

Steckbrief Wahlpflichtfach Klettern

1. Was macht man im Fach Klettern?

Wir werden die Grundlagen vom gesicherten Klettern kennenlernen und die Kletterwand in der neuen Sporthalle erklimmen. Außerdem werden wir unsere Fitness verbessern, indem wir Kraft- und Beweglichkeitstraining anwenden. Du wolltest dich schon immer mal wie ein*e Actionheld*in aus hohen Höhen abseilen? Dann bist du hier auch richtig. Das sichere Abseilen und abgeseilt werden gehört ebenso wie das Hochklettern dazu.

2. Was lernt man in Klettern?

- Wir lernen den sicheren Umgang mit der Kletterausrüstung, um Gefahren zu vermeiden.
- Wir verbessern unsere Fitness durch Kraft- und Beweglichkeitstraining.
- Wir bauen Vertrauen zu unseren Mitschüler*innen auf.
- Wir lernen uns in schwierigen Situationen zu unterstützen und Mut zuzusprechen.
- Wir verbessern uns im Klettern und versuchen immer schwierigere Passagen zu meistern.
- Wir steigern unsere Konzentration.
- Wir überwinden Ängste.

Inhalte und Themen des Faches Klettern:

Vertrauens- und Kooperationsübungen

Materialkunde für das Klettern

Sicherheitsregeln

Knoten und Einbinden

Seilkommandos

Klettertechnik

Abseilen

Kontrolliertes Fallen

Kraft- und Beweglichkeitstraining



3. Was/Wie wird benotet?

Leistungsbeurteilung:

SOZIALE KOMPETENZEN

- Ruhige und konzentrierte Mitarbeit
- Vertrauensvolles Verhalten
- Kooperation mit den Mitschüler*innen
- Korrekter Umgang mit Wagnis und Angst

FACHLICHE KOMPETENZEN

- Klettern von Routen in vorgegebenen UIAA-Graden
- Sichern und Hintersichern in einer Zweier-/Dreierseilschaft
- Klettertechnik
- Theoretische und praktische Kenntnisse der Sicherungstechnik und des Materials

4. Was ist wichtig?

Vertrauen, Wenig Angst vor Höhe, deine Mitschüler*innen können sich auf dich verlassen, Geduld & Ausdauer.

Du solltest WPU Klettern wählen, wenn...

- ...du Lust auf Action hast.
- ...du gerne kletterst
- ...du deine Kraft und Beweglichkeit verbessern willst
- ...man sich auf dich verlassen kann

5. Das erwartet dich außerdem:

- Eine nagelneue Kletterwand in der neuen Sporthalle
- Spaß
- Adrenalinkicks
- Erfolgslebnisse

Steckbrief Wahlpflichtfach „Computerkurs“

1. Was macht man im Fach?

Wir arbeiten vorzugsweise an den PCs im Computerraum, damit du grundlegende Kenntnisse in den Office-Programmen **Word** und **PowerPoint** erlangst. Du fertigst unter anderem Word-Dokumente sowie Präsentationen an, die du dann auch **präsentierst**. Zudem lernst du Chancen sowie Risiken des Internets kennen und verbesserst deine **Online-Kompetenz**.

2. Man lernt unter anderem:

Word

- grundlegende Funktionen
- formatieren von Texten
- erstellen von Inhaltsverzeichnissen und Tabellen
- einfügen von Bildern

PowerPoint

- Aufbau von Präsentationen
- Folienvorlagen
- hinzufügen von Grafiken
- Animationen

Allgemeines

- Organisation und Ablagestruktur von Dateien
- Shortcuts
- Informationskompetenz (z. B. das Einschätzen von Inhalten, s. Fake News)
- Präsentationskompetenz
- Tipps zum Recherchieren
- Risiken des Internets (z. B. Cybermobbing, Fake-Profile, betrügerische E-Mails)

3. Was wird benotet?

- Mitarbeit
- selbstständiges, konzentriertes und zielstrebiges Arbeiten
- Dokumente, Präsentationen, Referate

4. Was ist wichtig?

Du solltest diesen Kurs wählen, wenn du deine Kenntnisse am Computer und deine Präsentationskompetenz verbessern möchtest.

5. Das erwartet dich außerdem:

Nach Bedarf können wir das Themenfeld „Bewerbung und Praktikum“ integrieren.

- schriftliche Bewerbung um einen Praktikumsplatz (Anschreiben, Lebenslauf)
- Präsentationen zu Berufen
- Praktikumsbericht

Eventuell auch: Wissen über Apps und Programme (z. B. GoodNotes, Keynote) auf dem Tablet vertiefen.

