Memory of a Class

PRAXISKLASSE TRIFFT THEATER UND COMIC

Die Praxisklasse

Seit dem Schuljahr 2014/2015 besteht die Praxisklasse an der Hauptschule Sophienstraße, seit dem Schuljahr 2016/17 auch an der Hauptschule Pestalozzistraße in Braunschweig.
Sie ist ein neues Modell der neunten / zehnten Klasse an Hauptschulen. Die Schüler*innen gehen an 3 Tagen in der Woche zur Schule. 2 Tage sind sie im Praktikum in Betrieben und sammeln Berufserfahrungen.

Das Theaterprojekt

Das Theaterprojekt "Durchstarten ins Berufsleben – starker Auftritt" ist von Beginn an ein fester Bestandteil. Spielraum TPZ. begleitet die Praxisklasse für die Dauer eines Schuljahres mit theaterpädagogischen Workshops zu Berufswünschen und Lebensentwürfen, um die Schüler*innen in ihrem Übergang von der Schule in den Beruf zu unterstützen und ihr eigenes Engagement zu fördern.
Mit künstlerischen & theaterpädagogischen Mitteln arbeiten zwei Theaterpädagog*innen mit ihnen zu folgenden Schwerpunkten:

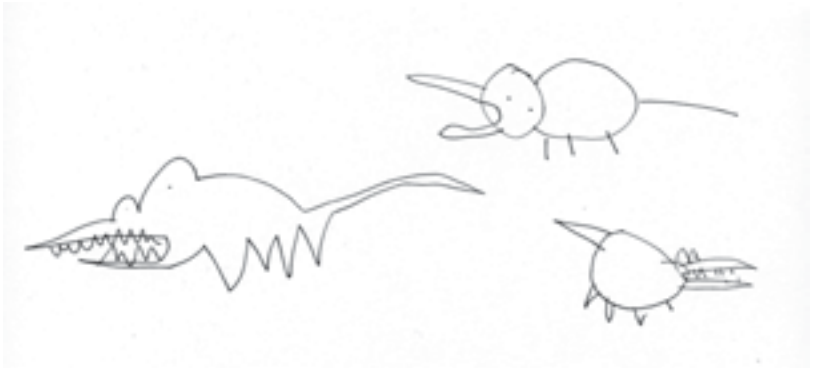
- Berufs- und Lebenswünschen auf die Spur kommen und diese mit der Realität abgleichen.
- Erfahrungen aus den Praxistagen im Betrieb reflektieren und Feedback zu eigenem Verhalten bekommen.
- Positive Selbstwahrnehmung entwickeln und die Selbstpräsentation stärken.

Das Praxisklassen-Buch

In diesem Schuljahr halten die Schüler*innen ihre Erfahrungen in einem Buch fest, das bei einer abschließenden Veranstalung präsentiert wird.

Förderer

Das Theaterprojekt wird gefördert von der Stiftung - Unsere Kinder in Braunschweig, der Stiftung Kleiderversorgung Braunschweig und der Volkshochschule Braunschweig GmbH.



Hier, nimm: Ein Stück Papier und einen Bleistift. Okay. Jetzt hast du 10 Sekunden. Male einen Affen. Okay. Und jetzt mal ein Krokodil. Okay. Und jetzt 20 Sekunden. Eine Giraffe auf Rollschuhen. Okay und jetzt mal eine Ärztin, die einen Jeep fährt. Und jetzt dich. Welche Eigenschaft von dir magst du am Liebsten? Woran hast du Spaß? Was kannst du am Besten? Mach es groß. Größer. Lass es deine Superkraft sein.

