

Projekttag

23. - 25. Mai 2016



In diesem Jahr hatte das Motto

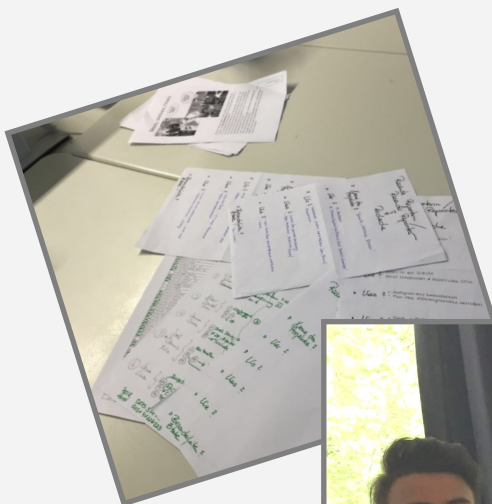
fit in den Tag

das Rennen gemacht und die Schülerinnen und Schüler der RIK konnten insgesamt unter 23 Projekten wählen.

Ganz im Sinne des Mottos gab es auch eine Gruppe

„Rasende Reporterinnen und Reporter“,

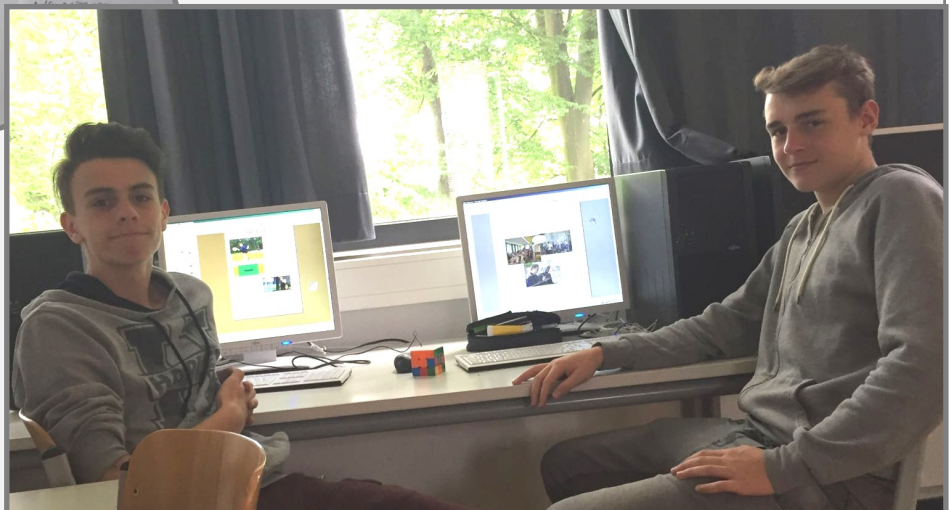
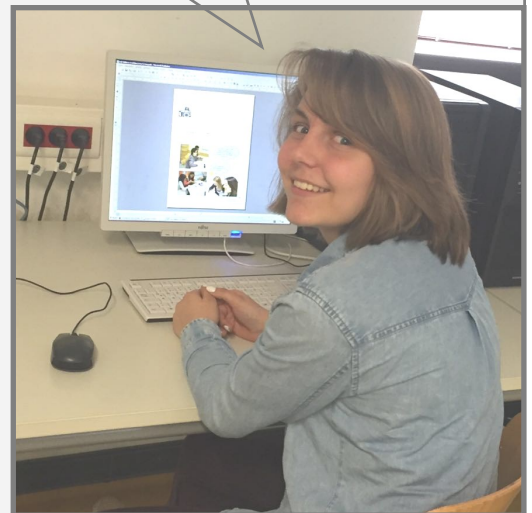
die unter der Leitung von Andrea Temme alle Projekte in den Blick nehmen wollten.



Gar nicht so einfach,
aus all den
Informationen einen
interessanten
Bericht zu schreiben.



