

BNE-Inhalte

Fiktive Beispiele

Kurs „Spanisch B2“

Umsetzung: In einer Übung regen Sie die Teilnehmenden dazu an in Gruppen über Möglichkeiten nachhaltigen Reisens in Spanien sprechen. Die Inhalte können dabei vielfältig sein und folgendes umfassen: Anreise, Mobilität vor Ort, Verpflegung, Wasserverbrauch, Müll, Konsum, nachhaltige Unterkünfte, Reisezeit. Die Teilnehmenden können sowohl darüber berichten was sie schon ausprobiert haben als auch was sie besonders wichtig finden.

Anschließend kommen die Teilnehmenden im Plenum zusammen und teilen die Ideen aus ihrer Gruppe mit allen.

Kurs „Webseiten erstellen mit WordPress“

Umsetzung: In Ihrem theoretischen Input erklären Sie wie man die Webseite gestalten kann, damit sich die Ladezeit verringert. Sie können darauf hinweisen, dass dies eine Webseite effizienter macht und gleichzeitig auch weniger Strom verbraucht wird. Dies ist gut für die Umwelt und reduziert gleichzeitig Kosten. Wenn es die Zeit hergibt, können Sie die Teilnehmenden selbst testen lassen wie sich die Ladezeit ändert, wenn die Webseite unterschiedlich gestaltet wird.

Kurs „Nähen“ (mit mind. zwei Terminen)

Umsetzung: Nutzen Sie die Zeit am Ende des ersten Termins und laden die Teilnehmenden dazu ein, getragene Kleidung zum Umnähen und Umgestalten mitzubringen. Erwähnen Sie wie wichtig es ist gebrauchte Kleidung wiederzuverwenden, zu reparieren und umzugestalten. Begründen Sie das kurz, wenn Sie möchten, mit den ökologischen und sozialen Auswirkungen und Bedingungen der Textilindustrie. Bieten Sie beim zweiten Termin Materialien an, die die Teilnehmenden für die Umgestaltung der mitgebrachten Kleidung verwenden können.

Kurs: Mathematik

Umsetzung:

- Umgang mit Prognosen und Szenarien üben
- Bei der Verwendung von Textaufgaben BNE-Inhalte auswählen, z.B. Ressourcenverbrauch (lineare/exponentielle Modelle), Verteilung von Ressourcen (Gerechtigkeit zwischen Generationen und zwischen Regionen in der Welt)
- Bei der Verwendung von Beispielen auf Diversität achten und Stereotype vermeiden

Kurs „Hatha-Yoga“

Umsetzung:

- Yogaeinheiten nach draußen in den Hof oder Park verlegen
- In der Meditation zu Beginn und zum Ende Geräusche aus der Natur wie Wind, Blätterrauschen, Vögel usw. miteinbeziehen aber auch in Bezug stellen zu städtischen Geräuschen.
- Die eigene Gesundheit thematisieren – bewusstes Körpergefühl
- Achtsamer Umgang mit sich selbst, Stärkung der Resilienz

Aus dem Programm „Nachhaltig leben“ der MVHS

Kurs „Genussvoll kochen kann so günstig sein!“

Mit preiswerten Grundzutaten und günstigem, saisonalem und regionalem Einkauf kochen Sie frisch, gesund und schonen Ihr Budget. Mit durchdachten Rezeptideen, die alles sinnvoll verwerten "from leaf to root" vermeiden Sie teure Abfälle. Zusammen kochen wir aromatische, ausgewogene Gerichte aus Bio-Lebensmitteln, die wir in gemütlicher Runde verkosten. In Kooperation mit dem Münchner Ernährungsrat e.V. (www.muenchner-ernaehrungsrat.de)

Benötigtes Material: Bitte mitbringen: Geschirrtuch, evtl. Schürze, Schraubglas und kleine Vorratsdose(n).

