

GTS

Ganztagsschule am Peter-Altmeier-Gymnasium

Ganztagsschulangebot für das Schuljahr 2008/09

Auf den folgenden Seiten finden Sie eine Übersicht und kurze Beschreibungen von fast 30 Projekten, die wir im kommenden Schuljahr anbieten könnten, und deren Verteilung im vorläufigen GTS-Stundenplan. Das tatsächliche Angebot von insgesamt etwa 20 Projekten ergibt sich dann aus den Wünschen der für die Ganztagsschule angemeldeten Schüler/innen: Wenig gewählte Projekte werden nicht angeboten, bei vielen Interessenten können wir aber ein Projekt auch mehrfach anbieten.

Je nach Personalsituation und Projektthema werden manche Projekte eventuell nur ein halbes Schuljahr angeboten, so dass zum zweiten Halbjahr ein Projektwechsel stattfinden kann oder muss.

Die konkrete Ausgestaltung der Projekte ist den jeweiligen Projektleiter/innen überlassen, die alle erfahren und flexibel genug sind, auf Wünsche ihrer Projektgruppe zu reagieren und inhaltliche Schwerpunkte an die Fähigkeiten und Bedürfnisse der Gruppe anzupassen. Die Projektleiter/innen sind teilweise aus unserem Kollegium, überwiegend sind es aber externe Fachkräfte, die bei uns ihre Erfahrung aus anderen pädagogischen Berufsfeldern und Anstellungsverhältnissen einbringen.

Die angebotenen Förderkurse können nicht als Projekt gewählt werden, weil Sie nur zeitlich befristet zur Behebung von Lerndefiziten besucht werden sollen.

Soweit die Projekte schon in den vorigen Schuljahren angeboten wurden, können Sie unter der entsprechenden Rubrik einige Photos finden.

Übersicht der zur Wahl für 2008/09 angebotenen Projekte:

Nr.	Titel der vorgeschlagenen Projekte (auf den folgenden Seiten ist jedes Projekt beschrieben)
1	Erste Hilfe - und Rettungsschwimmer-Ausbildung
2	„Brush up your dress“ oder „Leute machen Kleider“
3	Kochen, Backen, Hauswirtschaft
4	Film und Video
5	Entspannung durch Tai-Chi
6	Werkstatt kreatives Schreiben
7	Bildhauerei
8	Malerei und Graphik
9	Stimmbildung
10	Einführung in das prima-vista-Spiel („Vom Blatt spielen“)
11	Dirigieren für Einsteiger
12	Choreographie und Tanz
13	Schauspieltraining
14	Cafeteria -Projekt
15	Einführung in die altgriechische Sprache und Kultur
16	Englisch Konversation (mit Cambridge-Zertifikat <i>PET</i> oder <i>KET</i>)
17	FaN („Französisch am Nachmittag“)
18	Umwelt und Biologie praktisch
19	Physik praktisch
20	Schach
21	Brett- und Gesellschaftsspiele
22	Indoor-Klettern
23	Selbstverteidigung und Gewaltprävention
24	Fußball
25	Fitnesstraining (für Mädchen)
26	Tischtennis
27	Sport – AG (für Jungen)
28	Abenteuersport
29	Arbeit mit MS-Office
<p>Förderkurse werden in Absprache mit den Fächern in Englisch, Französisch, Latein und Mathematik, bei Bedarf auch in Chemie und Physik angeboten. Der Besuch dieser Kurse ist jederzeit möglich, soll aber nicht als dauernde Nachhilfe, sondern befristet zur Behebung momentaner Schwierigkeiten genutzt werden. Deshalb ist eine Wahl als Projekt nicht vorgesehen.</p>	

Der Auswahl-Stundenplan der GTS 2008/09

Montag

13.00 -14.00	<i>Mittagspause; manche Projekte beginnen schon um 13.30 Uhr</i>			
14.00 -14.55	22 Indoor-Klettern	24 Fußball	7 Bildhauerei	6 Schreibwerkstatt
15.00 -15.50	22 Indoor-Klettern	26 Tischtennis	17 Französisch am Nachmittag (FaN)	9 Stimmbildung