Wähle deine Stärken und Schwächen

Deine Helden ideen:

Schritt 1:

Verbinde die Eigenschaften mit einer passenden Superkraft

Negative-Eigenschaften	Super-Schwächen
- Faul sein	→ Nicht auf fragen antworten können
- Schnell Aggressiv werden	→ Bei reizung in ein monster verwandeln
- von etwas Abhängig sein	→ Gegenstände kleben wenn man sie mag
-	→
-	→
-	→

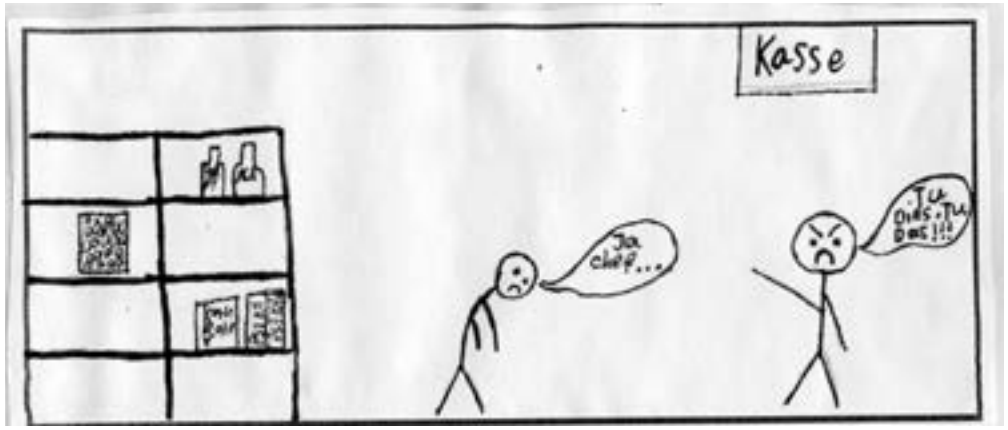
Schritt 2:
Überlege dir eine persönliche Superkraft, die auf einer Eigenschaft von dir beruht:

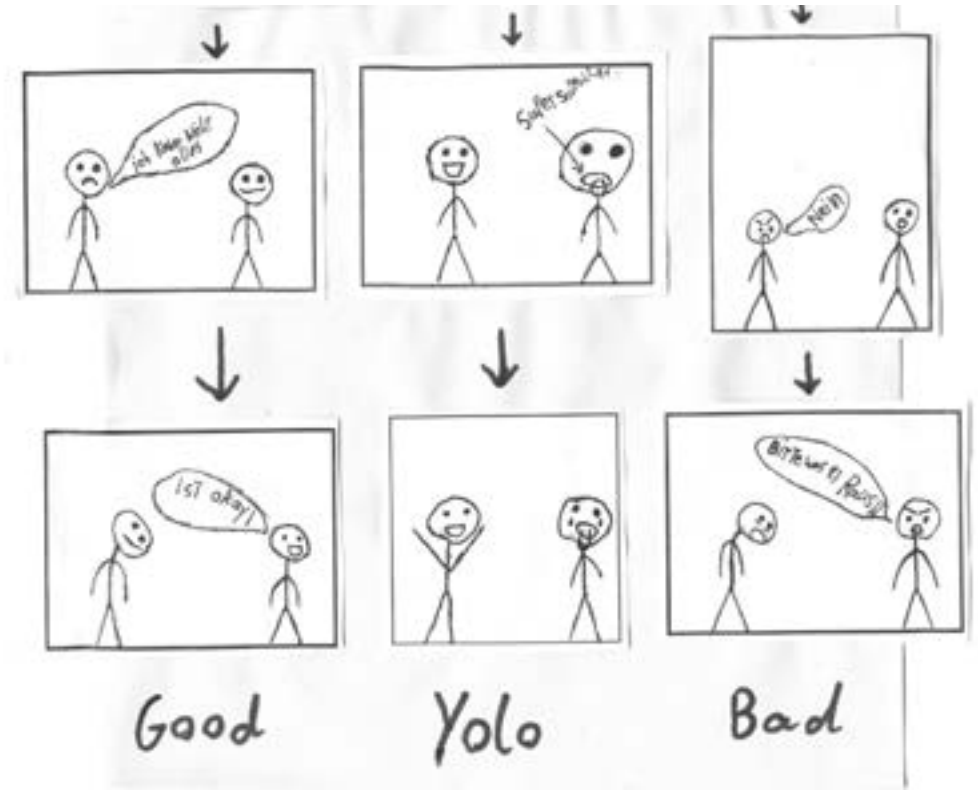
Prositive-Eigenschaften	Super-Stärken
- Überzeugend sein	→ Hyptnotisieren können
- Stark sein	→ Alles heben und werfen können
- Gut mit Lebewesen umgehen können	→ Sich mit allen Lebewesen unterhalten kön
-	→
-	→
-	→