Kurs „Sommeratelier: Falten, knicken, biegen, reißen – vom Papier zum Designprodukt. Nachhaltiges Design und Objektkunst“

Papier, Pappe, Pappmaché und Karton sind nicht nur Materialien für den Modellbau oder Verpackungen. Auch viele Werke in Kunst, Design und Architektur sind von Faltechniken und Co. inspiriert. Wir beschäftigen uns mit nachhaltigem Design und erkunden die verschiedenen kreativen Möglichkeiten, Papier mit den Händen zu bearbeiten. Ausgehend von unseren Erfahrungen mit dem Material entwickeln wir skulpturale Formen, dreidimensionale Objekte oder Plastiken und gestalten individuelle Produkte wie Schalen, Hocker, Taschen, Lampenschirme, Regale oder Bekleidung.

Benötigtes Material: Bitte mitbringen: Kopierpapier DIN A4, Zeichenblock oder Skizzenheft DIN A5, Papier DIN A2 weiß, Wellpappe, Falzbeil (oder leeren Kugelschreiber), Cutter oder/und Skalpell, (Stahl-)Lineal, Klebestift, Bleistifte, Radiergummi, Schere, Klebeband, doppelseitiges Klebeband, evtl. Kurvenlineale, Handykamera.

Kurs „Fundstücke aus der Natur zeichnen und aquarellieren“

Ob am Strand oder im Wald: Unser tief in uns angelegter Sammeltrieb lässt uns so manches Merkwürdige aufheben und mitnehmen. Es macht Freude, diese Fundstücke mit Zeichenstift und Aquarellfarben intensiv schauend zu ergründen. Auch vermeintlich Unspektakuläres bekommt so eine neue Wertigkeit. Eine Sammlung kleiner selbst geschaffener Abbilder kann zu einer Art Tagebuch werden oder zu einer wandfüllenden Bildersammlung zusammengestellt werden. Wir erkunden auch den Park und die Gärten rund um das ÖBZ.

Benötigtes Material: Bitte mitbringen: Aquarellblock oder Skizzenbuch (aquarellgeeignet), Druckerpapier für Aufwärmübungen (gerne auch einseitige Fehldrucke), Bleistifte 4B bis HB, Aquarellausrüstung.

Kurs „Besuch der Yoanda Kaffeerösterei im Pasinger Viktualienmarkt“

"Unser Herz schlägt für qualitativ hochwertigen, nachhaltigen, fair gehandelten und inklusiv weiterverarbeiteten Kaffee". Bei YOANDA arbeiten Menschen mit und ohne Behinderung zusammen. Seit Juli 2023 hat YOANDA einen Coffee Shop am Brunnen des Pasinger Viktualienmarktes und genau dort wollen wir Sie in die Welt des Kaffees entführen. Woher kommen die Bohnen, welche Unterschiede gibt es? Wie wird geröstet? Welche Zubereitungsarten gibt es? Und als Höhepunkt laden wir Sie ein, alle Sinne im sogenannten "Cupping" bei einer Verkostung zu schärfen.

Auf Wunsch mit Übersetzung in die Gebärdensprache.

Projekt „power_m – Zurück in den Beruf? Wir unterstützen Sie individuell.

Umsetzung:

In Bezug auf die Rückkehr in den Beruf können Themen nachhaltiger Lebens- und Arbeitsweisen eingebunden werden: z.B. Vereinbarkeit Beruf/Familie, gendergerechte Arbeitswelten, soziale Sicherheit, faire Arbeitsbedingungen, Gendergerechtigkeit, Gesundheit, Lebensqualität, umweltfreundliche Mobilität.

BNE-Methoden

Fiktive Beispiele

Kurs „Zeichnen“

BNE-Teilkompetenz: K12. Empathie für andere zeigen können

Methode: Perspektivwechsel

Umsetzung: Die Teilnehmenden zeichnen ein Motiv mehrmals, um ihre Technik zu verbessern und verschiedene Materialien und Techniken auszuprobieren. Laden Sie die Teilnehmenden dazu ein, den Blickwinkel auf das Motiv zu ändern. Sie könnten ein Motiv z. B. von einer anderen Seite aus zeichnen oder aus den Augen einer anderen Person.