Interessant, wie unterschiedlich in
den verschiedenen Projekten ge-
arbeitet wurde!



Smoothies und antialkoholische Getränke



Ich wusste gar nicht, dass man aus Obst und Gemüse so leckere Getränke machen kann!

In dem Projekt von **Frau Mersch** und **Frau Wallschlag** geht es hauptsächlich um das Herstellen von Smoothies und antialkoholischen Getränken.

Ziel des Projekts ist es, Smoothies zuzubereiten. Zuvor wurde geguckt, wo man solche Getränke kaufen kann und wie teuer sie sind.

Anschließend wurde im Internet recherchiert, wie man Smoothies herstellen kann. Bei der Smoothiesherstellung ist es wichtig, keinen Zucker zu verwenden, da der Fruchtzucker das Getränk ausreichend süßt.

Smoothies werden oft mit Gemüse und/oder Obst zubereitet, je nach Geschmack.

Am besten ist es, wenn man Smoothies kalt trinkt.

RIK-Reporter:
Daniel (9d), Albor (9d), Finn (9d)

BOXEN



Einen Einblick in die Welt des Boxens konnten die Schüler und Schülerinnen in diesem Projekt erlangen. Unter der Leitung von **Frau Hormann, Laura Loßin (10b)** und **Trainer Uwe** vom **Boxzentrum Münster** wurden die 22 Jugendlichen in die Grundregeln des Boxens eingeführt und am ersten Tag auf Koordination trainiert.



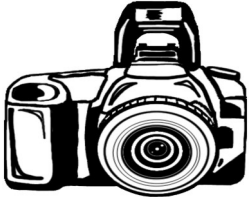
Yeah!!
Endlich können
wir
anfangen!

Zwei, vier,
sechs...
zwei, vier, sechs
...



RiK-Reporterinnen:
Lina Lerch (9b), Lena Breitenfeld (9b)

„fit – bewusst – glücklich“ –



mit Bildern erzählen

Das Projekt soll die Kreativität der Schülerinnen und Schüler fördern, in dem sie Geschichten zu ihren persönlichen Glücksgefühlen schreiben und diese mit eigenen Fotografien ergänzen, sodass Fotostorys über das Glücklichsein entstehen.

Frau Mairose und **Frau Massine** hatten die Idee zu diesem Projekt: Glücksmomente bewusst werden zu lassen stärkt den Optimismus der Jugendlichen und trägt zur allgemeinen Fitness bei.

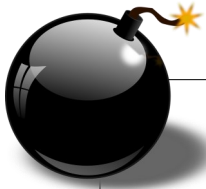


Was soll ich denn bitte dazu schreiben? Ich meine, auch alltägliche Dinge lösen Glücksge-

Ich verbinde Glücksgefühle mit



RiK-Reporterinnen:
Lena Breitenfeld (9b)
Lina Lerch (9b)



Zündstoff Mode

Im Projekt „Zündstoff Mode“ unter der Leitung von **Frau Reinken** und **Frau Diepenbrock** recyceln die Schüler und Schülerinnen Stoffe, indem sie sie zu neuen Objekten verarbeiten.

Zuvor erfuhren die Jugendlichen eine Menge über die Belastung der Umwelt durch unseren Kleidungsverbrauch.

In einer kleinen Gruppe gestalten vier Neuntklässlerinnen z.B. ein Kleid im Rokokostil; auf die Fertigstellung darf man gespannt sein!