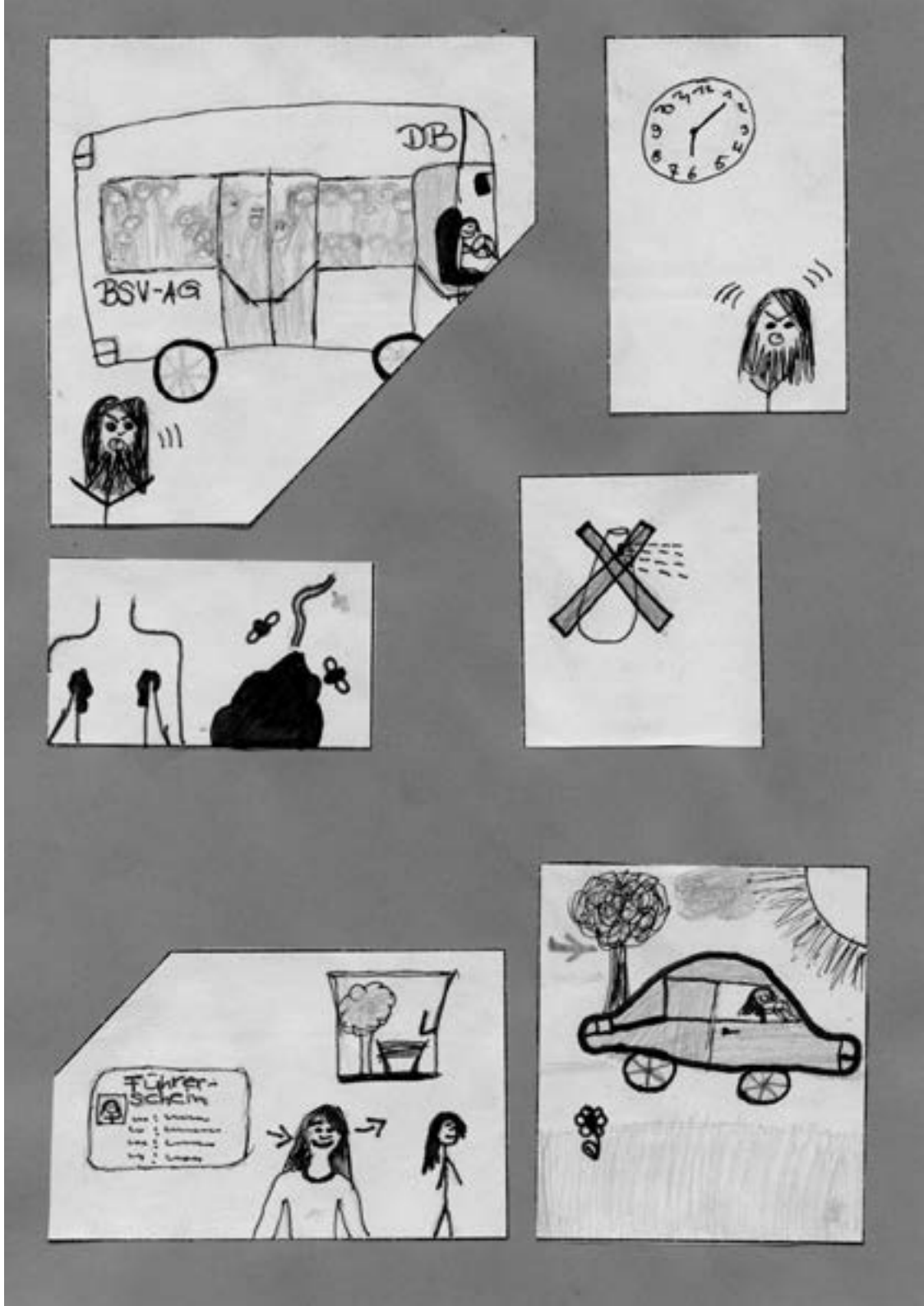
FREE
BLEEDING

HELDENHAFTE ARBEIT

Auch Held_innen machen Praktika...







ARBEIT – MACHT – PROBLEME

Arbeit ist das halbe Leben. Aber muss es das überhaupt sein? Wo will ich überhaupt arbeiten und hat das was mit meinem Praktikumsplatz zu tun? Was mache ich da eigentlich den ganzen Tag? In einem Workshop mit unserem Gast, der Theaterpädagogin und Empowerment-Trainerin Céline Bartholomäus reflektieren wir unsere eigene Position im Betrieb und stoßen auf Situationen, die gar nicht so optimal gelaufen sind. Und wir erfahren, dass wir etwas daran ändern können. DGB-Jugendreferentin Denise Steinert ist zu Gast und spricht mit uns über unsere Stärken, Schwächen und Probleme, die uns im Berufsalltag begegnen.

Probleme

Ich möchte das Problem lösen, dass alle Arbeite an mir hängen bleibt. Der Chef überfordert mich indem er mir zu viele Aufgabe auf einmal gibt, z.B. Löcher bohren, Dübel einschlagen und Schellen eindrehen.

Ich möchte das Problem "zu wenig Motivation" lösen. Das Problem tritt schon vor der Schule auf. Meistens wenn ich auf dem Weg zur Schule bin.

Ich möchte einen Arbeisplatz finden, wo ich wenig reden muss. Ich arbeite bei Edeka und will nicht mit meinen Kollegen reden, da ich schüchtern bin.

Ich möchte mehr darüber wissen, was mein Vorgesetzter darf und was nicht, zum Beispiel im Falle einer Kündigung.

