



2023/24

Mittagsband 9/10 (2023-24)			
Nr.	Kurs	Kursstärke	Kurzinfo
1	Mittagzbänd	20	Die "Mittagzbänd" ist ein Chor mit Band. Gemeinsam wählen wir Songs aus, die wir dann intensiv und mit viel Spaß proben und in und außerhalb der Schule aufführen. Auch eine Chorfahrt ist wieder geplant.
2	Lego	12	Ihr konstruiert und baut Legofahrzeuge, programmiert sie selbst und bringt sie so zum Fahren.
3	Internationale Küche	12	Hier wird Dir gezeigt, wie du bekannte Gerichte aus verschiedenen Ländern einfach zubereiten kannst. In nur wenigen Schritten lernst du, köstliche Mahlzeiten zu kochen. Tauche ein in die internationalen Aromen und beeindrucke deine Familie und Freunde mit deinen neuen Kochkünsten. Melde dich jetzt an und erlebe eine kulinarische Reise um die Welt!
4	Flora Gruppe	12	Der Schulgarten wächst und gedeiht. Steig in die Flora Gruppe ein und sei ein Teil davon. Wir wollen ein zweites Hochbeet bauen. Außerdem soll eine Kräuterschnecke gemauert werden, um eine neue Futterquelle für unsere Lichtenberger Insekten anbieten zu können. Gemüse wird natürlich auch angebaut. Du packst gern mit an und bringst dich ein - dann komm zur Flora Gruppe.
5	BODY & SOUL FOR GIRLS (Fitness , Yoga und Bewegung für Mädchen)	12	In Body & Soul geht es darum, verschiedene Bewegungsmöglichkeiten kennenzulernen und damit eigenen Fitnessseinheiten für euch selbst und die Gruppe zu erstellen. Durch das kennenlernen von unterschiedlichen Übungen aus Fitness, Boxen, Yoga & Bewegungsspiele bekommt ihr eine bunte Mischung aus Übungen, Techniken und Ideen zum Ausprobieren und Trainieren. Zusammen finden wir heraus, was deinen Körper zum Schwitzen bringt und wie er sich entspannen kann.
6	Jugger	12	Jugger ist eine bekannter werdende Mannschaftssportart, bei der es darum geht, einen Ball möglichst oft im gegnerischen Tor zu platzieren. Ein zentrales Element wird der eigenhändige Bau der Spielmaterialien sein, bei dem jeder sein eigenes Sportgerät herstellt. Sobald wir genug über den Sport gelernt haben, geht es für den Rest des Jahres (auch im Winter und bei Regen – wir sind schließlich Gladiatoren) an die frische Luft.



Mittagsband 9/10 (2023-24)				
Nr.	Kurs	Kursstärke	Kurzinfo	
7	SchulTube2.o	12	In SchulTube 2.0 lernst du den Umgang mit sozialen Medien und künstlicher Intelligenz. Wir programmieren ein Computerspiel und/oder Apps mit Unity, Blender und der Unreal Engine. Wir drehen und schneiden Videos für YouTube, bearbeiten Fotos und nehmen Podcasts auf. Eure Interessen und Vorlieben sind dabei besonders wichtig.	
8	Visuelle Kommunikation	10	Der Kurs "Visuelle Kommunikation" bietet eine Einführung in die Bildbearbeitung, Film- und Fotoaufnahme, kreative Software und Programmierung. Hier lernst Du auch grundlegende Techniken zum Erstellen von Stop-Motion-Animationen, Storyboards und Trickfilmen. In praktischen Übungen setzt du eigene Projekte um und baust deine Fähigkeiten in der visuellen Kommunikation aus.	
9	Ein Kessel Bunt	8	Der Schwerpunkt liegt in der Zubereitung von Speisen. Die Teilnehmenden lernen die Vielfalt der Küche kennen. Die kleinen Tricks und Kniffe des Küchenhandwerkes oder auch die Qualität unserer Ernährung werden diesen Kurs begleiten. Die Hochbeete im Garten bieten Platz für den Anbau von Gemüse und Kräutern. Während des Kurses werden wir uns gemeinsam um die Pflege, den Anbau und die Ernte kümmern und natürlich die gewonnenen Zutaten für die Zubereitung von saisonalen Gerichten nutzen.	
10	Graffiti	12	Graffiti und Street Art "Yes we Spraycan". Malen mit der Sprühdose auf Leinwand oder Fassade. Angeleitet von einem echten Profi der Graffitiszene. Du erlernst Techniken aus einer Welt, die sonst nur im Verborgenen existiert. Tauch ein in die legale Welt der urbanen Künste rund um die Kunst der Buchstaben und Spraydosen und lass Dich mitreißen.	
11	Tanzen	12	Mittagsband Tanz ist ein sportliches Mittagsband, das heißt, wir werden uns viel bewegen!! Es ist also wichtig, bequeme und sportliche Kleidung zu tragen oder mit zu bringen. Wir werden uns wie in einer Tanzklasse aufwärmen und einzelne Schritte lernen, um sie dann am Ende zu einer Choreografie zusammenzufügen. Tänzerisch bewegen wir uns dabei zwischen Modern Dance und Hip Hop Elementen und entscheiden gemeinsam, wo unser Schwerpunkt liegt. Eigene Ideen der Schülerinnen sind immer willkommen, müssen aber auch nicht sein. Um an diesem Mittagsband teilzunehmen, ist keine tänzerische Vorerfahrung notwendig!	
12	Outdoorfußball für Jungen und Mädchen	20	Beim MB Fußball wird auf einem kleinen Fleckchen Grün das Runde ins Eckige befördert. Bei Wind und Wetter im Wechsel der Jahreszeiten wird draußen entweder nett gekickt oder mit Einsatz um den Ball gekämpft. Spaß an Bewegung, keine Scheu vor nasser Kälte oder trockener Hitze sowie ein gesunder Teamgeist sind gute Voraussetzungen zur Teilnahme an diesem MB.	

MiBa 9/10 (23/24)



- Schule am Rathaus
- Sportplatz SV Lichtenberg 47
- zum Outdoor Fußball
- Kiezspinn FAS e.V.
- zur visuellen Kommunikation
- Kinderhaus Napf
- zum Kessel Bunt
- Kreafithaus
- zum Tanzen

