



**Kurs 1: „Der Ernährungsführerschein – mit Spaß kochen und gesund essen!“**  
für Kinder der 1. bis 4. Klasse

- Du lernst den praktischen Umgang mit Lebensmitteln und Küchengeräten
- Du lernst die Lebensmittelgruppen und ihre Bedeutung für deine Ernährung kennen
- Du lernst, woraus eine ausgewogene und gesunde Mahlzeit besteht
- Du bereitest gemeinsam mit anderen Kindern schmackhafte, kleine Gerichte zu, die wir im Anschluss gemeinsam verzehren.

Dozentin: Gabrielle Herbach-Kuhn  
Zeitraum: Mittwoch, ab 03.11. – 15.12.2021 (7 Termine)  
Uhrzeit: 16.00 Uhr – 18.00 Uhr  
Ort: Schülerküche im Untergeschoss des Hauptgebäudes

**Kurs 2: „Der Ernährungsführerschein – mit Spaß kochen und gesund essen!“**  
für Kinder der 1. bis 4. Klasse

- Du lernst den praktischen Umgang mit Lebensmitteln und Küchengeräten
- Du lernst die Lebensmittelgruppen und ihre Bedeutung für deine Ernährung kennen
- Du lernst, woraus eine ausgewogene und gesunde Mahlzeit besteht
- Du bereitest gemeinsam mit anderen Kindern schmackhafte, kleine Gerichte zu, die wir im Anschluss gemeinsam verzehren.

Dozentin: Gabrielle Herbach-Kuhn  
Zeitraum: Samstag, ab 06.11. – 18.12.2021 (7 Termine)  
Uhrzeit: 10.00 Uhr – 12.00 Uhr  
Ort: Schülerküche im Untergeschoss des Hauptgebäudes

**Kurs 3: „Marburger Konzentrationstraining - Konzentrieren kann sich jedes Kind!“**  
für Kinder der 1. und 2. Klasse

Das Marburger Konzentrationstraining (MKT) wurde für Kinder mit Konzentrationsschwierigkeiten in der Schule und bei den Hausaufgaben entwickelt. Das MKT fördert die eigene Motivation, Aufgaben erfolgreich zu erarbeiten. Die Methode „Inneres Sprechen“ (5 Schritte, die das Denken und aktive Handeln in Sprache fassen) wird im Gruppentraining erlernt und findet Anwendung im Lösen der Schul- und Hausaufgaben. Auch im täglichen Ablauf ist die Methode anwendbar. Das „Innere Sprechen“ hilft, sich zu orientieren, was zu tun ist: Schritt für Schritt zu handeln, um die Aufgabe zu lösen, die gestellt ist. Das Selbstvertrauen und -bewusstsein aller Teilnehmer\*innen zu stärken ist Ziel des Trainings, ebenso das selbständige Lösen von Aufgaben.

Dozentin: Katrin Reifenrath-Sailer  
Zeitraum: Dienstag, ab 26.10. – 16.11.2021 (4 Termine)  
Uhrzeit: 11.50 Uhr – 13.20 Uhr (5. und 6. Stunde)  
Ort: Schlauraum im Erdgeschoss des Hauptgebäudes

Bei großer Nachfrage wird der Kurs noch einmal vom 23.11. – 14.12.2021 (4 Termine) zur gleichen Zeit von der Dozentin angeboten.

**Kurs 4: „Kinderyoga“**  
für Kinder der 1. bis 4. Klasse

Auch Kinder brauchen einen Ausgleich zu einem oft schon fordernden Alltag. Kinderyoga macht nicht nur viel Spaß, sondern fördert das Miteinander und bietet körperliche Übungen ohne Leistungs- und Wettbewerbsdruck. Beim Yoga werden Selbst-Wahrnehmung und Körperbewusstsein trainiert sowie Motorik und Konzentration verbessert. Zudem wirkt Yoga beruhigend, kann Ängste und Stress abbauen und soziale Kompetenzen stärken. Die erfahrene Dozentin wählt altersspezifische Übungen aus.

Dozentin: Fatos Tuerkogullari  
Zeitraum: Donnerstag, ab 28.10. – 16.12.2021 (8 Termine)  
Uhrzeit: 16.00 Uhr – 17.00 Uhr  
Ort: Gymnastikraum im Untergeschoss des Hauptgebäudes

## **Kurs 5: „Malschule – Zeichnen, Drucken, Klecksen und Kleistern“ für Kinder der 1. bis 4. Klasse**

Im Kurs entdecken die Teilnehmer\*innen vielseitigste Materialien: diverse Künstlerfarben, Papiere, Karton, Naturmaterialien, Filz, Wolle und vieles mehr. Sie erlernen verschiedene künstlerische Techniken und verfeinern ihre gestalterischen Fähigkeiten. Dabei werden sie individuell und fachkundig von der Dozentin unterstützt. Die Fantasie der Kinder findet Anregung in begleitenden Geschichten und diversen Themen aus dem Bereich der Natur und Tierwelt.