Dienstag

13.00 -14.00	<i>Mittagspause; manche Projekte beginnen schon um 13.30 Uhr</i>			
14.00 -14.55	20 Schach	14 Di Cafeteria	8 Malerei und Graphik	27 Sport
15.00 -15.50	12 Tanz-Choreographie	11 Dirigieren	10 Vom Blatt spielen	25 Fitness

Mittwoch

13.00 -14.00	<i>Mittagspause; manche Projekte beginnen schon um 13.30 Uhr</i>			
14.00 -14.55	19 Physik praktisch	15 Griechisch	3 Kochen	1 Erste Hilfe und Rettungsschwimmer
15.00 -15.50	18 Biologie praktisch	21 Brettspiele	13 Schauspieltraining	1 Erste Hilfe und Rettungsschwimmer

Donnerstag

13.00 -14.00	<i>Mittagspause; manche Projekte beginnen schon um 13.30 Uhr</i>			
14.00 -14.55	5 Tai-Chi	14 Do Cafeteria	4 Film und Video	23 Selbstverteidigung
15.00 -15.50	28 Abenteuersport	16 Englisch Konversation	2 „Brush up your dress“	29 Arbeit mit MS-Office

Ein GTS-Nachmittag besteht aus drei je etwa einstündigen Bestandteilen:

- Mittagessen
mit anschließender Mittagspause; Spieleangebot im Schulhof
- Hausaufgabenbetreuung
Wir teilen die Schüler/innen in alterseinheitliche Gruppen mit etwa zehn Mitgliedern ein.
- Vor oder nach der Hausaufgabenbetreuung Teilnahme an einem der gewählten Projekte.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 1: **Erste Hilfe / Sanitätsausbildung** **Rettungsschwimmerausbildung**

Inhalt und Ziel : Professionelle Erste-Hilfe-Ausbildung und weiterführende Ersthelferausbildung bis zur Qualifikation „Schulsanitäter/in“ und Rettungsschwimmerausbildung, eventuell mit Schnorchel- und Tauchanteilen, durch einen vielseitig erfahrenen und qualifizierten DLRG - Ausbilder.

Besonderheiten: Das Projekt wird überwiegend im eigenen Schulschwimmbecken durchgeführt, für einige Aktivitäten (z.B. Tauchen, Springen) fährt die Gruppe ins Stadtbad.

Abschlusszertifikate für „Erste Hilfe“ und „Rettungsschwimmer“ (Jugendschwimmabzeichen, Schnorcheltauchabzeichen) können erworben werden.

Bitte bei der Wahl des Projekts zusätzlich zur Nummer angeben, ob ihr „Anfänger“ ohne (viel) Vorkenntnisse seid oder als „Fortgeschrittene/r“ schon gute Kenntnisse mitbringt.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 2: **„Brush up your dress“**
oder **„Leute machen Kleider“**

Inhalt und Ziel : Wenn Du aus Deinem T-Shirt oder Deinen Jeans ein echtes „Kult-Stück“ machen möchtest, bist Du in diesem Projekt genau richtig.

Hier kannst Du lernen, wie Du mit einfachen Mitteln T-Shirt und Hose verwandeln und aufpeppen kannst. Wer mag, kann sich sogar ein komplettes Bekleidungsstück selbst anfertigen.

Falls Du Dir das am Anfang noch nicht zutraust, bringt Dir unsere Schneidermeisterin die Anfänge des Umgangs mit Nadel und Faden und der Nähmaschine bei. Und wenn die ersten Haarbänder und Kissen gelungen sind, geht's an die schwierigeren Aufgaben.

Besonderheiten: Geringe Materialkosten können anfallen.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 3: **Kochen, Backen, Hauswirtschaft**

Inhalt und Ziel : Die Gruppe kocht und backt in der Lehrküche und kann (oder muss?) ihre Produkte anschließend selbst essen.

Unsere Hauswirtschaftsmeisterin führt theoretisch und praktisch in die Grundlagen der Ernährungslehre ein.

Außerdem informiert sie über Heil- und Gewürzkräuter (die in der Kräuterspirale teilweise selbst angebaut werden), über gesundes Frühstück und vieles mehr.

Besonderheiten: Die Kosten für die verarbeiteten Lebensmittel von etwa 1€ pro Woche müssen von den Projektteilnehmer/innen bezahlt werden.