Ich möchte daran arbeiten, mir bei Probleme Hilfe zu suchen – zum Beispiel wenn mein Chef sich nicht an Absprachen hält.

Ich möchte daran arbeiten, über meine Probleme zu sprechen. Es fällt mir schwer über meine Probleme zu sprechen, weil ich immer ausgelacht werde und mich keiner versteht.

WO WIR HINGEHEN KÖNNEN

Jugendberatung bib
Domplatz 4
38100 Braunschweig
Tel.: 0531 52085 (Terminvereinbarung)
Fax: 0531 52086
E-Mail senden
Webseite

Öffnungszeiten
Ohne Anmeldung
Mo - Fr 14:00 - 17:00 Uhr

wo wir hin gehen können

Angebot

Wir beraten und unterstützen dich bei allen Fragen und Problemen, die junge Menschen haben.
Die Beratung kostet dich nichts und ist vertraulich.
Du kannst allein kommen oder auch jemanden mitbringen.
Regelmäßig bieten wir auch Gruppen an.
Du kannst telefonisch einen Termin vereinbaren oder während der Öffnungszeiten einfach so vorbeikommen.
In der Regel findet die Beratung nach Terminabsprache statt.

Zielgruppe

Jugendliche und junge Erwachsene von 14 - 26 Jahren

3. Jugendberatung mondo X / http://www.mondo-x.de/

Wir sind ein eingetragener Verein und Mitglied im Diakonischen Werk. mondo X wurde 1977 als Anlaufstelle für Jugendliche mit Alltagsproblemen eröffnet und hat sich zu einer Beratungsstelle für alle Probleme des Jugendalters entwickelt.

