir uns mit Trainings- und Ernährungslehre sowie mit kontroversen Themen wie Doping, Essstörungen und Hochleistungssport befassen.*

*In den Praxiseinheiten werden wir gemeinsam Sport treiben und kochen.*

*Um den Anforderungen des WPK gerecht zu werden, musst du körperlich nicht überdurchschnittlich fit sein, solltest aber grundsätzlich Freude an der Bewegung haben und dazu bereit sein, den Unterricht aktiv mitzugestalten.*



中

WPK China  
und  
Chinesisch

国



Bist du neugierig auf fremde Länder und Lebensweisen?  
Möchtest du etwas über das Leben der Menschen in China erfahren?  
Möchtest du diesen Satz lesen und schreiben können?

## 我学习中文

Was werden wir tun?

- Über dich und deine Hobbys auf Chinesisch sprechen und schreiben lernen
- etwas über China und das Leben der Menschen dort erfahren
- Kalligraphien selbst herstellen
- Chinesische Spiele spielen
- Chinesisches Essen kochen
- etwas über aktuelle Probleme in China erfahren
- mit chinesischen Schüler\*innen sprechen und schreiben (auf Deutsch)
- Musik, Comics, chinesische Feste..
- ...

Weitere Themen sprechen wir gemeinsam ab.

Vielleicht gibt es sogar die Möglichkeit, dass wir Gäste aus China zu bekommen, oder nach China fahren.

(Das ist freiwillig!)



**THE GLOBAL GOALS**

# WPK GLOBALES LERNEN

**„WAS WIR HEUTE TUN, ENTSCHEIDE DARÜBER, WIE DIE WELT  
MORGEN AUSSIEHT.“**

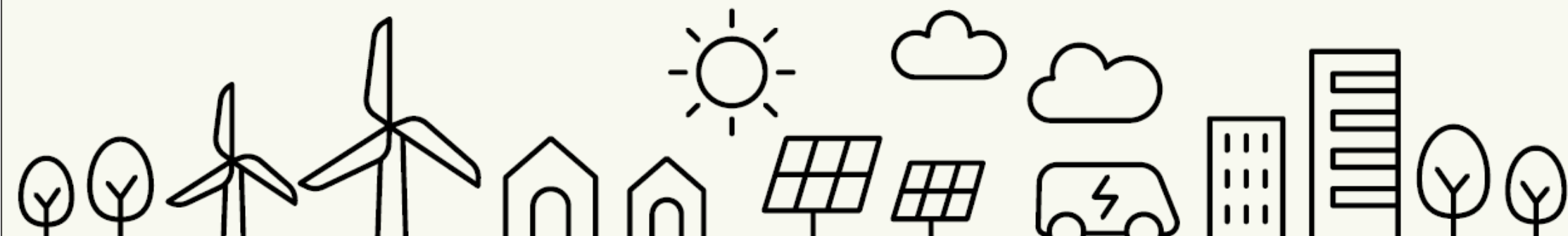
WIR ESSEN SCHOKOLADE, KAUFEN GÜNSTIGE KLEIDUNG, FAHREN MIT DEM AUTO, TRINKEN KAFFEE, NUTZEN SMARTPHONES UND PC. WIR HABEN INZWISCHEN EIN BEWUSSTSEIN DAFÜR, DASS SICH UNSERE (KAUF-)ENTSCHEIDUNGEN AUF DIE UMWELT AUSWIRKEN: MEERE VERSCHMUTZEN UND ERWÄRMEN SICH, SAUBERES WASSER WIRD IMMER KNAPPER UND DAS KLIMA ERWÄRMT SICH.

ABER: WIE HÄNGT DAS ALLES ZUSAMMEN UND WAS HABE ICH ÜBERHAUPT DAMIT ZU TUN?

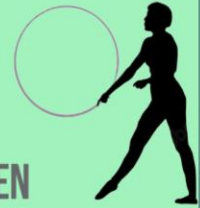


IN DIESEM WPK WERDEN WIR (GLOBALE) PROBLEME UND ZUSAMMENHÄNGE ERKUNDEN, HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN BEWERTEN UND DARAUS EIGENE PROJEKTIDEEN ENTWICKELN UND UMSETZEN.

DABEI KOMMT ES NEBEN DEINEN INTERESSEN AUCH AUF DEINE STÄRKEN AN, DENN IHR WERDET IN DIESEM WPK OFT SELBSTSTÄNDIG ARBEITEN UND EURE ARBEITSERGEBNISSE PRÄSENTIEREN.



# HOOP DANCE UND YOGA



„HOOPEN“ UM DIE HÜFTE KANN JEDER, MIT DEM REIFEN KANNST DU ABER NOCH VIEL MEHR ANSTELLEN: DU HAST LUST TRICKS MIT DEM REIFEN UND KURZE CHOREOGRAFIEN ZU DEINER LIEBLINGSMUSIK ZU LERNEN? HOOP DANCE MACHT NICHT NUR SPASS, MAN HAT AUCH GANZ SCHNELL ERFOLGSERLEBNISSE, AUCH GANZ OHNE VORERFAHRUNG.



**DU FÜHLST DICH ANGESPROCHEN?**



**DANN BIST DU BEI UNS GENAU RICHTIG!**



YOGA IST NICHT NUR „RUMSITZEN“ UND „OHM“ SAGEN. DU WILLST SOWOHL ENTSPANNEN ALS AUCH NEUE ENERGIE BEKOMMEN? POWER DICH AUS BEIM VINYASA YOGA UND ENTSPANNE DICH KOMPLETT BEIM YIN YOGA... YOGA IST EIN GANZHEITLICHES TRAINING FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE!