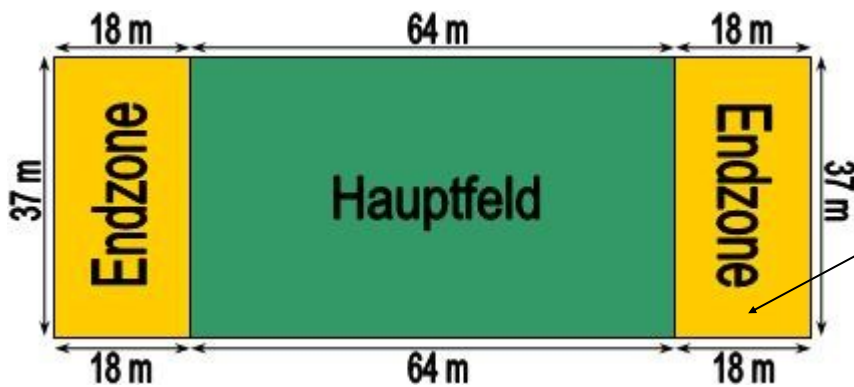
BOH, IST
DAS STEHEN
ANSTRENGEN-
GENDE!!!



HOFFENT-
LICH WIRD
DAS KLEID
SCHÖN.

RiK-Reporterin:
Hannah Pelz (8a)

Scheibensport



Natürlich gibt es nicht nur Ultimate Frisbee, sondern auch Discgolf.

Discgolf funktioniert ähnlich wie Golf: Man hat einen Gegenstand - hier Scheibe - in ein Ziel - hier Korb - zu befördern. Wer am wenigsten Würfe braucht, hat am Ende gewonnen.

Unsere Teilnehmer/-innen waren am Montag auf dem GW Marathonplatz am Wienburgpark. Am Dienstag ging es nach Lünen, um einen Workshop auf dem Discgolf-parcours zu absolvieren.

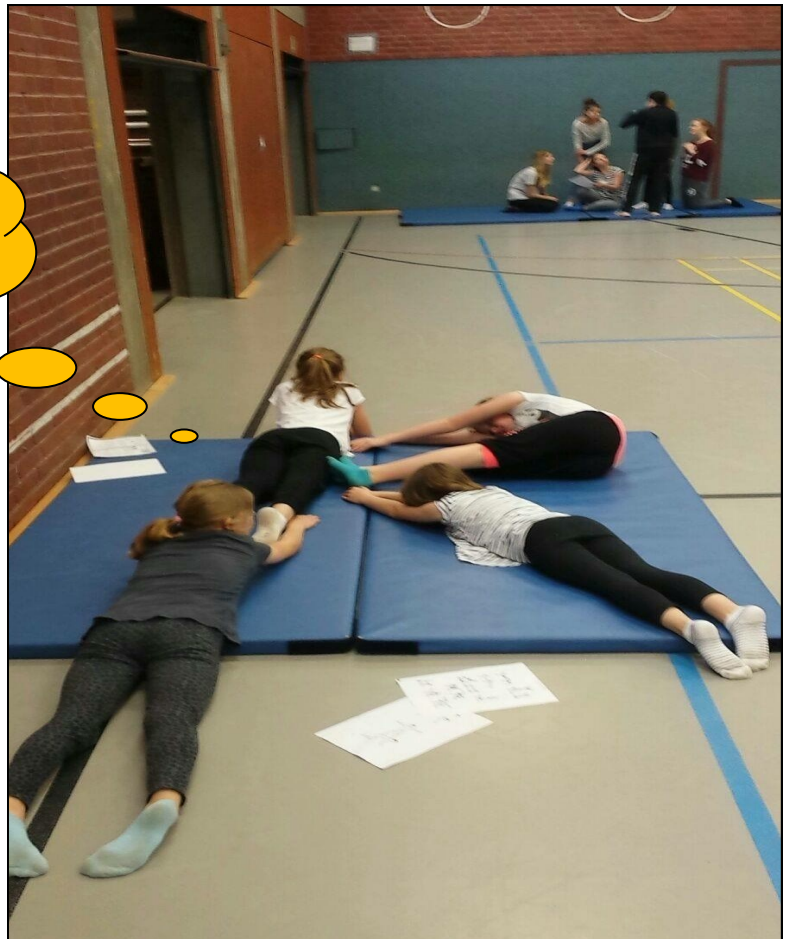


Projektleitung:

Klaus Sumowski
Luisa Graefer (10d)
Annika Behrendt (10a)
Jonas Steermann (10c)
Marvin Hartmann (ehem. Schüler)

RiK-Reporter:
Nils Gür (8c)

Bewegung und Kreativität halten uns fit



In dem Projekt „Bewegung und Kreativität halten uns fit“, geleitet von **Frau Lonsing** und **Frau Menke**, lernten Schüler/-innen die Trendsportarten Rope Skipping und Akrobatik kennen. Bei der Akrobatik wurden verschiedene Buchstaben gebildet und damit Wörter gelegt, außerdem wurden unglaubliche Menschenpyramiden gebaut. Beim so genannten Rope Skipping, auch Seilchen springen genannt, wurden unterschiedliche Sprünge gelernt und in Partner-/Gruppenarbeit kreativ umgesetzt.

RiK-Reporter/Reporterin:
Simon (9d), Laura (9d)

Beauty – Wellness – Fitness



Kommt und
probiert!

Ich glaube, das wird
echt interessant! Hier!



Mit einer Menge Spaß, Lachen, Spielen und Essen machte die Gruppe von **Frau Backhaus** tolle neue Erfahrungen bei dem Thema „Ganzkörperwohlergehen“.

Am Dienstag besuchten sie das Fitnessstudio „Fitness First“ unter der Anleitung des Inhabers Daniel Schröder. Auf dem Wochenmarkt am Dom wurden am Mittwoch Zutaten für eine selbsterzustellende Gesichtsscreme gekauft; nicht nur die Haut freute sich über die leckeren Produkte.

Yoga- und Meditationsübungen unterbrachen die einzelnen Aktionen auf angenehme Weise.

So gingen dann schöne Projekttag zu Ende. An diese drei Tage werden sich die Teilnehmerinnen noch lange erinnern und einige Tipps mit nach Hause nehmen.

RiK-Reporterin:
Jolina Reuber (9a)

Auf die Bühne, fertig, los!



Rechts und links, und
wieder rechts,
juhuhuuu!

3, 2, 1 und springen!



Die Schülerinnen und Schüler des Projektes konnten unter der Leitung von **Frau Schulte-Renneberg** und **Frau Meise** viele neue Erfahrungen in den Bereichen Hip-Hop, Gesang und Improtheater sammeln. Als Experten waren **Florentina van Hettinga (9a)** und **Friederike Hovestadt (9a)** dabei.

Die Tänze und kleinen Schauspielsequenzen wurden mit viel Spaß und Spiel erarbeitet. Die Truppe verbrachte ihre Zeit größtenteils im Musikraum oder an der frischen Luft auf dem Schulhof, um ihre Tanzschritte einzuüben. Die Schüler/-innen gaben eine sehr positive Rückmeldung und berichteten von viel Spaß und tollen Erfahrungen in den drei Tagen.

Frau Schulte-Renneberg, Frau Meise und die beiden Expertinnen sorgten stets für gute Laune und eine tolle Stimmung. Sicherlich ein Projekt, an das sich die Jugendlichen gerne zurückerinnern werden.

Und - wir haben
immer ein
Lachen in den
Backen.



RiK-Reporterin:
Lisa Brinkmann (9a)

Entspannung und Bewegung



Das Projekt „Entspannung und Bewegung“ wurde von **Frau Uhlen** und dem Experten **Patrick (9c)** geleitet.

In dem Projekt wurden spielerisch viele Entspannungstechniken eingeübt, damit die Schülerinnen und Schüler in Stresssituationen auf sie zurückgreifen können.

Viele Spiele wurden auf dem Pausenhof oder der Turnhalle durchgeführt. Beim Entspannen dürfen die Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen. Es wurden mehrere Materialien benutzt, wie z.B. Bälle oder Mandalas.

RiK-Reporter:

Albor (9d), Finn (9d), Daniel (9d)

Fahrradparcours



In dem Projekt „Fahrradparcours“, geleitet von **Frau Töns-Jäger** und **Frau Göddeker**, übten die Schüler und Schülerinnen auf dem Schulhof das sichere Fahrrad fahren.