Projekt 4: **Film und Video**

Inhalt und Ziel : Ein freiberuflich tätiger Medienpädagoge kommt als Projektleiter an unsere Schule und versucht sein Können und seine Erfahrung an interessierte Schüler/innen weiterzugeben:

Wie entsteht ein Film?

Einstellungsgrößen, Kameraachse, Bildaufbau.

Wie wichtig ist die Bildauswahl und der Schnitt?

Wie wirken Text und Bild zusammen?

Nicht die Technik soll im Vordergrund stehen, sondern die kreative Gestaltung eines kurzen Fernsehberichts oder eines eigenen Kurzspielfilms vom Konzept über das Drehbuch bis zur Umsetzung.

Gefragt sind Autoren, Regisseur, Kameramann, Tonmeister, Cutter, Schauspieler.

Vom Können und den Wünschen der Teilnehmer/innen abhängig kann auch eine Einführung in die Video-Technik und/oder in das Schreiben eines Drehbuches und dessen Umsetzung erfolgen.

Besonderheiten: Erst für Schüler/innen ab der 8. Klasse geeignet.
Das Arbeitsergebnis des diesjährigen Projekts wird beim Sommerfest am 19. Juni uraufgeführt.

Projekt 5: **Entspannung durch TAI-CHI**

Inhalt und Ziel : Viele unserer Musiksüher haben durch die Zwangshaltung beim Spielen ihres Instruments schon mit Verspannungen bis hin zu beginnenden Haltungsschäden zu tun. Hier möchten wir mit unserem Entspannungs-Projekt helfen oder noch besser vorbeugen.

Der erfahrene Projektleiter veranschaulicht die Wirkungsweisen der Technik und erläutert ihre besonderen Möglichkeiten, den Muskeltonus und die Statur in Balance zu bringen und Bewegungen ökonomischer zu gestalten, die Körperhaltung zu verbessern, die Atmung zu erleichtern, die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern und nicht zuletzt Stress abzubauen.

Besonderheiten: Erst für Schüler/innen ab der 7. Klasse geeignet.

Eine Terminverlegung auf Dienstag ist möglich.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 6: **Werkstatt kreatives Schreiben**

Inhalt und Ziel : In der Schreibwerkstatt lässt man sich von den unterschiedlichsten Dingen anregen, die unterschiedlichsten Texte zu schreiben.

Dazu gehört auch, dass man mit seinen eigenen und fremden Texten arbeitet: sie verändert, weiterentwickelt, als Vorlage benutzt, an ihnen „bastelt“ usw.

In jeder Werkstatt wird auch ein Produkt hergestellt, das heißt, dass die Veröffentlichung der Texte Ziel des Projekts ist. Diese muss natürlich auch selbst vorbereitet und organisiert werden.

Projekt 7: **Bildhauerei**

Inhalt und Ziel : Ein Bildhauer und erfahrener Kunstpädagoge zeigt und betreut die Bearbeitung verschiedener Materialien (Gips, Ton, Wachs, ...).

Das Highlight des letztjährigen Projekts war das Gießen eigener Kunstwerke in Bronze (Kooperation mit der Fachschule für Keramik in Höhr-Grenzhausen).

Besonderheiten: Für Arbeitsmaterialien können geringe Unkosten anfallen.

Bei größerem Interesse wird evtl eine zweite Gruppe eingerichtet, die bei Interesse auch einen speziellen Schwerpunkt „Kunst und Klang“ setzen könnte.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 8: **Malerei und Graphik**

Inhalt und Ziel : Ein freiberuflich erfolgreicher Künstler und erfahrener Kunstpädagoge zeigt das ganze Spektrum künstlerischer Möglichkeiten von der Handzeichnung bis zu verschiedensten anspruchsvollen graphischen und malerischen Techniken und weckt ungeahnte Talente.

Besonderheiten: Für Arbeitsmaterialien können geringe Unkosten anfallen.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 9: **Stimmbildung**

Inhalt und Ziel : Spielerisches Stimmtraining in der Kleingruppe.
Wir singen Übungen und kleine Kanons und arbeiten dabei an Haltung, Atmung, Vokalausgleich;
wir erproben unterstützende Körperbewegungen, weiten behutsam den Stimmumfang aus, entdecken Singen als eine lustvolle Körpertätigkeit und Körpererfahrung;
wir stärken die Stimmicherheit des Einzelnen und erwerben eine innere Tonvorstellung.

