

Schluss mit Langeweile!

Liebe Schülerinnen und Schüler der Mittelschule Miesbach,

nachdem ihr leider wieder einige Wochen zu Hause verbringen müsst, gehen bestimmt dem einen oder anderen Ideen aus, wie ihr eure Freizeit füllen könnt. Wir haben uns darüber Gedanken gemacht und versorgen euch wöchentlich mit ein paar Ideen, die euch bestimmt Spaß machen - probiert sie doch mal aus!

Außerdem lohnt es sich dienstags und donnerstags auf die Homepage der Mittelschule Miesbach zu schauen - dort findet ihr ab dem 19.1.21 die Themen unserer Foto-Challenges! Mitmachen lohnt sich! www.ms-miesbach.de

Viel Spaß und viele liebe Grüße!

(Bitte beachtet, dass alle Angebote kostenlos sind eventuell aber die Zustimmung eurer Eltern notwendig ist - sprecht bitte mit ihnen darüber)

MUSIK & TANZ

Dance-Mitmachkurs „Can't stop the feeling“: In nur 20 Minuten lernst Du eine coole Choreografie Schritt für Schritt! Tanz mit!!! <https://youtu.be/c03IjRwwhl>

Lipsync Battle: Keine Lust auf Karaoke und echtes Singen? Dann probiere doch Lipsync aus! Dabei werden die **Lippen** zu einem Song **bewegt**, als würde man ihn selbst singen. Im Hintergrund läuft aber das Originallied. Wenn Du willst, schicke uns ein Video von Dir - wir sind gespannt!

Gitarrenkurs: Bei euch liegt eine verstaubte Gitarre rum, die du schon immer mal selbst spielen wolltest? Auf geht's! Mit dem kostenlosen Gitarrenkurs klappt das in kürzester Zeit: <https://www.werdemusiker.de/gitarre/>

SPORT

Sport macht Spaß: 1 Stunde täglich Sport bei www.albaberlin.de/sportstunde/

Wolltet ihr schon immer mal Yoga ausprobieren?

<https://www.youtube.com/user/kianayoga>

MEDIEN

Trickfilm selber machen: Hier lernst Du wie man einen Slowmotion-Film ganz einfach selber dreht! www.kindernetz.de/infonetz/medien/trickfilm/-/id=166362/property=download/nid=165004/1hdxr8j/index.pdf

Kälteschutztipps für Handys <https://www.kindernetz.de/wissen/kaelteschutz-tipps-fuers-smartphone-100.html>

KREATIV

Zeichnen lernen: Gesichter zeichnen, Körper und Schattierungen Das kostenlose Programm der Akademie Ruhr bringt es dir bei. Schau mal rein

<https://www.youtube.com/user/AkademieRuhr>

Funkelnder Galaxy-Slime selbst gemacht: <https://www.hallo-eltern.de/basteln/schleim-selber-machen-aus-nur-3-zutaten/>

SPIELE

Wie wäre es mal wieder mit einem **Spieleabend** mit eurer Familie – holt eure Brettspiele raus und bereitet alles vor!

KOCHEN/ERNÄHRUNG

Heute koche ich! Wie wäre es mit fantastischen Pfannkuchen zum Mittagessen?

<https://www.kindernetz.de/sendungen/schmecksplosion/rezept-fuer-blini-100.html>

ENTSPANNUNG & BEAUTY

Fruchtiges Peeling: Für das fruchtige Peeling wird Folgendes benötigt:

- 3 EL Magerquark • 1 EL Zucker • Abgeriebene Schale einer ungespritzten Orange

Das Ganze miteinander vermengen und mit kreisenden Bewegungen verteilen. Durch die Fruchtsäure in der Orangenschale wird schuppige, abgestorbene Haut besonders gut gelöst. Nach circa fünf Minuten alles abspülen und dann gut eincremen.

Ihr könnt natürlich auch jederzeit per E-Mail/Anruf/SMS mit uns in Kontakt treten - egal ob ihr einfach nur reden wollt, erzählen wie es euch so geht oder ein Problem besprechen.

Vielleicht habt ihr auch Ideen oder Vorschläge für eure MitschülerInnen - schickt sie uns gerne.

Also TRAUT EUCH- wir sind für euch da!

Simone Bentele: 0157 37629849 oder simone.bentele@jh-obb.de

Steffi Höchner: 0157 37629630 oder stefanie.hoechner@jh-obb.de