Sie lernten dies, indem sie einen Hindernisparcours mehrmals durchfahren mussten. Am Dienstag ging's Richtung Zoo und am Mittwoch riefen die Rieselfelder als Ausflugsziel, um das Fahren in der Gruppe zu trainieren.

RiK-Reporter/-in:
Laura (9d), Simon (9d)



Mit den Leiterinnen **Frau Berning** und **Frau Tieben** sowie den Expertinnen **Mia** und **Saskia (6b)**, **Selina** und **Franzi (10d)** versuchten sich die Schüler/innen an verschiedenste Tanzchoreografien, die mithilfe von Youtube-Videos über den Beamer gezeigt wurden. In kurzer Zeit wurden so die verschiedensten Tanzschritte gelernt.

Am Ende der Projektstage tauschten sich die Tanzprojekte (HipHop, Let's dance like the Stars 1 und 2) untereinander aus.



RiK-Reporterinnen:
Leonie Rößmann (7a)
Melina Offer (7a)

NATUR ERKUNDEN MIT GEOCACHING

Dieses Projekt bot Schülern und Schülerinnen die Möglichkeit, mit GPS – Geräten und eingebauten Kompassen zu arbeiten, um anschließend mit diesen Hilfsmitteln verschiedene Standorte ausfindig zu machen. Die zu erfüllenden Aufgaben führten die Jugendlichen unter anderem durch den Wienburgpark wie auch zum Maikotten in Münsters Osten. Das Programm lief unter der Leitung von **Frau Bartmann** und **Frau Hendricks**.

Wo gehen wir noch
überall hin?



GPS – Geräte
sind echt cool!



RiK-Reporterinnen:
Lina Lerch (9b), Lena Breitenfeld (9b)

Positive Energie durch HipHop

Mit den Leiterinnen **Frau Fölling, Frau von Einem** und der Expertin **Marie Uhlenbrock (9a)** lernten die Schülerinnen und Schüler verschiedener Jahrgänge neue Moves in Sachen HipHop. Auch **Saverina Pasquariello, die Mutter einer Schülerin** hat viel mit den Jugendlichen an der Choreografie gearbeitet und ist sehr zufrieden mit der Gruppe. „Das haben sie echt gut gemacht!“ so Saverina. Ob noch unerfahren oder bereits schon einmal gemacht, alle hatten großen Spaß.



Bevor es losgeht, wird sich erst einmal warm gemacht.



Eine kurze Besprechung, wie es weitergeht.



Dann geht es los mit HipHop!

RiK-Reporterin:
Melina Offer (7a)

theaterworkshop



Ich habe schon voll
viel dazugelernt!

Diese Projektgruppe unter der Leitung von **Frau Schengber**, **Frau Stuke** und **Frau Lanwehr** hat mit viel Spiel und Spaß ein Theaterstück erprobt.

Am Montag hatte die Gruppe am Anfang einige Spiele durchgeführt, um die Hemmungen, vor anderen eine bestimmte Rolle einzunehmen, zu verlieren. Dabei wurde viel gelacht. Zum Beispiel haben sie eine Geste mit einem Namen verbunden, denn das diente als Eselsbrücke. Schließlich haben sie sich den Text „Der kluge Fischer“ durchgelesen und haben sich das gleichnamige Stück im Theater angeschaut. Dabei konnten sie sich einige Tipps und Tricks von den Profis abgucken.

Am Dienstag führten die Schülerinnen und Schüler ein Improvisations-Training durch, um es am Mittwoch der Theaterpädagogin **Frau Heße** vorzuführen. Sie schaute sich das Ganze an und gab noch wertvolle Hinweise. So gingen drei wundervolle Tage mit viel Spiel und Spaß zu Ende.