Keine besonderen Voraussetzungen, aber
Interesse am Singen,
eine Prise Mut,
Offenheit für Neues ...

Dieses Angebot ist erst ab Klasse 7 geeignet.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 10: **prima-vista-Spiel** („Vom Blatt spielen“)

Inhalt und Ziel : Seit Jahren zeigt sich in den benoteten Vorspielen, dass es vielen Schülern recht schwer fällt, leichte Stücke vom Blatt zu spielen. Dabei ist das gar nicht so schwer, wenn man bestimmte Kniffe und Tricks beachtet.

In diesem Projekt sollen Grundlagen des prima-vista-Spiels vermittelt werden. Die (unberechtigten) Ängste vor dieser Musizierform sollen abgebaut und gleichzeitig der Spaß daran geweckt werden.

Das Projekt richtet sich an alle, die sich hier noch unsicher fühlen.

Projekt 11: **Dirigieren für Einsteiger**

Inhalt und Ziel : In diesem Projekt sollen Grundlagen des Dirigierens vermittelt werden (Schlagfiguren, Körperhaltung, Auftakt, Abschlag, Einsatz geben, Ausdrucksgestik, ...).

Anhand von Kanons und kleineren Chor- oder Instrumentalwerken werden folgende Aspekte der Ensembleleitung thematisiert:

- Entwicklung einer musikalischen Vorstellung
- Erkennen von „Problemstellen“
- Dirigentische Umsetzung
- Probentechnik

Ziel ist, Grundlagen zu vermitteln, die es ermöglichen, ein Ensemble in einer Probe und später bei einem Auftritt in elementarer Form zu leiten. Nebenbei wird in starkem Maße das Gehör und die musikalische Vorstellungskraft trainiert.

Besonderheiten: Geeignet für Schüler/innen erst ab der 7. Klasse.

Projekt 12: **Choreographie und Tanz**

Inhalt und Ziel : Eine erfahrene Tänzerin und Tanzlehrerin zeigt den Teilnehmerinnen Tanzbewegungen aus den Bereichen:

- Orientalischer Tanz
- Streetdance / HipHop
- Showdance

In diesem Projekt lernen die Teilnehmer/innen verschiedene Schrittfolgen, Drehungen, Hüft- und Armbewegungen und Kombinationen aus diesen Grundformen.

Interessant ist es auch, die genannten Tanzrichtungen miteinander zu verbinden.

Wie wirkt eine Choreographie am besten?

Was ist wichtig für die Bühnenpräsenz?

Wie wird der Raum / die Bühne aufgeteilt und ausgefüllt?

Nicht der/die Einzelne ist wichtig, sondern die ganze Gruppe.

Ziel ist ein Gruppentanz, der auf Wunsch auch 'mal bei einem Schulfest gezeigt werden kann. Genaueres ergibt sich im Laufe des Projekts.

Projekt 13: **Schauspiel-Training**

Besonderheiten: Abhängig vom Interesse und Können der Teilnehmer/innen sind zwei Schwerpunkte vorstellbar:

Inhalt und Ziel : **Entspannung und Bewegung**

Entspannungsübungen und Phantasiereisen in Ruhe und Bewegung bringen Kraft und eine lockere Konzentration.

In Gruppenspielen und Übungen lernen die Teilnehmer/innen Grundelemente des Schauspiels wie "aufeinander achten", „klar kommunizieren“, „sich körperlich ausdrücken“, ... und entwickeln ihre Vorstellungskraft.

Schauspiel und Bewegung

Sicheres Auftreten, klare Sprache und ein deutlicher Ausdruck, das ist hilfreich im Umgang mit Menschen, auch im Unterricht und natürlich vor Publikum.

Die Teilnehmer/innen spielen mit Stimme und Körper, nutzen kurze Texte und verwenden Elemente des Stockkampfes und Entspannungsübungen. So gewinnen sie Kraft und Selbstvertrauen für den nächsten Auftritt, das nächste Referat oder Vorspiel.