**WPK Hauswirtschaft (zweistündig)**

# FOODTRENDS & CO

*Wolltest du schon immer mal neue Trends beim Kochen ausprobieren?*

*Haben dich Kochvideos bei YouTube oder Tiktok begeistert?*

*Du liebst auch leckeres Essen und möchtest erfahren, wie man die aktuellen FOODTRENDS umsetzen kann?*

*Dann bist du in diesem WPK genau richtig! Wir wollen...*

- **...aktuelle Foodtrends ausprobieren ( Youtube, Tiktok, Fernsehshows, Zeitschriften)**
- **...Familienrezepte und eigene Rezepte versuchen**
- **...Handwerkliche Techniken, Regeln der Kochkunst sowie Ästhetik erlernen**
- **...Spaß beim Kochen und Experimentieren haben**
- **...eigenes Foodvideos drehen**
- **...Ausflug zum Markt und einem Betrieb**
- **...essen, trinken & genießen**

Dieser zweistündige WPK setzt keine Grundkenntnisse voraus, wir erarbeiten uns alles Wichtige beim Kochen. Materialgeld für die Lebensmittel ist erforderlich.





# Respekt XXL - Kreativ gegen Gewalt und Mobbing

(WPK-Angebot zum Schuljahr 2023/24 in Jg. 9)

Wenn du dich für die Ausbildung zum Konfliktlotsen oder für die Teilnahme am Mobbinginterventionsteam interessierst, bist du in diesem WPK richtig.

Wir werden uns mit Gesprächsführung und Streitschlichtung, mit Gefühlen und Bedürfnissen sowie *Gewaltfreier Kommunikation* beschäftigen. Rund um das Thema Mobbing werden wir nach den Formen und Ursachen fragen, über Freundschaft nachdenken sowie über den Unterschied zwischen Konflikt und Mobbing. In den unterschiedlichen Trainingseinheiten geht es um Cybermobbing, die Wahrnehmung von Mobbingsituationen, die Beleuchtung der Beteiligten in den gruppendynamischen Prozessen beim Mobbing, die Bedeutung von Körpersprache sowie die Auswirkungen für die Opfer. Dazu werden wir verschiedene Übungen, Spiele und Rollenspiele machen, lernen, wie man mit Mobbingsituationen umgehen kann und wie man als Schülergruppe einem schlechten Schulklima beziehungsweise Mobbingfällen vorbeugt und fit wird für den Einsatz gegen Mobbing.

Es gibt keine Voraussetzungen für die Teilnahme außer die Bereitschaft, sich einzubringen. Es entstehen keine Unkosten.

H. Zadim

## WPK zweistündig Taekwon-Do

# 태권도

**Taekwon-Do** ist eine koreanische Kampfkunst und bedeutet übersetzt so viel, wie Fuß („Tae“), Hand („Kwon“) und geistiger Weg („Do“).

Wir werden uns in diesem WPK mit dem traditionellen Taekwon-Do (der International Taekwon-Do Federation) beschäftigen.

Dieser Kurs ist für Anfänger und SchülerInnen mit wenig Vorerfahrungen gedacht, sodass alle SchülerInnen in den nächsten zwei Jahren vergleichbare Fortschritte machen können.

Im Unterricht erlernen wir grundlegende Arm- und Beintechniken, machen vielfältige Körperübungen und verbessern motorische Fähigkeiten, wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit.

Im Einzelnen setzt sich Taekwon-Do aus den folgenden Elementen zusammen: **Grundtechniken, Formen, Selbstverteidigung, Kampf und Bruchtest.** Bruchtests werden wir erst im zweiten Jahr machen.

Das Wort „Do“ (Weg) beschreibt, dass es im Taekwon-Do auch um eine Geisteshaltung geht. Disziplin und Respekt spielen demnach im Unterricht auch eine wichtige Rolle.

**Wenn ihr nur Interesse am reinen Kampf habt, seid ihr falsch in diesem WPK. Wir trainieren barfuß, das Tragen von rutschfesten Socken wird akzeptiert. Außerdem braucht ihr nur bequeme Sportkleidung.**





## WPK – Musik und Tanz

Wenn du Freude an Musik, Bewegung und Gesang hast, bist du in diesem **2-stündigen** WPK genau richtig. Ein toller Nebeneffekt davon sind die unzähligen positiven Effekte auf unser körperliches sowie seelisches Wohlbefinden.

**Du hast Lust dazu? Dann sei dabei!**

### **Das erwartet dich:**

Eine Menge Spaß bei...

- ...Tanz-workouts
- ...Tänzen aus verschiedenen Kulturen
- ...Tiktok-Tänzen
- ...Ausschnitten aus bekannten Musicals



### **Das solltest du mitbringen:**

- ✓ Teamgeist
- ✓ Spaß an Bewegung
- ✓ Interesse an Musik und Gesang
- ✓ Bereitschaft zur Aufführung unserer Ideen vor einem Publikum

### **Bewertungsgrundlagen:**

- ★ Motivation, Kreativität, Teamwork und Mut bei der Umsetzung bereits bekannter und selbst entwickelter Bewegungssequenzen|



# WPK

## Upcycling und kreatives Gestalten

Hier siehst du Werke bekannter Künstler:innen!



### Was erwartet dich?

In diesem WPK stehen Kreativität und künstlerisches Arbeiten im Vordergrund. Aus Alltagsgegenständen, Verbrauchsmaterialien und Müll lassen wir neue Kunstobjekte entstehen. Mitzubringen sind: *eigene Ideen für Kunstwerke, Ausdauer bei der Arbeit an deinen Werken, Material (Alltagsgegenstände/Verbrauchsmaterialien)*. Dies sind auch die Bewertungsschwerpunkte. Es kann zudem dazu kommen, dass du für *Material* 5€ bezahlen musst.

**Ich freue mich auf dich!**