

Klasse: 5 – 2019/2020 – 1.Halbjahr

SPORT / SPIEL

1 Ultimate Frisbee

Spätestens, seitdem es bei den World Games (den alternativen Olympischen Spielen) zu einem echten Zuschauerhit geworden ist, ist Ultimate Frisbee vielen als spannende und abwechslungsreiche Sportart bekannt.

UF ist eine moderne Teamsportart, die nicht nur motorisch herausfordernd ist, sondern auch besonders den Teamgeist und die Fairness der Spieler fördert.

Wir werden dazu zuerst verschiedene Wurftechniken trainieren und versuchen, in kleinen Gruppenspielen der Spielidee des UF näher zu kommen. Im Laufe der Zeit werden wir uns die Regeln des Spiels erarbeiten, aber auch immer wieder andere Frisbee-Varianten, z.B. das Frisbee-Golf, ausprobieren. Gespielt wird solange es das Wetter hergibt draußen, bei schlechtem Wetter werden wir auf die Sporthalle ausweichen. Mitzubringen sind: Sportschuhe, (wetterfeste) Sportkleidung.

Leitung: Herr Blome

2 Yoga für Kids

Kennst du den Krieger in dir?

Mit Yoga kannst du ihn entdecken. Du wirst stärker, beweglicher, aber auch ruhiger und konzentrierter. Der „Krieger“ ist dabei nur eine der vielen Körperhaltungen, den sogenannten Asanas, die wir Schritt für Schritt kennenlernen werden. Schließlich mündet eine Abfolge der Körperhaltungen in einer ganzen Reihe, z. B. den Sonnengruß. Gerne können wir auch kleine Entspannungsgeschichten vor und/oder nach jeder Einheit hören.

Du brauchst keine Vorerfahrung. Wir gehen langsam vor. Perfektion ist nicht das Ziel von Yoga, ganz im Gegenteil. Es geht darum, sich selbst kennenzulernen und sich wohlfühlen. Dazu ist bequeme Kleidung empfehlenswert, die am Bauch nicht zu eng ist. Weiterhin brauchst du eine kleine Matte, die du leicht zusammenrollen kannst, damit wir sie in der Schule aufbewahren können und du sie nicht jedes Mal in die Schule mitbringen musst. Am wichtigsten ist, dass du Spaß mitbringst, und die Freude, etwas Neues und Gutes für dich zu entdecken!

Leitung: Frau Jurican

Kunst/Kreativität

3 Rund um Spiele: Gesellschafts-, Strategie- und Sprachspiele

Du warst schon der *Siedler von Catan*? Hast dein *Spiel des Lebens* schon gemeistert? Du hast bei *Activity* alle Pantomimenrekorde gebrochen und keine noch so schwierige Erklärung ist für dich *Tabu*? Beim Einnehmen der *Monopoly*-Mieten rufst du deinen Mitspielern im Vorbeigehen noch „*Mensch ärgere dich nicht*“ zu und eroberst mit vollem *Risiko*?

Dann bist du hier genau richtig!

Spielspaß und Vergnügen sollen in dieser Neigungsgruppe nicht zu kurz kommen. Daher spielen wir neben den Gesellschaftsspielen auch Kreisspiele – drinnen und draußen.

Wir schauen uns an, wie erfolgreiche Spiele aufgebaut sind, welche „Spaßfaktoren“ ein gelungenes Spiel hat, entwerfen, planen und stellen selbst ein Spiel her und spielen selbstverständlich – auch von euch mitgebrachte – traditionelle und moderne Spiele.

Wenn auch du Spaß daran hast, mit und gegen andere zu spielen, sie herauszufordern, im Team zu arbeiten, eigene Ideen umzusetzen, zu knobeln, zu tüfteln, Strategien zu entwickeln, dein Glück herauszufordern – kurz: einfach Lust hast, Gesellschafts-, Strategie- und Kreisspiele selbst auszuprobieren und zu gestalten – dann freue ich mich auf dich!

Haste da noch *Worte*?

Leitung: Frau Meglin

MUSIK

4 Ukulele Basics

Du hast Spaß daran, Musik zu machen und möchtest gerne ein neues Instrument lernen? Dann komm in unsere Ukulele-Gruppe!

Die Ukulele ist klein, hat nur vier Saiten und ist deshalb sehr schnell zu erlernen. Egal ob du schon ein Instrument spielst oder nicht – mit der Ukulele kannst du schnell Fortschritte machen und deine Lieblingslieder selbst begleiten. Ein Instrument wird dir dabei zunächst vom Förderverein zur Verfügung gestellt und wenn dir die Ukulele gefällt, kannst du dir selbst für wenig Geld (ca. 30 €) eine anschaffen und auch zuhause spielen.

Leitung: Frau Reinartz

SPRACHE / THEATER

5 Theater

Für alle, die bereits Theaterfans sind oder es noch werden wollen, ist dieser Kurs genau richtig. Nachdem wir uns mit kleineren Übungen und Sketchen fit für die Bühne gemacht haben, proben wir ein komplettes Theaterstück inklusive Kostüme und Bühnenbild ein und stellen es am Ende des Halbjahres einem Publikum vor. Anfänger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen.

Leitung: Herr Dr. Deggerich