Projekt 14: Cafeteria-Projekt

Inhalt und Ziel : Die Teilnehmer stellen (aufgeteilt in eine Dienstags- und eine Donnerstags-Gruppe) unter fachlicher Anleitung die Vorüberlegungen zur Einrichtung einer mobilen „Cafeteria“ an (ein eigener Raum steht bisher dafür nicht zur Verfügung), klären die zu berücksichtigenden Bedingungen und erstellen ein umsetzungsfähiges Konzept zur Versorgung der Schüler/innen mit einem kleinen Sortiment von Nahrungsmitteln und Getränken zwischen 13.30 und 16.00 Uhr.

Bei einigen schulischen Veranstaltungen (Elternsprechtag, Informationstag, ...) organisieren sie einen Imbiss oder Kaffee und Kuchen für die Versorgung der Besucher.

Einkauf/Verkauf, Preise, Sortiment usw werden selbst entschieden, der Gewinn aus den Verkäufen wird selbst verwaltet.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 15: **Spurensuche in der griechischen Antike**

Inhalt und Ziel : „*Ich weiß, dass ich nichts weiß.*“ „*Heureka!*“
„*Eine Hand wäscht die andere.*“ ...

Schlaue Sätze, aber was bedeuten sie eigentlich und wer hat sie gesagt? Wer waren *Sokrates*, *Archimedes*, *Aristoteles*, *Pythagoras* und Co., und was haben sie sich dabei gedacht?

Wie sehen eigentlich die griechischen Götter aus und was haben sie für Aufgaben?

Welche Jobs musste *Herkules* erledigen?

Wie war das mit dem *Trojanischen Pferd*?

Was meint mein Lehrer eigentlich mit „*heliocentrischem*“ Weltbild oder „*Basisdemokratie*“ oder „*draconischen*“ Strafen, was heißt „*Biologie*“ oder „*Geographie*“ übersetzt?

Was sind *Tantalus-Qualen* oder *Sissiphus-Arbeiten*?

Dieses Projekt geht all diesen Fragen nach, untersucht die altgriechische Sprache, Kultur und Philosophie, beschäftigt sich mit antiken Mythen und geht im alten Griechenland auf Spurensuche, damit wir die Welt von heute besser verstehen ... denn „*wir stehen alle auf den Schultern von Riesen*“ und es gibt „*nichts Neues unter der Sonne*“!

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 16: „**Let’s brush up our English!**“ (Zertifikationskurs Cambridge)

Inhalt und Ziel : Hier geht es um **Spaß** am Englischlernen und um neue **Herausforderungen**, **nicht** um Nachhilfe!
Mündliches und schriftliches Sprachtraining hilft, den Wortschatz zu erweitern und die Grammatikkenntnisse auszubauen.
Hauptsächlich geht es um die Verbesserung der kommunikativen Fähigkeiten in Englisch.

Besonderheiten: Am Schuljahresende besteht die Möglichkeit, an der internationalen Prüfung der Universität Cambridge teilzunehmen und das international anerkannte Sprachdiplom *Englisch Certificate* zu erwerben:
KET (Key English Test): Kurs ab Klasse 7
PET (Preliminary English Test): Kurs ab Klasse 8
(Die Prüfung kostet etwa 80 €, ist aber freiwillig!)

Projekt 17: **Französisch am Nachmittag**

Inhalt und Ziel : Das Projekt "Französisch am Nachmittag", kurz **FaN**, ist für Schülerinnen und Schüler der 6. Klasse gedacht, die Sprache(n) spannend finden, Lust und Zeit dafür haben und neugierig sind.

Was kann FaN?

FaN macht schlau ... ,
denn wir lesen auf Französisch!!!

FaN macht geschäftig ... ,
denn wir sprechen Französisch.

FaN macht Leselaune !!!
denn wir lesen kleine und kurze Bücher!!!

FaN macht Spaß !!!
denn wir malen und schreiben, spielen und singen,
lachen und lernen vor, beim und nach dem Lesen.

FaN schenkt Geschichten!

Habt ihr Lust bekommen? Das wäre schön!
Dann auf bald - à bientôt !!