Kurs „Türkisch B1“

BNE-Teilkompetenz: K5. Gemeinsam mit anderen planen und handeln können

Methode: Walk-and-Talk

Umsetzung:

Die Teilnehmenden laufen durch den Hof/nahegelegenen Park und planen dabei die nächsten Schritte einer fiktiven Sprachreise in die Türkei. Dabei üben sie gleichzeitig die türkische Sprache.

Kurs „Fachvortrag zum Thema Demenz“

BNE-Teilkompetenz: K7. An kollektiven Entscheidungsprozessen teilhaben können

Methode: Gruppendiskussion zu Leitfragen

Umsetzung:

Nach dem Vortrag diskutieren die Teilnehmenden in Gruppen über ein von der Dozentin vorgegebenes Problem. Leitfragen und das Wissen, dass sie im Vortrag erlangt haben, unterstützen sie dabei. Sie erarbeiten gemeinsame Lösungsvorschläge.

Kurs: Mathematik

BNE-Teilkompetenz: K2. Vorausschauend denken und handeln

Methode: Simulationen und Planspiel

Umsetzung:

- Planspiel „Klimakonferenz“ mit mathematischen Daten (CO₂-Budgets, Zielvorgaben)
- Teilnehmende simulieren politische Entscheidungen und deren Auswirkungen anhand mathematischer Berechnungen. Mathematische Daten dienen dabei als Entscheidungsgrundlage.
- Die Methode fördert das Verständnis von Ursache-Wirkungs-Zusammenhängen.

Projekt „mona lea – Qualifizierung für Migrantinnen“

BNE-Teilkompetenz: K7. An kollektiven Entscheidungsprozessen teilhaben können

Methode(n): Gesprächsrunden / World Café

Umsetzung:

Durch Partizipative Formate wie Gesprächsrunden oder ein World Café teilen die Teilnehmenden ihre eigenen Erfahrungen miteinander. Dadurch wird die Perspektivvielfalt auf verschiedene Themen sichtbar gemacht. Außerdem lernen die Teilnehmenden so voneinander (Peer-Learning). Der Ansatz fördert zudem ihre Partizipationsfähigkeit, die essentiell für eine nachhaltige Entwicklung ist.

Kurs „Canva Starter: die wichtigsten Funktionen fürs Designen I“

Kursbeschreibung: Egal ob Einladungen, Flyer, Präsentationen oder Social-Media-Posts: mit Canva können auch Nicht-Designende im Handumdrehen überzeugende Grafiken erstellen. Gemeinsam verschaffen wir uns einen Überblick über die Grundelemente, lernen die wichtigsten Canva Design-Funktionen kennen (Textgestaltung, Fotobearbeitung, finden von passenden Grafiken ...) und inklusive Praxisübungen um direkt los zu designen.

BNE-Teilkompetenz: K5. Gemeinsam mit anderen planen und handeln können

Umsetzung & Methoden:

- Gruppen- oder paarweise zusammengehen. Jede Gruppe sucht sich ein Projekt aus Z.B. Flyer für Schulfest gestalten.
- Gruppen überlegen sich einen Plan wie sie vorgehen: Wer ist meine Zielgruppe? Wie spreche ich diese am besten an? Wie muss mein Design aussehen?
- Anschließend setzt jedes Mitglied die Gruppenidee selbst an ihrem Rechner um.
- Die Personen kommen danach wieder zusammen und vergleichen ihre Umsetzung, passen den Plan nochmal an. Diskutieren wie sie das Ergebnis verbessern möchten.

Ideen aus der Online-Basisveranstaltung mit MVHS-Mitarbeitenden aus der Programmplanung

Kurs „Auf den Punkt gebracht – sich klarer ausdrücken“

Kursbeschreibung: Klare Kommunikation ist eine wichtige Voraussetzung für Ihren beruflichen und privaten Erfolg. Verharren Sie manchmal zu stark in Details, kommen zu langsam auf den Punkt? Sie möchten fokussierter sprechen, den roten Faden nicht verlieren und in Besprechungen Redebeiträge durchsetzungsstark einbringen? Hier lernen Sie psychologische Grundlagen und Arten der Kommunikation, analysieren Stärken und Schwächen Ihres persönlichen Kommunikationsstils und erhalten Handlungsempfehlungen und Tipps für schwierige Situationen.

