

## **Arbeitsgemeinschaften im Schuljahr 2026 / 2027 in den Jahrgängen 5 und 6**

### **Ausbildung in Erster Hilfe – Sanitäter**

Wir wollen dir durch die Ausbildung die Möglichkeit geben, im Notfall deinen Mitmenschen durch Erste-Hilfe-Maßnahmen helfen zu können und die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes zu überbrücken.

In diesem Kurs lernst du die wichtigsten Sofortmaßnahmen durchzuführen, verschiedene Verbände anzulegen sowie weitere lebenserhaltende Maßnahmen. Wir werden sowohl praktisch wie auch theoretisch arbeiten. Vielleicht möchtest du am Ende des Kurses ja sogar ein Mitglied in unserem Schulsanitätsdienst werden?

Hast du Lust bekommen in Notsituationen helfen zu können, dann melde dich!

### **Basketball**

Gespielt wird mit zwei Mannschaften. Das Ziel besteht darin, den Ball dribbelnd oder per Passspiel in den gegnerischen Korb zu werfen. Basketball macht Spaß und fördert die Bewegung und verbessert die Ausdauer, die Koordination und die Reaktion. Gleichzeitig lernst du fair zu spielen und sich gegenseitig zu unterstützen.

### **Brain Train**

Hast du Spaß an Spielen, bei denen du Köpfchen beweisen kannst? Möchtest du Geschicklichkeit und dein Denkvermögen trainieren? Dann bist du bei unserer AG „Brain Train“ genau richtig!

In der AG „Brain Train“ werden wir gemeinsam verschiedene Spiele spielen, die nicht nur Spaß machen, sondern auch dein Gehirn fordern und fördern. Dazu gehören:

- ☒ Schach: Ein Strategiespiel, das deine Planung und Voraussicht stärkt.
- ☒ Sudoku: Ein Zahlenrätsel, das deine logischen Fähigkeiten schärft.
- ☒ Dame: Ein klassisches Brettspiel, das strategisches Denken fördert.
- ☒ Rätsel und Denksportaufgaben: Verschiedene knifflige Aufgaben, die dein

kreatives Denken anregen.

- ☑ Gedächtnisspiele: Spiele, die dein Gedächtnis auf die Probe stellen und verbessern.

### **Cheerleading**

Hast du Lust, Teil eines tollen Teams zu werden, Spaß zu haben und deine Energie zu zeigen? Bei unserer Cheerleading-AG lernst du coole Choreografien, akrobatische Tricks und natürlich, wie man das Publikum richtig anfeuert! Egal, ob du schon Erfahrung hast oder ganz neu bist – jeder ist herzlich willkommen. Gemeinsam sorgt ihr für gute Stimmung bei Schulveranstaltungen, Sportfesten und Spielen. Komm vorbei, sei dabei und werde Teil unseres cheerenden Teams!

### **Chill doch mal mit Yoga**

Und auch Entspannung will gelernt sein. Denn in einem Schultag, der von Stunde zu Stunde hechtet, in den Klassenarbeiten und Tests geschrieben werden, ist das manchmal gar nicht so leicht. In dieser AG lernst du verschiedene Entspannungstechniken kennen: Einfache Yoga – Übungen, Traumreisen, Geschichten hören und vieles mehr. Es geht darum zur Ruhe zu kommen und einfach mal eine Pause zu machen. Mit Tipps und Tricks kann man neue Energie, Motivation und Kraft schöpfen, um sich neuen Herausforderungen zu stellen.

### **Coding**

Du möchtest einen Roboter bauen und programmieren? Experimentieren mit einem von dir programmierten Mikrocontroller? Du hast eine großartige Idee für ein Computerspiel und möchtest sie umsetzen? Du möchtest an einem Roboterwettbewerb teilnehmen, bei dem dein Roboter gegen andere antritt? Wenn du eine dieser Fragen mit „Ja“ beantwortest, bist du in der Coding AG genau richtig. Viel Spaß!

### **Europa-Reiseclub**

Die AG „Europa-Reiseclub“ ermöglicht dir, auf abwechslungsreiche Weise Europa kennenzulernen. Sei es die Länder, Sprachen, Kulturen, Traditionen und Gemeinsamkeiten. Dazu gehören Spiele und Kreativaufgaben, Rätsel und Escape Games, Bastelprojekte usw. Lass dich überraschen und werde Teil der Reise mit der GE – Norf als Europaschule.

## **Fußball für Jungen und Mädchen**

Du hast Lust, dich zu bewegen, im Team zu spielen und besser zu werden? Dann bist du in der Fußball-AG an der Gesamtschule Norf genau richtig!

Hier geht es nicht nur um Tore – sondern um Teamgeist, Technik und vor allem Spaß! Wir trainieren gemeinsam, verbessern unser Spiel und wachsen als Mannschaft zusammen.

Egal ob du Anfänger bist oder Vereinsspieler – jeder ist willkommen!

## **Handball für Jungen und Mädchen**

Handball ist ein tolles Angebot für alle Schülerinnen und Schüler, die Spaß am Handballspielen haben oder es gerne lernen möchten. In der AG kannst du die Grundtechniken des Handballs erlernen, wie Passen, Werfen und Fangen. Außerdem trainierst du deine Teamfähigkeit, Koordination und Ausdauer. Es ist eine super Gelegenheit, neue Freunde zu treffen, dich sportlich zu betätigen und gemeinsam Spaß zu haben.

Ob Anfänger oder schon erfahrener Spieler – im Handball ist jeder willkommen!

## **HipHop meets House**

Tanzen, Grooven, Spaß haben! Du liebst Musik, coole Moves und willst dich richtig auspowern? Dann bist du bei „HipHop meets House“ genau richtig!

