

# Sport

im

## Humboldt - Gymnasium



# Das Humboldt kommt in Bewegung

So lautete die Überschrift im letzten Jahrbuch. Dank vieler Helfer, die die neu eingerichteten AGs in Badminton, Handball, Tanzen sowie Abenteuer- und Erlebnissport betreuen, die Schülerinnen und Schüler zu Stadtmeisterschaften begleiten oder das Spielfest und den Sponsorenlauf organisieren, müsste nun die Überschrift in "Das Humboldt bewegt sich" geändert werden.



Neben der Einrichtung der Sport-AGs, zählte für die Schülerinnen und Schüler in diesem Schuljahr die WM-Nacht zu den Höhepunkten. Vor der WM-Übertragung Deutschland : Polen konnten sich die Schüler der Klassen 8, 9 und 10 bei einem Fußballturnier zunächst selbst messen. Die anschließende Übertragung des Fußballspiels vor über 100 begeisterten Fans brachte kurz vor Ende das heiß ersehnte Tor für Deutschland.

Die Erfolge der deutschen Nationalmannschaft übertrugen sich anscheinend auf unsere Schüler, die beim Talentwettbewerb in Fußball den 1. und 2. Platz, bei den Stadtmeisterschaften in Tischtennis den 2. und in Schwimmen den 2. und 3. Platz erzielen konnten. Besonders erfolgreich

waren auch unsere Basketballer, die sogar die Stadtmeisterschaften im Endspiel vor großem Publikum in der Heimspielstätte der Magics gewinnen konnten.



Im Bereich Tanz hat sich in diesem Schuljahr dank der Kooperation mit dem Tanz-Haus NRW ebenfalls viel bewegt. Für jeweils sechs Wochen konnten die Schülerinnen und Schüler

der Jahrgangsstufen 9-11 den Sportunterricht unter der Leitung von zwei professionellen Tänzerinnen von einer ganz anderen Seite kennen lernen. Unsere jüngeren Schülerinnen der Klassen 5-6 begeisterten durch ihr in der Tanz-AG erarbeitetes Programm am Tag der offenen Tür, bei der Oldi-Night und bei einem Auftritt innerhalb des Kulturpädagogischen Projekts „Akki“ das Publikum.

All diese Angebote wären ohne die Mithilfe unserer AG-Leiter Lina Mönnikes (Jgst. 13), Isabell Kirsch (Klasse 10), Michael Malke (Jgst. 11), Frau Hormilla und Herrn Syring sowie den Sportlehrern, die die



Schulmannschaften während der Stadtmeisterschaften betreuen, Herr Oberholz, Frau Dolinsky, Herr Hänsch, Herr Johnson und Herr Nowak gar nicht möglich. Vielen vielen Dank!

Ein besonderes Dankeschön richtet sich auch an Frau und Herrn Katen sowie Herrn Baranski, die den Fachbereich Sport in ihrer Funktion als Hausmeister in besonderer Weise unterstützen.

Verabschieden müssen wir uns zum kommenden Schuljahr leider von unseren Sportkollegen Frau Hellmich und Herrn Nowak, die in den verdienten Ruhestand treten. Sie werden eine große Lücke in der Sportfachschaft hinterlassen. Für ihre jahrzehntelange engagierte Arbeit am Humboldt-Gymnasium möchten wir uns von der Sportfachschaft herzlichst bei ihnen bedanken! Für ihre Zukunft wünschen wir Gesundheit und alles Gute!

Welche sportliche Besonderheiten die Schülerinnen und Schüler in ihrem Sportunterricht oder in ihrer AG sonst noch erleben durften und wie die erzielten Erfolge in Papierform aussehen, könnt ihr auf den nächsten Seiten erfahren!

Sportliche Grüße sendet und vor allem Gesundheit wünscht Euch

Sascha Leifels  
Sportfachvorsitzender

# AGs



Badminton



Handball



Abenteuer+Erlebnissport



Tanz

# Turn-AG

## Wie alles begann...

Am Anfang der Schuljahres 06/07 erklärte sich Lina (Jgst. 13) bereit mit Bella (Klasse 10) eine AG zu leiten. Jedoch waren sie noch nicht sicher, ob sie eine Turn-AG oder eine Abenteuer & Erlebnissport-AG anbieten sollten. Daher fassten sie den Entschluss, beides anzubieten. Diese AG sollte für Schülerinnen und Schüler der 5. und 6. Klasse sein.