Dozentin: Kathrin Lieske  
Zeitraum: Dienstag, ab 26.10. – 14.12.2021 (8 Termine)  
Uhrzeit: 15.00 Uhr – 16.00Uhr  
Ort: Kunstraum im Erdgeschoss des Seitengebäudes

## **Kurs 6: „Unterwasserwelten - selbst gebastelt und gemalt“ für Kinder der 1. bis 4. Klasse**

Unter Wasser gibt es einiges zu entdecken: Fische in verschiedenen Farben und mit unterschiedlichen Körperformen, Wale, Delfine, Oktopusse, Quallen - vielleicht sogar ein fantastisches Tiefsee-Monster? Sie leben in Riffen oder verstecken sich in exotischen Gewächsen oder in alten Schiffswracks, um nicht von den neugierigen Taucher\*innen entdeckt zu werden. Im Kurs bastelt ihr gemeinsam eine komplette Unterwasserwelt - die künstlerischen Möglichkeiten sind vielfältig: Blubberblasen-Mobiles? Quallen aus alten Papiertüten? Wellen aus Frischhaltefolie? Dazu entstehen experimentelle Hintergrundbilder mit Blau, Weiß und Türkis - Eurer Forscher\*innen-Fantasie sind keine Grenzen gesetzt!  
Bitte Tauch-Brillen mitbringen!

Dozentin: Jutta Ulshöfer-Schanz  
Zeitraum: Donnerstag, ab 28.10. -16.12.2021 (8 Termine)  
Uhrzeit: 16.00 Uhr – 17.30 Uhr  
Ort: Kunstraum im Erdgeschoss des Seitengebäudes

## **Kurs 7: „Atlas – Ich erfinde meine eigene Welt!“ für Kinder der 3. und 4. Klasse**

Dein Land ist noch in keinem Atlas verzeichnet, es wartet darauf, dass du es entdeckst und beschreibst. In diesem Kurs machen wir genau das. Jeder erfindet sein eigenes Land und stellt es in allen Einzelheiten vor. Am Ende hältst du den Atlas deines Landes in der Hand. Wie in einem "echten" Atlas enthält er viele Landkarten, Bilder und Beschreibungen rund um dein Land.

Wie groß ist es? Welche Tiere und Pflanzen leben dort? Welche Sprache wird gesprochen? Welche Spezialitäten gibt es? Wie sieht die Flagge aus? Wie heißt die Hauptstadt? Welche Sehenswürdigkeiten muss man besucht haben? Nur du kannst das beantworten.

Wir verwenden verschiedene Techniken, um den Atlas lebendig zu gestalten. Wir drucken, arbeiten mit Buchstabenstempeln und Schreibmaschine, fotokopieren, machen Collagen und Zeichnungen, gestalten Karten, Bilder und Tabellen.

Dozentin: Julia Both  
Zeitraum: Freitag, ab 29.10. – 17.12.2021 (8 Termine)  
Uhrzeit: 14.30 Uhr – 15.30 Uhr  
Ort: Kunstraum im Erdgeschoss des Seitengebäudes

## **Kurs 8: „Keramikwerkstatt - Tiere, Pflanzen und Formen der Natur“ für Kinder der 1. bis 4. Klasse**

Tiere, Bäume, Schneckenhäuser, Früchte, Wurzeln, Muscheln... „Naturkunstwerke“ geben uns in diesem Kurs viele Ideen für unsere Gestaltung mit Keramik. Wir schauen in die Geschichte der Keramik, bauen Figuren (z.B. Naturgötter/-göttinnen) und Gefäße wie die Menschen aus der Steinzeit und der Antike. Wir gestalten Tiergefäße wie die Ägypter und afrikanische Masken. Die Dozentin zeigt euch die verschiedenen Techniken, wie ihr mit Keramik Formen aufbauen könnt, und hilft euch dabei. Nachdem eure Werke getrocknet sind und im Brennofen waren, werden sie bunt angemalt.

Dozentin: Julia Both  
Zeitraum: Freitag, ab 29.10. – 17.12.2021 (8 Termine)  
Uhrzeit: 15.45 Uhr – 17.00 Uhr  
Ort: Kunstraum im Erdgeschoss des Seitengebäudes