Angebot

Beratung zu Anlässen **wie** z.B.

- Probleme mit den Eltern oder in der Schule
- Ausbildung/ Beruf
- Psychische Probleme wie Ess-Störungen, Ängste und Depressionen
- Schwierigkeiten in der Partnerschaft

Die Beratung ist kostenlos. Es gibt keine Wartezeit.

Prävention

Wir arbeiten mit Schulklassen z. B. zu den Themen

- Ich bin süchtig nach..."
- Erste Beziehungen
- Ess-Störungen

sowie im Rahmen von **Gewaltprävention** zu den Themen

- Zivilcourage zeigen
- Mobbing
- Selbstvertrauen stärken

Gruppen z. B. zu Themen

- Fit für Kontakte und Konflikte
- Entspannung
- Auf der Suche nach „meinem" Beruf
- Ess-Störungen vermeiden

Außerdem

- Mädchen und junge Frauen können von Frauen beraten werden
- Präventionsgruppen speziell für Schülerinnen gibt es z. B. zu den Themen "Ich bin süchtig nach..." und "Ess-Störungen"
- Gruppen für Mädchen werden auf Nachfrage durchgeführt

Ich möchte mich für Gleichberechtigung am Arbeitsplatz einsetzen.

Ich weiß wer dir helfen kann!

Denise Steinert
denise.steinert(at)dgfb.de
Telefon: (05 31) 4 80 96 - 37
Mobil: (01 60) 58 00 67 5

EIN BRIEF AN MICH SELBST

Was will ich in meinem Leben alles noch erleben? Ich habe mindestens zwanzig Minuten Zeit und schreibe alles auf ein leeres Blatt. Wenn mir wirklich gar nichts mehr einfällt, ordne ich meine Wünsche nach Wichtigkeit und schreibe einen Brief an mich selbst. So als würde ich das Leben, das ich mir wünsche, jetzt schon führen.

Auf diese Art und Weise komme ich meinen eigenen Wünschen schrittweise näher und werde so zur Expertin oder zum Experten meines eigenen Lebens. Anschließend habe ich die Wahl: Möchte ich das, was ich gerade über mich heraus gefunden habe, mit der Gruppe teilen? Und wenn ja, unter welchen Bedingungen? Wer liest meinen Text vor? Möchte ich das selber machen? Wem aus der Gruppe vertraue ich am meisten? Ich selbst darf entscheiden und alle müssen meine Entscheidung respektieren.

Game over!
Goodbye my friend!

#FUTURE

WIE MÖCHTEST DU DEINE ZUKUNFT GESTALTEN?

Vernünftigen Job – Ausreichend viel Geld verdienen (Bundeswehr) - 2 Kinder – Heiraten

Guter Hauptschulabschluss – Ausbildung im Einzelhandel abschließen - 2 Kinder – Heiraten

Ausbildung als Verkäufer, am Liebsten in einem Schuhladen – Den Mercedes Benz von meinem Vater übernehmen – 1 bis 2 Kinder – Heiraten und ein Haus kaufen

Einen Job finden, bei dem man bis 9:00 Uhr ausschlafen kann – Politiker werden – Das Schulsystem ändern

Einen Führerschein machen – Guten Abschluss – Ausbildung zur Erzieherin – Als Erzieherin arbeiten

Fußballprofi – Bei der Mannschaft AC Mailand spielen – Familie aufbauen – Nach der Fußballkarriere nach Kosovo auswandern

Kontra K treffen – Realschulabschluss abschließen – Die Ausbildung "Fachkraft für Büroarbeiten" abschließen – Ausreichend viel Geld verdienen – Urlaub in Brasilien – Pitbull besitzen