## Wie alles seinen Lauf nahm...

Nun war es so weit; das erste Treffen fand statt.

Alle waren gespannt wie viele Kinder kommen würden, denn die erste Zahl der Anmeldungen war erschreckend... 65 Kinder!!!

Nach einiger Zeit lernten sich alle kennen und die große Entscheidung begann: Turn-AG oder doch Action-AG?

Wir entschieden uns beides zu mischen und deshalb verließen auch manche die AG.

Nun waren wir nur noch 25! Genau richtig...jetzt begann die AG so richtig.

## Nun geht´s knallhart zur Sache...

Alle waren komplett und die AG fing an. Zuerst kamen ein paar einfache Elemente dran, wie z.B. die Vor- und Rückwärtsrolle. In der nächsten Stunde verkündete uns Lina, mit welchem Thema wir anfangen würden:

Handstand und alles rund um den Handstand wie z.B.

Handstand Überschlag.

Nachdem wir dieses Thema behandelt hatten, mussten wir für unseren großen Auftritt bei der „Oldie Night“ üben. Dieser Auftritt war für manche eine große Überwindung. Jedoch gelang auch das und der Auftritt lief wie am Schnürchen.



## Das zweite Halbjahr beginnt...

Nun war das neue Halbjahr da und wir schwankten zwischen Salto und Flic Flac; letztlich entschieden wir uns für den Salto. Salto vorwärts, Vorübungen, Salto rückwärts und noch viele Arten von Salto. So ging es einen Monat zur Sache. Das war sehr anstrengend, aber machte viel Spaß! Letztendlich war auch dieses Thema vorbei und nun kam der Knaller: Flic Flac mit Vorübungen im... Schwimmbad!

## Flic Flac im Schwimmbad...wie das geht?

Bei den Vorübungen für Flic Flac war höchste Sicherheit geboten und daher kam auch Paddy, ein starker Schüler der schon letztes Jahr sein Abitur gemacht hatte, zur Hilfe mit. Zuerst nur ein paar lockere Rollen rückwärts, abgestoßen vom Beckenrand ins Wasser.

Dann schon richtig mit 2 Leuten gesichert von einer Matte ins Wasser den Sprung.

Einige schafften das, einige nicht! Die die es schafften, durften es auch mal alleine versuchen. Dies bewältigten Pauline und Larissa, alle staunten, sogar Lina und wir klatschen alle überrascht von deren Leistung in die Hände.



## Und jetzt?

Jetzt turnen wir am Reck, versuchen alleine den Aufschwung zu schaffen, einen Unterschwingung und manche können sogar schon einen Umschwung...

Anna und Pauline (Klasse 6b)

# Handball-AG



„Wenn nicht jetzt, wann dann ...“

... so tönte es tagelang, nachdem die Weltmeisterschaft im Handball, dazu noch im eigenen Lande errungen wurde. Ein sensationeller, weil unerwarteter Erfolg! Seit Beginn des Schuljahres 2006/2007 eifern Jungen von der sechsten bis zur achten Jahrgangsstufe

**dienstags von 16.50-18.00 Uhr in der Humboldt-Halle**

den großen Vorbildern nach.

Zu Beginn bestand die AG „nur“ aus 12 Teilnehmern, vornehmlich Sechstklässler, die ihre Handballkenntnisse hauptsächlich aus dem Schulunterricht mitbrachten. Nur wenige Schüler verfügen über Vereinerfahrung.