RiK-Reporter:
Joel Hummer (9b)

Wandern durch Münster



Das Projekt „Wandern durch Münster“, geleitet von

Herrn Gudd und **Frau Ahlers**, beinhaltete die Bewältigung unterschiedlicher Wanderrouen.

Am ersten Tag führte die Tour sie einmal um den Aasee. Da sie nicht an einem Tag nach Handorf und wieder zurücklaufen konnten, haben sie sich die Strecke auf zwei Tage aufgeteilt: am Dienstag liefen sie die Strecke nach Handorf und fuhren mit dem Bus zurück; am Mittwoch ging es zunächst in den Bus und zu Fuß Richtung Innenstadt zurück. Der Spaß kam bei allen Routen nicht zu kurz.

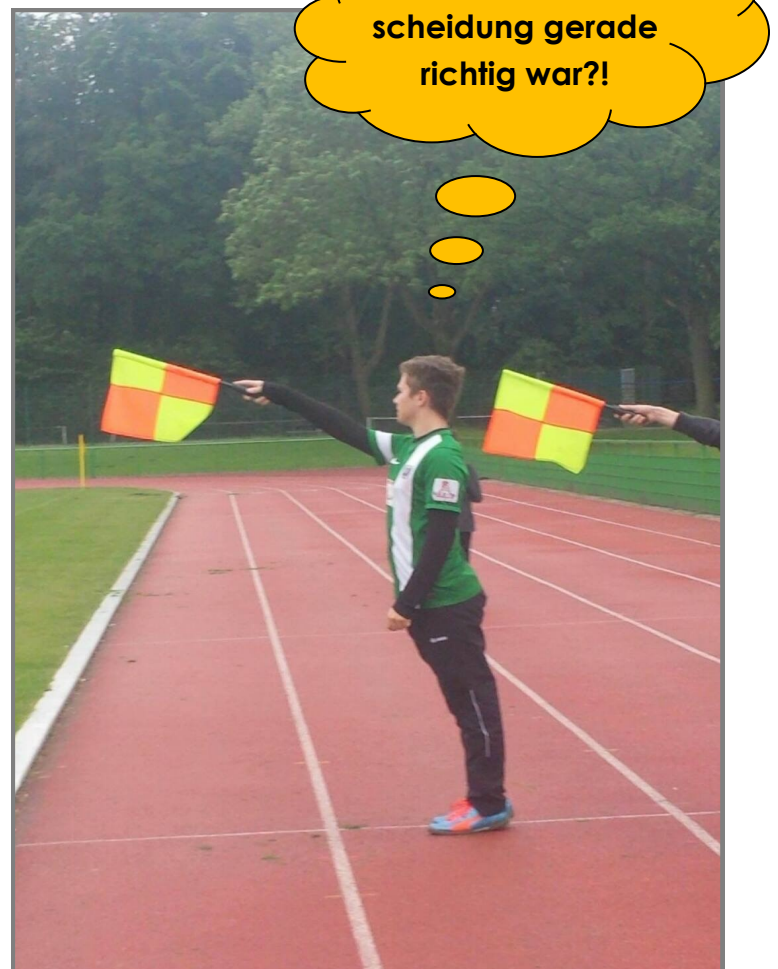


RiK-Reporterin:
Hannah Pelz (8a)

Schiedsrichter

In das Projekt „Schiedsrichter“, geleitet von **Frau Dieterich** und **Frau Labusch**, wurde der **Schiedsrichter Herr Kaatz** eingeladen. Er ist zum dritten Mal bei uns an der RiK, um uns ins Schiedsrichterleben einzuweisen.

Am ersten Tag lernten die Schüler/-innen, wie man den mit den Spielern auf dem Fußballfeld richtig umgeht. Am nächsten Tag ging es zur Sentruper Höhe, um dort das richtige Laufen eines Schiedsrichterassistenten zu lernen. Am letzten Tag der Projekttag mussten alle Teilnehmer/-innen eine Schiedsrichterprüfung absolvieren.



RiK-Reporter/-in:
Laura (9d), Simon (9d)

