

AG Karate-Do

Karate-Do heißt übersetzt „der Weg der leeren Hand“ und bedeutet, dass die Hand des Karateka waffenlos ist. Es ist ein defensiver Sport, sodass der Angriff niemals vom Karateka ausgeht.

Im Training werden alle Techniken vor dem Auftreffen abgestoppt, sodass du lernst, deinen Körper wahrzunehmen und zu beherrschen. Die Atmung spielt ebenfalls eine wichtige Rolle: Durch sie bist du in der Lage, Techniken kräftig auszuführen und deine Kraft gezielt einzusetzen.

Aber auch Selbstdisziplin und Verantwortungsbewusstsein sind wichtige Aspekte des Karate-Do. Darüber hinaus werden natürlich auch Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit in hohem Maße trainiert.

Karate-Do ist aber auch traditionell eine erstklassige Selbstverteidigung, die das Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen stärkt! Es stärkt Geist, Körper und Charakter gleichermaßen.

Wenn du also Lust hast, das Karate-Do kennenzulernen, bist du herzlich eingeladen, an der AG teilzunehmen. Hier wirst du nicht nur verschiedene Hand-, Fuß- und Sprungtechniken üben, sondern auch lernen, dich besser zu konzentrieren.

Am Ende des Schulhalbjahres besteht zudem die Möglichkeit, eine Gürtelprüfung abzulegen.

Leitung: Kim Wilken, 3. DAN Karate-Do

BASKETBALL AG

Wer Lust hat auf den Spuren Dirk Nowitzkis und LeBron James' zu wandeln, schon einmal für das Basketballturnier in der 9. Klasse trainieren will oder einfach Spaß am Basketball spielen hat, ist herzlich in der Basketball-AG willkommen.

WAS MACHEN WIR?

In vielen Spiel- und Übungsformen werden wir an grundlegenden Techniken, wie z.B. Wurftechnik, Ballhandling/Dribbling und Passtechniken, arbeiten. Darüber hinaus werden wir auch taktische Strategien, Tipps und Tricks erlernen.

Dabei soll der Spaß am Basketballspiel immer im Vordergrund stehen. Grundvoraussetzung ist dafür ein respektvoller Umgang miteinander.

Ich freue mich auf motivierte und engagierte Teilnehmer

LEITUNG? Herr Böske

AG Offenes Atelier

Die AG "Kunst und Kreativ" steht für eure eigenen Ideen und Pläne offen. Wir malen, zeichnen, fotografieren oder bauen aus Holz, Ton oder ähnlichen Materialien, ganz nach euren Vorstellungen und Konzepten.

Hierbei werden zu Beginn eure eigenen Ideen und Konzepte besprochen und das entsprechende Material wird zum Selbstkostenpreis angeschafft. Neben der Arbeit an eigenen Entwürfen könnte auch ein großes gemeinsames Kunstwerk entstehen.

Vielleicht ergeben sich zum Ende des Halbjahres so viele Ergebnisse, dass wir eine kleine Hausausstellung eurer Werke veranstalten können!

Leitung: Frau Faigle

singstar(s)

Singst du gerne - für dich allein oder mit anderen?

Wolltest du immer schon einmal wie ein Star auf der Bühne stehen?

Singst du gerne Musicals, Lieder aus Filmen oder aktuelle Chart-Hits nach?

Magst du A-Cappella-Musik, wie z.B. die von den Wise Guys?

Dann bist du in der Singstar(s)-AG genau richtig. Wir werden vor allem Pop-Songs singen - im Chor, mal mehrstimmig, mal a-cappella, mal mit Begleitung. Solonummern, zu zweit oder, oder, oder... machen wir aber auch. Die Möglichkeiten sind riesig.

Unser gemeinsames Ziel ist es, Spaß zu haben. Dabei möchte ich mit euch ein Programm auf die Beine stellen, mit dem wir auch auftreten können und werden.

Na, hast du Lust mitzumachen? Dann melde dich einfach an und mach mit.

Wir, die „alten“ Singstars und ich, freuen uns auf dich!

Die FILM AG

In der „FILM AG“ sollen kleine und große Filme entstehen.

Du lernst:

- Drehbücher zu erstellen,
- mit der Kamera umzugehen,
- den Aufbau einer Filmszene und -sequenz,

DELFL – Diplôme d'Études en langue française

Habt ihr Interesse und Freude an der französischen Sprache?

Und möchtet ihr euer Leistungsniveau bestätigt haben?

Dann kommt zur DELFL-AG!

Diese bereitet euch auf das weltweit anerkannte französische Sprachdiplom vor. Das Sprachzertifikat kann von großem Vorteil beim Nachweis von Französischkenntnissen im z.B. Praktikum, Studium oder Beruf sein.

Je nach Sprachniveau werden wir die vier kommunikative Kompetenzen – Hörverstehen, Leseverstehen, schriftlicher und mündlicher Ausdruck – trainieren und vertiefen. Dies wird euch ebenfalls im Französischunterricht von Nutzen sein. :-)

A bientôt!!!

E. Stehr

LEGO-Roboter-AG Bauen - Programmieren - Spaß haben

Wir möchten gerne gemeinsam mit Euch die spannende Welt der Robotik erforschen. Dabei ist es ganz egal, ob Ihr schon erfahrene Baumeister seid oder noch nie einen eigenen Roboter konstruiert habt. Vielleicht können wir es sogar schaffen, als Team an einem Robotik-Wettbewerb teilzunehmen.

Ihr werdet in kleinen Teams (2-3 Schüler) einen eigenen Kasten bekommen, mit dem ihr viele verschiedene Projekte nachbauen oder sogar eigene Ideen umsetzen könnt

Lehrer: Fr. Grensemann (Montag, 14.10 - 15.45 Uhr)