Nach dem oben genannten Erfolg der Nationalmannschaft nahm das Interesse sehr deutlich zu. Inzwischen kommen regelmäßig mehr als zwanzig Schüler zum „Training“, wobei das Spiel eindeutig im Vordergrund steht. Ob sich daraus einmal eine Schulmannschaft bildet, die an den Stadtmeisterschaften teilnimmt, bleibt abzuwarten. Es ist nicht das erklärte Ziel. Der Spaß und die Begeisterung sollen erhalten bleiben. Besonders erfreulich ist der jahrgangsstufenübergreifende Zusammenhalt der Gruppe, auch wenn teilweise erhebliche Größenunterschiede bestehen.



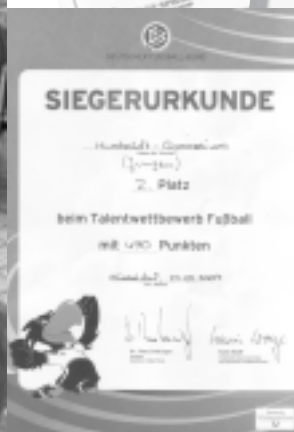
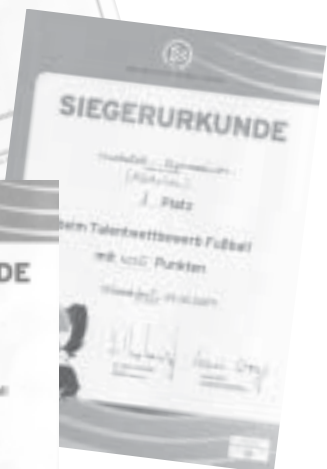
Wenn das Interesse weiterhin anhält, ist die Einrichtung einer zweiten Handball-AG denkbar, möglicherweise als gemischte AG von Jungen und Mädchen in den unteren Jahrgängen. Wir werden im nächsten Schuljahr die zur Verfügung stehenden personellen und räumlichen Bedingungen dafür prüfen und das Interesse der Schülerinnen und Schüler erfragen.

Also, lasst euch vom „Handballfieber“ infizieren!

Volker Syring

# Stadtmeisterschaften

Allen Teilnehmern  
herzlichen Glückwunsch!



# Fußball



Auch in diesem Jahr nahm wieder eine Fußballmannschaft des Humboldt-Gymnasiums an den Stadtmeisterschaften im Fußball teil, und zwar in der Wertungsklasse 3, d.h. in den Jahrgängen 1993 bis 1995. Folgende Recken traten an, um sich die Krone des Fußballmeisters der Schulen der Stadt Düsseldorf aufzusetzen:

Max Kaiser und Christopher Agbowadan (Klasse 8b), Stefan Wiemer, Aljosha Fischer und Mesmond Nana (7c), Conrad Rading (7b), Jens Neumann, Arjan Kessel und Richman Richard (7d), Joshua Dippel (7a), Miron Jontea und Aykut Citak (6c), Felix Deich (6a), Nelson Mauss, Leon Zacharias, und Henrik Lamers (6b).

In der ersten Runde sollten wir es mit zwei Gegnern zu tun bekommen: der Hauptschule Graf Recke und der Anne-Frank-Realschule. Da die Realschule aber nur mit sieben Spielern antrat und damit nicht spielberechtigt war, kam es nur auf das Spiel gegen die Hauptschule an. Nach einem äußerst unglücklichen Eigentor in der ersten Spielminute bekamen die Humboldt-Spieler das Spiel immer besser unter Kontrolle und erarbeiteten sich viele gute Tormöglichkeiten, die aber oft überhastet vergeben wurden. Dennoch gelang durch Tore von Mesmond Nana und Arjan Kessel die verdiente 2:1 Pausenführung. Gleich mit dem ersten Angriff der zweiten Halbzeit ließ sich unsere Hintermannschaft aber wieder überlaufen, sodass der Hauptschule mit der dritten Chance auch das zweite Tor gelang (gemäß

dem ehemaligen Bayern-Stürmer Roland Wohlfahrt „eine hundertprozentige Chancenausnutzung“). Im weiteren Verlauf schnürte unser Team die Hauptschüler in ihrem Strafraum ein, jedoch gelang wiederum Mesmond Nana der entscheidende dritte Treffer erst in der Schlussminute.

In einem „Freundschaftsspiel“ im Anschluss an das offizielle Spiel gewannen die Humboldter dann übrigens 8:0 gegen dasselbe Team!