BNE-Teilkompetenz: K3. Interdisziplinär Erkenntnisse gewinnen und handeln

Umsetzung & Methoden:

- Gespräch im Plenum: Klärung von Adjektiven. Was bedeutet z.B. durchsetzungsstark für mich? Gibt es unterschiedliche Meinungen?
- Input: unterschiedliche Arten der Kommunikation (formal, inhaltlich, nonverbal, verschiedene Disziplinen Kommunikation & Psychologie)
- In 2er Teams: zu bestimmten Themen Redebeiträge vorbereiten, in den Austausch kommen in den 2er Teams, dann im Plenum
- Ziel: zeigen, dass man mit unterschiedlichen Mitteln zum Ziel kommt

Kurs „Ausdruckstanz nach Mary Wigman (Anfänger*innen ohne und mit Grundkenntnissen)“

Kursbeschreibung: Mary Wigman (1886--1973) ist die bekannteste Protagonistin des deutschen Ausdruckstanzes. Mit ihren Solo- und Gruppentänzen fand sie internationale Beachtung und bereitete der modernen Tanzentwicklung weltweit den Weg. Sie betonte Individualität und Selbstaussdruck im Gegensatz zu vorgegebenen Formen. Aus ihrer pädagogischen Arbeit gingen namhafte Tanzpersönlichkeiten wie z.B. Hanya Holm, Harald Kreutzberg und Gret Palucca hervor. Nach Vorübungen und kleinen Bewegungsfolgen in Anlehnung an den Wigman-Stil folgen tänzerische Improvisationen.

BNE-Teilkompetenz: K12. Empathie für andere zeigen können

Umsetzung & Methoden:

- Einen Kurstermin im Freien stattfinden lassen und auf die Umgebung - Natur, andere Menschen, zu reagieren
- Gruppenarbeit, indem die Tanzfolge /Ausdrucks-idee der anderen nachgeahmt und so ein Verständnis für die Perspektive des /der Anderen entwickelt wird
- Im Kursinhalt schon inbegriffen ist die Empathie /Selbstreflexion für den eigenen Ausdruck und das eigene Körpergefühl sowie die Wahrnehmung der Ausdrucksformen der anderen Teilnehmenden
- Diversität in der Gruppe wahrnehmen, indem auch auf die unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen und den unterschiedlichen Umgang der Teilnehmenden mit dem eigenen Körper eingegangen wird - inklusiver Ansatz, z.B. auch durch die Einbeziehung von Menschen im Rollstuhl oder Menschen unterschiedlichen Alters

Kurs „Press the button – Fotokurs für Jugendliche von 12-15 Jahren“

Kursbeschreibung: Für beeindruckende Fotos braucht ihr nicht unbedingt eine teure Kamera! Mit einem Smartphone könnt ihr auch gut gestaltete Bilder machen. Die Freude am Fotografieren steht im Mittelpunkt. Mit vielen praktischen Übungen werden wichtige Grundlagen der fotografischen Gestaltung wie Perspektive, Licht, Ausschnitt, Farbe und Form erarbeitet. Gerne könnt ihr Ideen für ein eigenes Thema mitbringen. Anhand von ausgewählten Bildern aus den entstandenen Serien folgt am Ende eine Einführung in die Bildbearbeitung. Wer eine eigene Kamera hat, kann sich mit der Technik vertrauter machen, wer mit dem Smartphone arbeitet, lernt dieses besser einzusetzen.

Eine Exkursion ins Münchner Stadtgebiet oder in eine Ausstellung ist vorgesehen. Bitte MVV-Ticket mitbringen.

BNE-Teilkompetenz: K6. Zielkonflikte bei der Reflexion über Handlungsstrategien berücksichtigen können

Umsetzung & Methoden:

- Jugendliche in Gruppen passende Motive finden lassen oder darstellen lassen zum Thema Zielkonflikte
- Z.B. Freizeitgestaltung: soziales Miteinander vs. Konsumzwang vs. Müll
- Danach Bilder aller Gruppen im Plenum besprechen