Hier treffen zwei angesagte Tanzstile aufeinander:

HipHop – mit coolen, kraftvollen Moves aus der Streetdance-Kultur  
House – mit schnellen Fußbewegungen, viel Rhythmusgefühl und Flow

Gemeinsam lernen wir Basics aus beiden Stilen, machen eigene kleine Choreos und lassen unserer Kreativität freien Lauf, denn Tanzen macht gemeinsam am meisten Spaß!

Bereit, den Beat zu fühlen? Dann komm vorbei – wir freuen uns auf dich!

## **Offenes Atelier**

Im "Offenen Atelier" sind alle willkommen, die sich gern künstlerisch mit sich selbst und der Welt auseinandersetzen möchten.

Dabei bestimmst du maßgeblich mit, was im "Offenen Atelier" passiert:

Deine Beobachtungen, Gedanken, Fragen, Wünsche und Ideen finden Ausdruck: in Zeichnungen, Malereien, Drucken, Collagen oder Objekten.

Es stehen dafür vielfältigste künstlerische Materialien zum Experimentieren zur Verfügung. Anregungen im Umgang mit diesen, Begleitung in der Themenfindung sowie in der Auseinandersetzung mit den entstandenen Werken.

Die AG „offenes Atelier“ wird finanziert über das Landesprogramm „Kultur und Schule“. Mit Unterstützung der Stadt Neuss – Der Bürgermeister – Kulturamt

## **Parcour**

Beim Parkour geht es um kreative Bewegung und Überwindung von Hindernissen. Unser Training beinhaltet Springen, Klettern und Balancieren. Jeder Traceur (so nennen sich die Parkour-Sportler) bewegt sich im Rahmen seines eigenen Könnens. Da jeder auch unterschiedliche Stärken hat, wird die Entwicklung eigener Ideen gefördert. Das Körperbewusstsein wird gestärkt. Tatsächlich werden im Gegensatz zu den meisten Turnsportarten auch mal unkonventionelle oder "verrückte" Bewegungen ausgeführt. Beim Parkour sucht sich jede und jeder ihren/seinen eigenen Weg und entwickelt ihren/seinen persönlichen Stil.

## **Ringen**

### **Stark, fair und mit ganz viel Spaß!**

Ringen ist eine Kontaktsportart, bei dem zwei Gegner versuchen, sich gegenseitig mit Technik und Kraft auf den Boden zu bringen oder zu halten – ohne Schlagen oder Treten! Dabei kommt es nicht nur auf Muskeln an, sondern auch auf Köpfchen, Reaktion und Mut.

Was erwartet dich in der Ringen-AG?

- Aufwärmspiele: Bevor es losgeht, machen wir lustige Spiele, bei denen du Kraft, Schnelligkeit und Teamgeist trainierst.
- Grundtechniken: Du lernst die wichtigsten Bewegungen im Ringen – zum Beispiel wie man jemanden richtig festhält oder sich befreit.
- Taktik und Respekt: Du lernst, wie du deinen Gegner lesen kannst – und warum Fairness immer an erster Stelle steht.
- Spaßige Wettkämpfe: Wir üben in kleinen Trainingskämpfen, wo du zeigen kannst, was du gelernt hast – natürlich in sicherer Umgebung.
- Gemeinschaft: Ringen ist ein Sport, bei dem man sich gegenseitig vertraut. Deshalb ist Teamgeist für uns ganz wichtig.

Mädchen und Jungen sind gleichermaßen willkommen. Wir freuen uns auf dich!

### **Schulgarten**

Komm in die Schulgarten AG! Wir pflanzen Gemüse, Kräuter und Blumen. Wenn alles gut geht, können wir das angepflanzte Gemüse und die Kräuter auch ernten. Ganz nebenbei erfährst du etwas über Pflanzen, Insekten und Wachstumsbedingungen. Neben dem Schulgarten bringen wir auch das Schulgelände zum Blühen und schaffen so für Bienen und andere Insekten Kleinstlebensräume. Im Frühling und Sommer kann das ganz schön viel Arbeit sein, die in der Gruppe aber gut zu schaffen ist. Im Spätsommer und Herbst wird geerntet. Im Winter sortieren wir die im Jahr geschossenen Fotos und dokumentieren unsere Arbeit digital. Wenn du Lust hast, im Schulgarten draußen an der frischen Luft zu arbeiten, dann ist diese AG genau das Richtige für dich!

### **Tischtennis**

Du liebst Action, bist reaktionsschnell und hast Lust auf spannende Duelle? Dann komm zum Tischtennis! Hier lernst du coole Tricks, schnelle Schläge und wie du den kleinen Ball deinen Gegnern um die Ohren sausen lässt – natürlich immer fair und mit viel Spaß. Wer weiß, vielleicht steckt in dir ja der nächste **Timo Boll**! Wenn du möchtest, kannst du dein Können später sogar bei Turnieren unter Beweis stellen. Also schnapp dir einen Schläger und sei dabei!

### **Volkstänze (Tänze aus aller Welt)**

In der „Volkstänze-AG“ lernst du die faszinierende Welt der Volkstänze kennen. Die Türkei zum Beispiel besitzt eine unglaublich vielfältige Tanzkultur – von den lebhaften Halay-Tänzen aus Ostanatolien über den eleganten Zeybek bis hin zu fröhlichen Horon-Tänzen aus der Schwarzmeerregion. Dazu gehören die typischen Bewegungsmuster, einstudieren von verschiedenen Tänzen, Einblicke in die kulturellen Hintergründe und Regionen. Spaß, Gemeinschaft und interkultureller Austausch stehen dabei immer im Vordergrund.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – die AG ist offen für alle, die Freude an Bewegung und anderen Kulturen haben.