Steckbrief Wahlpflichtfach Kunst - künstlerisches Gestalten WPU 8

1. Was macht man im Fach WPU 8 - Künstlerisches Gestalten?

- Malen
- Collage
- Zeichnen
- Drucken
- allgemeines Gestalten

2. Was lernt man in WPU – Kunst?

Inhalte und Themen des Faches (...):

Vorwiegend Projekt-Arbeit auch in Gruppen mit folgenden Themen:

Design (Gestaltung eines Gegenstands aus Alltagsgegenständen, Plastik, Kartonagen, Nudeln etc.)

PopArt (Gestaltung eines Bildes auf Leinwand mit Acrylfarben)

Skizzenarbeit

Portfolioarbeit

Kennenlernen bekannter Künstler

Umgang mit verschiedenen Malmitteln und Maltechniken

Besprechung von Bild- und Farbwirkung sowie Farbsymbolik

Besprechung von Bildbedeutung und Aussage

- Ausstellung der gestalteten Objekte und Bilder In der HvK

3. Was/Wie wird benotet?

Leistungsbeurteilung:

- mündliche Mitarbeit
- Reflektierendes Denken
- Leistungsbereitschaft zur künstlerischen Gestaltung
- Endprodukt

4. Was ist wichtig?

- Spaß und Freude am Fach Kunst
- Teamfähigkeit

Du solltest WPU Kunst wählen, wenn:

- Du gerne zeichnest oder malst
- Du gerne etwas über die o.g. Themen erfahren möchtest
- Du gerne in der Gruppe an Projekten arbeitest
- Du gerne gestaltest und a

5. Das erwartet dich außerdem:

- Eine kreative Lernumgebung
- Ein wertschätzender Umgang

Steckbrief Wahlpflichtfach ‚Soziales Engagement‘

1. Was macht man im Fach ‚Soziales Engagement‘?

Du hast die Gelegenheit, den Alltag eines sozialen Berufs kennenzulernen. An zwei Tagen arbeitest du je zwei Stunden in einer sozialen Einrichtung in Eschborn oder Niederh ochstadt. Es handelt sich dabei sowohl um die Betreuung von Kleinkindern als auch von älteren Menschen. Pro Halbjahr arbeitet man in einem dieser beiden Bereiche und wechselt dann in den anderen. Als Schüler/Schülerin unterstützt du das professionelle Personal bei der Beschäftigung der Kinder und älteren Menschen und hilfst auch bei den hauswirtschaftlichen Tätigkeiten. (Du wirst nicht bei der Körperpflege eingesetzt und bist auch niemals alleine verantwortlich für die Betreuung.)

2. Was lernt man in dieser Zeit?

Vom Malteser Hilfsdienst, mit dem zusammen wir diesen Kurs organisieren, erhältst du zunächst eine Einführung. Hier erfährst du Wissenswertes über den richtigen Umgang mit Menschen, die einer Unterstützung und einer aufmerksamen Begleitung bedürfen.

Danach lernst du durch eigenes Handeln in der Praxis und durch den Austausch mit Erziehern und Altenpflegern. Du wirst in die alltäglichen Abläufe eingebunden und lernst auf diese Weise viel über die Organisation von sozialer Arbeit.

In dieser Zeit entwickelst du deine sozialen Kompetenzen und Fähigkeiten im Umgang mit hilfsbedürftigen Menschen weiter.

3. Was/Wie wird benotet?

Beurteilt wird wie zuverlässig du bist und wie engagiert und selbständig du mitarbeitest.

Leistungsbeurteilung:

Die Einrichtungen geben der Schule zweimal pro Halbjahr Auskunft über deine Zuverlässigkeit und Mitarbeit. Am Ende des Schuljahres beschreibst du in einem kurzen Bericht deine Tätigkeit und deine Erfahrungen. Er wird von der betreuenden Lehrkraft beurteilt.

4. Was ist wichtig?

Es ist wichtig, dass du in der Lage bist, dein Verhalten auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der betreuten Personen einzustellen. Du musst umsichtig und verantwortungsbewusst handeln, denn du kümmerst dich um Menschen, die vieles nicht richtig einschätzen können und die schwach und hilfsbed rfstig sind.

Du solltest ‚Soziales Engagement‘ wählen, wenn:

- du Freude am Umgang mit Kindern und / oder älteren Menschen hast.
- du gerne praktisch arbeitest.
- du zuverlässig bist, denn du wirst selbständig zu den Einrichtungen gehen.
- du ausprobieren möchtest, ob ein sozialer Beruf dir liegt.

5. Das erwartet dich außerdem:

Du nimmst an einem Erste-Hilfe-Kurs teil, der vom Malteser-Hilfsdienst durchgeführt wird und erhältst darüber ein Zertifikat.

Geplant ist der gemeinsame Besuch in einer weiteren sozialen Einrichtung wie der Bahnhofsmision oder in einem Hospiz.