Realschulabschluss abschließen – 2 Kinder – Heiraten – Ausbildung als Fahrzeuglackierer abschließen – Guten Job – Ausreichend viel Geld verdienen – Vielleicht nach Polen zurück

Karriere machen – Schule abschließen mit erweitertem Realschulabschluss – Führerschein machen – VW arbeiten – Familie aufbauen – Mit Familie reisen – Glücklich sterben

Führerschein machen – Ausbildung abschließen – Familie aufbauen - Ein Haus besitzen – Unterschiedliche Reisen

Boxen lernen – Mit Old School alt werden – Zurück in die 90er – Den alten BMW 7er fahren – Jeep Land Rover fahren – 2 dicke Revolver besitzen

Schulsystem auflösen – Dass alle frei sind – Dass sich jede Person geliebt fühlt – Ein Haus mit Garten und das dann mit allen Menschen teilen – Meine Tür ist immer offen – Eine lange Reise machen – Was ich auch noch erreichen möchte: Dass es mir scheiß egal ist, wie ich im Bikini aussehe

Ausbildung zur Erzieherin abschließen – Ausreichend Geld verdienen – Mindestens 2 Kinder haben - Viele Länder bereisen – Nach Amerika fliegen – Wahrscheinlich auswandern – Hunde kaufen

Mehr Geld – Einen Weg finden, wo ich nicht Vollzeit arbeiten muss und genug Zeit für mich habe – In meiner eigenen Welt moechte ich 3 Tage in der Woche mit Comics und Animation arbeiten und 2 Tage in einem langweiligen Job, damit ich mich auf meine Comics freuen kann – Ich möchte, dass das Arbeitsleben besser wird, indem man jeden Beruf ausüben kann, ganz egal mit was für einem Abschluss

WAS SONST NOCH
WICHTIG IST...

VORBILDER:

The Black Panthers

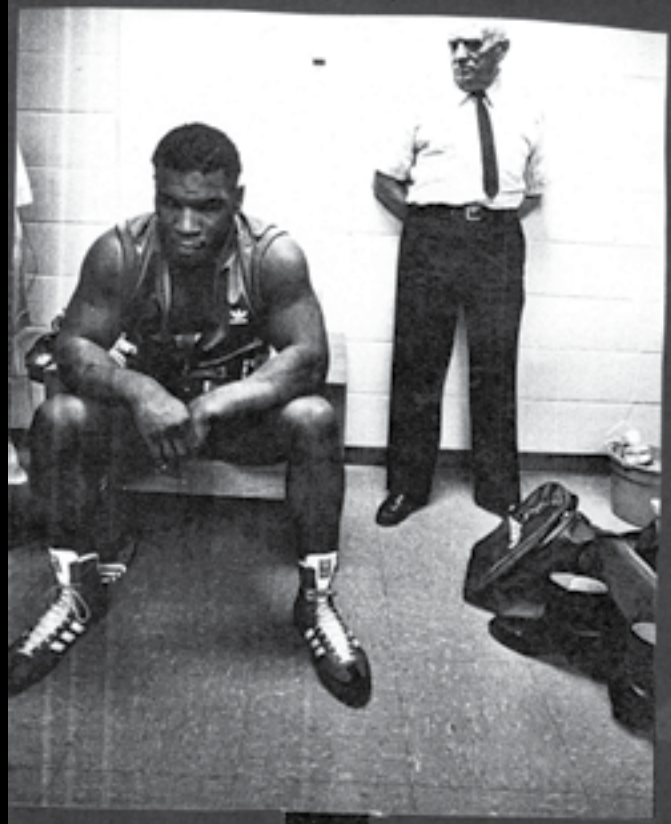
'Free Huey!' Other Panthers died in battles with the police. Most white Americans were afraid of the Black Panthers. They thought that they were violent criminals. But the Panthers also did some good work. They opened schools in poor black neighbourhoods and gave food and clothes to blacks. After a few years, the Black Panther Party broke into smaller groups. But its message reached many young African-Americans and made them proud to be black. They started to learn about Africa, eat African food, and wear African clothes.