Besonderheiten: Dieses Projekt richtet sich an Schülerinnen und Schüler, die kein Französisch sprechen können.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 18: **Umwelt und Biologie praktisch**

Inhalt und Ziel : Unsere Umwelt bewusst wahrnehmen,

Botanik im und rund um's Schulhaus,
Bodenkunde,
Wasseruntersuchungen,
Beobachtungsstationen mit Protokollführung,
Weiden-Tipi,
Nistkasten-Bau,
Insekten - „Wohnungen“,

Umweltschutz in der Familie und an der Schule.

Eigene Aktivitäten und/oder Kontaktaufnahme zu
Umweltschutz-Organisationen sind bei Interesse
der Teilnehmer/innen vorstellbar.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 19: **Physik praktisch**

Inhalt und Ziel : „Physik praktisch“ ist „Physik plus“, das heißt vor allem Versuche und Experimente in den verschiedenen Bereichen der Physik:

- Elektrizität,
- Magnetismus,
- Mechanik,
- Optik,
- Materialien und ihre Eigenschaften.

Nähere Vereinbarungen hängen vom Vorwissen und den Interessen der Teilnehmer/innen und der Absprache mit dem/der Projektleiter/in ab.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 20: **Schach**

Inhalt und Ziel: Die Teilnehmer/innen der Klassen 5 bis 10

- lernen und üben die Technik und Strategie des Schach-Spiels,
- können am Computer trainieren,
- planen den Aufbau einer Schulmannschaft
- und bereiten eventuell die Teilnahme an Schüler-Wettkämpfen des Schachverbandes vor.

Besonderheiten: Bei geeignetem Wetter kann die Gruppe unser Freiland - Schach nutzen.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 21: **Brett- und Gesellschaftsspiele**

Inhalt und Ziel : Spielend lernen
Lernend spielen

Ganz traditionell Dame, Mühle und Halma ?
oder Go ?
oder doch „Mensch ärgere Dich nicht“ ?
oder „Alhambra“ ?
oder „Siedler von Catan“ ?
oder ... ?

Projektleiter und Teilnehmer/innen werden als erstes einen Plan machen müssen, was wann von wem gespielt wird.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 22: **Klettern**

Inhalt und Ziel : Einführung in das Klettern an der Kletterwand.

Es geht natürlich um körperliches Können, aber auch und um viel Lernen über sich selbst:

- Was traue ich mir zu?
- Welchen Weg nach oben wähle ich?
- Kann ich meine Leistungsfähigkeit richtig einschätzen?
- Bin ich bereit, Verantwortung für die Sicherung der anderen Kletterer zu übernehmen?
- Kann ich mich dem Anderen zur Sicherung anvertrauen?

Besonderheiten: Der Projektleiter wird die Eignung der Bewerber für die endgültige Aufnahme in die Gruppe feststellen, evtl eine Gruppe für Anfänger und Fortgeschrittene anbieten.

Projekt 23: **Selbstverteidigung und Gewaltprävention**

Inhalt und Ziel : Ein engagierter Profi mit Ausbildung und Erfahrung in Deutschland und Japan möchte die Teilnehmer/innen in die Kampfkunst Ninjutsu einführen, die in Japan über 1500 Jahre Tradition hat.

Das Training umfasst neben Schlag-, Tritt- und Blocktechniken auch Hebel, Würfe, Befreiungs- und Gegentechniken. Das Training ist auf gesamtkörperliche Bewegungen ausgerichtet und nahezu kraftunabhängig. Parallel dazu nimmt die geistige Entwicklung einen hohen Stellenwert ein.

Besonderheiten: Wichtig ist, dass ein gewisses Interesse für die asiatische Kultur und Traditionen und vor allem für Kampfkunst im allgemeinen vorhanden sein sollte, in deren Mittelpunkt die ganzheitliche Entwicklung des Menschen steht. Ohne Erfolgsdruck bestimmt dabei jeder selbst, was er erreichen will und wird entsprechend betreut.

Wenn die Gruppe ein vom Projektleiter angestrebtes Niveau erreicht hat, bekommt sie die traditionellen Kampfanzüge leihweise gestellt.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 24: **Fußball**

Inhalt und Ziel : Spiel- und Techniktraining unter Anleitung eines professionellen Übungsleiters.

