

MoNami Kursbeschreibung 2023/2024

MONTAG

- **„In der Küche“ mit Heidi**

Der Montag fängt gleich lecker an! Heidi hat tolle Rezepte für Süßes und Herzhaftes für euch im Gepäck. Eine Reise durch die Welt der gebackenen Bananen, American Applecrumble, Weihnachtsplätzchen, Steinofen-Pizzas, asiatischen Glücksrollen und Pfannkuchen. Welche Köstlichkeit möchtest du gerne ausprobieren?

- **„Uteskole“ mit Astrid**

Uteskole = Schule unter freiem Himmel.

Wir werden im Wald, auf dem Schulgelände und in der Umgebung, unser Umfeld erfahren, erleben und mitgestalten. Natur-Experimente, Wissenswertes über Flora und Fauna, Achtsamkeitsspiele und Nachhaltigkeit, Exkursionen und vieles mehr bilden ein abwechslungsreiches und spannendes Programm für alle Jahrgangstufen. Sicherlich werden wir auch ein bisschen in unserem Schulacker werkeln - graben, pflanzen, pflegen, Wissenswertes über Nutzpflanzen und den Kreislauf der Natur und dann natürlich die Ernte genießen.

- **„Spiele und Bewegung im Aquarium“ mit Petra**

Unser Bewegungsraum „Aquarium“ im Neubau bietet Platz für die unterschiedlichsten Sachen. Mit Petra könnt ihr montags euren Ideen freien Lauf lassen! Bewegungsspiele, Disko, Zirkusakrobatik, Jonglieren, Parkour, Lager bauen, balancieren, turnen und vieles mehr. Sei dabei und tob dich aus!

DIENSTAG

- **„Yoga“ mit Johanna**

Johanna nimmt dich auf einem fliegenden Teppich mit auf eine fantastische Reise nach Indien - das Heimatland der Yogi. Dort begegnen dir die Yogatiere Hund, Kobra, Adler, Heuschrecke und Krokodil. Sie werden dir zeigen, wie die Magie der Bewegungen Wunder bewirken in dir! Dein Körper gewinnt Kraft, dein Geist wird ruhiger und dein eigenes Energiesystem wird mit Energie aufgeladen! In diesem Kurs lernst du auch Meditieren und verschiedene Atemtechniken kennen. Dadurch kannst du dich ganz wunderbar entspannen und innere Stärke und Kraft sammeln.

- **„offenes Angebot – freies Spiel“ mit Heidi**

Betreut von Heidi könnt ihr je nach Wetter im Garten oder im Spielzimmer eure eigenen Ideen umsetzen. Kickern, Tischtennis, draußen bolzen oder einfach im Tipi mit den Freunden ratschen und chillen? Sicher hast du noch viele andere Ideen!

- **„Wollkörnchen“ mit Doris**

In Doris' kreativem neuem Kurs kannst du stricken und häkeln lernen, sticken, flechten, Freundschaftsbändchen knüpfen, Pompoms basteln oder was auch immer dir noch einfällt, das man mit Wolle machen kann. Wie wärs mit einem Handytäschchen? Ein Schal für Papa oder ein schönes Haarband für dich selbst? Wir haben auch viel Material im Schrank, das du gut mit deinen kreativen Projekten kombinieren kannst! Perlen und Federn zum Beispiel!

MITTWOCH

- **„Bunter Projekttag“ mit Heidi und Astrid**

Mittwochs ist unser Projekttag in MoNami.

Heidi und Astrid haben wieder viele Ideen für ein buntes Programm.

Werkeln, Spiele-Olympiade, Experimente, Wissenswertes aus der ganzen Welt, Büchereibesuche, Lese- und Vorlesezeit, Raum um Vorträge vorzubereiten, Englischlabor, Serviettentechnik, Faschings- und Halloweenideen umsetzen, töpfern, backen und und und. Auch ein Filmnachmittag mit Popcorn darf da natürlich nicht fehlen. Welche Ideen hast du? Wir setzen es um!

DONNERSTAG

- **„Kreativwerkstatt“ mit Johanna**

Johanna verzaubert mit ihren 1001 Ideen sogar Bastel- und Nähmuffel! Ob Papierwerkstatt, filzen, alles rund um Stoff, Wolle, Knöpfe, Wachsbatiken, Upcycling, Naturkunstwerke oder Osterschmuck... Bei Johanna könnt ihr eurer Kreativität freien Lauf lassen und neue Techniken kennenlernen.

- **Sport, Spiel und Spaß mit Markus**

In diesem Kurs geht es um alles was dir sportlich Spaß macht. Bist du fußballbegeistert? Hast du Lust auf Slacklinen oder Basketball? Bewegst du dich gerne und willst deine Kraft und Ausdauer mit deinen Freunden trainieren und messen? Bei Ballspielen, Tischtennis, Wettkampfspielen und vielem mehr, kannst du dich austoben und vielleicht sogar dein neues Hobby entdecken. Der Kurs findet soweit möglich draußen statt.

- **„offenes Angebot – freies Spiel“ mit Doris**

Betreut von Doris könnt ihr je nach Wetter im Garten oder im Spielzimmer eure eigenen Ideen umsetzen. Fangen oder Fußball spielen, Einrad fahren, Sammelkarten tauschen oder in unserer Matschküche ein leckeres Gericht kochen? Sicher hast du noch viele andere Ideen!