Another person who wanted a different America for blacks was Malcolm X. In the past, many blacks had the name of their slave owner as their last name, so Malcolm changed his last name from Little to X. For him, it was a way of saying goodbye to slavery. Like the Black Panthers, Malcolm X did not agree with Martin Luther King about the

Martin Luther King

The seal, and the constitution, reflect the thinking
Of the founding fathers, that this was, to be a nation
By white people, and for white people. Native americans,
Blacks, and all other non-white people, were to be the
Burden bearers, for the real citizens of this nation.

Ein Vorbild ist für mich jemand, der nicht so viel redet, sondern macht



Cus D'Amato

Durch meinen K.o.-Sieg gegen Trevor Berbick werde ich zum jüngsten Schwergewichtsboxweltmeister aller Zeiten.

Cus und ich.

Im Kampf gegen Marvin Frazier.

Ich selbst im Alter von 13

in this corner/the ghetto gladiator/Iron Mike Tyson never been defeated/can't keep a good man down

Auf meiner Pilgerreise nach Mekka empfangen mich während eines Zwischenaufenthalts in Medina diese saudischen Offiziellen zu einer freundlichen Unterredung.

Ein Vorbild ist für mich jemand der sein Wort hält.

Mit Evander Holyfield.

Don King und ich feiern meinen Sieg über James „Bonecrusher" Smith, durch den ich in meinem zweiten Titelkampf auch den WBA-Gürtel gewann.

Mitch Green und ich kämpfen 1986 im Madison Square Garden. Ich gewann einstimmig nach Punkten und verbesserte meine Kampfbilanz auf 21:0.

DEICHMAN

SOUNDTRACK DER PRAXISKLASSE

Viva La Vida - Coldplay
Ldaisch - Same Shaw
Prof Camora - So Lala
IO - Dat Adam
Future - Mask off
Tsunami - Destarm
Zara Larisson - Lush Life
The chainsmokers - Paris

CHADA - Żyć aż do bólu
Punch Arogunz - Schlechter verlier

GEHEIME KLASSENUMFRAGEN

Bist du schonmal früher nach Hause gegangen?

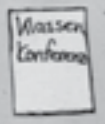
Bist du schon einmal an deinem Arbeitsplatz eingeschlafen?

Zzz Zzz Zzz Zzz Zzz Zzz

Bist du im Fahrstuhl stecken geblieben?

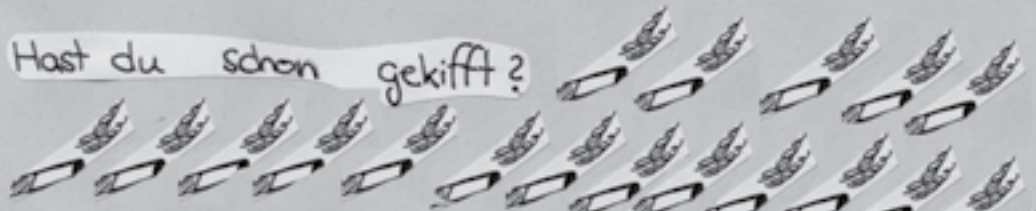
Hast du schonmal gesagt, dass du die Hausaufgaben hattest aber du hattest sie nicht?

Hattest du schonmal eine Klassenkonferenz?



Hattest du schonmal Streit mit einem Lehrer?

Hast du schon gekifft?



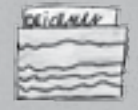
Hast du mal geklaut?

Hast du schonmal deine Pause überzogen?

Warst du schonmal in dein/e Chef/in oder Mitarbeiter/in verliebt?

Hattest du schoneinmal Zeitprobleme gehabt (Stress)?

Hast du dein Handy am Arbeitsplatz geladen?