Besonderheiten: Möglicherweise ist eine Teilnahme an Turnieren durchführbar.

Bei entsprechendem Interesse streben wir eine Aufteilung in Jüngere und Ältere an.

Projekt 25: **Fitness - Training**

Inhalt und Ziel : Eine in der Kinder- und Erwachsenenbildung vielseitig tätige Trainerin macht Euch fit!
Vom umfassenden Begriff der Fitness ausgehend, nehmen die Teilnehmer/innen mit dieser Power-Frau ein umfangreiches sportliches Programm in Angriff,
das sowohl den Bereich der Kondition und Ausdauer (Zirkeltraining, Langläufe, Aquatraining usw.), als auch den der Koordination und der Gewandtheit (ThaiBo, Dance) anspricht.
„Fit für den Alltag“ soll die Devise sein.

Besonderheiten: Das Projekt richtet sich eher an Mädchen.
Die Teilnehmerinnen können in Absprache mit der Projektleiterin die Schwerpunkte ganz individuell festlegen.
Wenn sie entsprechende Ausrüstung besitzen, kann z.B. auch Inliner-Fahren angeboten werden.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 26: **Tischtennis**

Inhalt und Ziel : Systematisches Lernen bestimmter Schläge:

- Aufschlag
- Topspin usw.
- Abwehr
- Angriff

Trainingseinheiten:

- Vorhand
- Rückhand

Turniere spielen

Wie trainiert man systematisch?

Besonderheiten: Wir verfügen über mobile Tischtennisplatten in der Sporthalle und feste Platten im Freien.

Die Ausrüstung ist in ausreichender Zahl vorhanden, kann aber von den Teilnehmern auch selbst mitgebracht werden. Sportkleidung ist sinnvoll.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 27: **Sport – AG**

Inhalt und Ziel : Hier bieten wir ein Projekt an, das möglichst vielseitig in zeitlich begrenzten Abschnitten immer wieder neue Sportarten in den Mittelpunkt stellt:

- Trampolin-Springen
- Inliner-Fahren
- Badminton-Spielen
- Schwimmen

Eine in der Kinder- und Erwachsenenenausbildung vielseitig tätige Trainerin vermittelt und betreut diese und andere Sportarten selbst oder bringt dafür Kollegen mit.

Diese Power-Frau könnt Ihr fordern, sie fordert Euch auch, ohne aber aus den Augen zu verlieren, dass Sport auch Spaß machen muss.

Besonderheiten: Das Projekt richtet sich eher an Jungen.

Die Teilnehmer können in Absprache mit der Projektleiterin die Schwerpunkte ganz individuell festlegen.

Teilweise wird eigene Ausrüstung benötigt.

Projekt 28: **Abenteuersport**

Inhalt und Ziel : Abenteuer sport?
Abenteurer Sport!

Mit Spaß dem Bewegungsmangel entgegenwirken, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainieren, Teamfähigkeit und Sozial- / Gruppenverhalten ohne Wettkampfcharakter stärken.

Wir bauen große und kleine Bewegungslandschaften, die wir für verschiedene Spiele nutzen: Hier werden die Sportgeräte ganz gegen ihre eigentliche Bestimmung benutzt. Willst Du „mattensurfen“ oder vielleicht doch lieber auf einem fliegenden Teppich durch die Halle düsen? Bist Du schon ‚mal aus einem Gefängnis ausgebrochen oder hast eine Burma-Brücke überquert? Hier werden jede Menge Spiele mit (aber kein Fußball!) und ohne Ball gespielt.

Besonderheiten: Bei Interesse können verschiedene Sportabzeichen erworben werden.

GTS

Ganztagsschulangebot am Landesmusikgymnasium 2008/09

Projekt 29: **Arbeiten mit MS-Office**

Inhalt und Ziel : Eine erfahrene EDV-Ausbilderin vermittelt die grundlegenden und weiterführende Kenntnisse zum effektiven Umgang mit den Programmen

- Word,
- Excel.

Außerdem werden die sinnvolle Nutzung des Internets und die Erstellung von Präsentationen geübt.

Besonderheiten: Dieses Angebot ist vorwiegend für die Klassen 7 bis 10 geeignet.

Ein anerkanntes Abschlusszertifikat der VHS kann erworben werden.