TRAININGS Einheit

×20

× Sit up's
Setze dich hin
leg deine Hände
hinter den Kopf
und senk den obe-
Körper ab und auf.

×20

× Liegestütze
Leg deine Hände
auf den Boden
und drücke dich
abwechselnd rauf & runter

×10

× Klimmzüge
Halte dich an
einer Stange fest
und zieh dich hoch
Du kannst auch deine
Beine im 90° Winkel
hoch und runter bewegen

1 minute

× Liegestütze halten
halte dich auf deinem
Unterarm 1 minute
lang ähnlich wie
bei Liegestützen oben

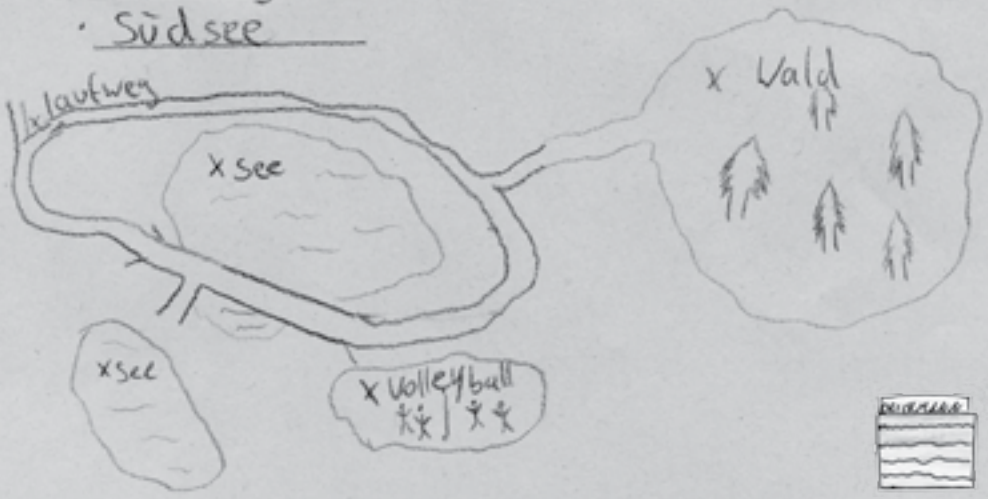
Tipps für allgemeines Training

× Übungen nicht zu schnell durch führen
· Beim Gewichte Training nicht übertreiben
· Nach den Übungen kurze Pausen machen
· Viel Wasser beim Training trinken

× Essen
· Viel Eiweiß z.b. Fleisch, Fisch, Reis, Proteine

× Sportplaylist
· Motivationslieder, Lieblingslieder

× Orte in Braunschweig
· Fitnessstudios
· Heidbergsee/Wald
· Südsee



Słownik – Wörterbuch

- Dzień dobry – Guten Tag
- Jak się masz? – Wie geht's dir?
- Smacznego – Guten Appetit
- Na zdrowie – Gesundheit / Prost
- Przepraszam – Entschuldigung
- Proszę – Bitte
- Która godzina? – Wie spät ist es?

Superhelden/innen: Jordan

Soundtrack: Leanie.W

Vorbild-Seite: Melih

Credits

Titelbild: Heriton
Leanie.S

comics: Patrick
Yvonne

Fitness-Seite: Damon
Wiktor

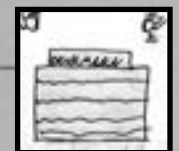
Wörterbuch: Damon
Wiktor

Geheime Umfrage: Khübra

#Future: Lea

Probleme/Lösungen: Vivienne

Dementino: Aylnan



Pestalozzischule Braunschweig

Spielraum
TPZ. für Braunschweig und die Region

Dank an:

Stiftung –
Unsere Kinder
in Braunschweig

STIFTUNG
KLEIDERVERSORGUNG
BRAUNSCHWEIG

vhs//arbeit
VHS Arbeit und Beruf GmbH