Damit hatten wir uns für die Zwischenrunde qualifiziert. Dort hießen die Gegner Agnes Miegel-Realschule und Rückert-Gymnasium, gegen das wir gleich das erste Spiel hatten. Trotz deutlicher spielerischer Überlegenheit der Rückerts hielt die deutlich jüngere Mannschaft des Humboldt gut dagegen und schaffte zur Halbzeit ein 1:1 (Torschütze Arjan Kessel per Kopfball nach einer Ecke). In der zweiten Halbzeit setzten sich die körperlich robusteren Rückertschüler klar durch und gewannen am Ende auch in dieser Höhe verdient mit 5:1.

Nachdem die Agnes-Miegel-Realschule im zweiten Spiel 1:0 gegen Rückert gewonnen hatte, war klar, dass uns nur ein sehr hoher Sieg in die Endrunde bringen würde. So stellten wir um von 4-4-2 auf 4-3-3. Das führte in der ersten Halbzeit zu einem recht ausgeglichenen Spielverlauf, in dem wir uns einige gute Tormöglichkeiten erarbeiteten. Leider übersah der Schiedsrichter beim 1:0 der Realschüler eine Abseitsposition. Nach einer sehr schönen Einzelleistung von Aykut Citak ging es dennoch mit einem 1:1 in die



Pause. Gleich zu Beginn der zweiten Halbzeit piff der sehr unsichere Schiedsrichter fälschlicherweise Abseits gegen Humboldt, wodurch uns der Ausgleich durch Jens Neumann aberkannt wurde. Quasi im Gegenzug fiel dann das 2:1 für Agnes Miegel, und damit war der Widerstand gebrochen. Am Ende stand es 4:1 für die Realschule, der wir sehr herzlich zum Gewinn der Zwischenrunde gratulieren.

Hervorzuheben ist, dass alle Spiele ausgesprochen fair über die Bühne gingen und kein einziges übles Foul zu beobachten war. Ich denke, dass es unseren im Vergleich zu den meisten Gegnern jüngeren Schülern trotz des Ausscheidens in der Zwischenrunde viel Spaß gemacht hat.

Und, liebe Jungs: Auf ein Neues im nächsten Jahr, dann seid Ihr ein Jahr älter und 15 cm größer!!

P.S.: Ein herzlicher Dank gilt Stefan Müller aus der Jahrgangsstufe 12, der uns als Schiedsrichter - zum großen Teil in seiner Freizeit - begleitet hat.

Josef Oberholz

## DFB-Talentwettbewerb 2007



**Unser Gewinnerteam:  
Tamina Römer , Elik Tekbas, Charlotte  
Dahmen, Ellene Nelles, Leonie Wendel**



Bei diesem Wettbewerb durften jeweils fünf Mädchen und Jungen der Jahrgänge 1994 bis 1996 teilnehmen. Zunächst galt es einen Technik-Parcours zu durchlaufen, in dem sieben sehr verschiedene Aufgaben bewältigt werden mussten. Fürs Jonglieren mit dem Ball, Passgenauigkeit, Slalomdribbeln, Flankenschlagen, Kopfbälle Platzieren, Bananenflanken und Toreschießen konnte jeder Spieler für sich individuell und für sein Team Punkte sammeln. Alle fünf teilnehmenden Jungen des Humboldt gewannen eine Siegerurkunde, Max Worm dabei von allen Schülern mit 314 Punkten den Höchstwert. Bei den Mädchen erreichte Elena Nelles mit 169 die meisten Punkte. Etwas unfair ist es dabei, dass die Mädchen dieselben Aufgaben mit denselben Kriterien zu bewältigen hatten wie die Jungen auch. Da sollte der DFB noch einmal regulierend eingreifen.

Der zweite Teil war ein Turnier auf einem Kleinfeld vier gegen vier. Unsere Jungen erreichten dabei zwar in ihrer Gruppe den Sieg, aufgrund eines Unentschiedens mussten sie aber dem Geschwister-Scholl-Gymnasium den Vortritt lassen.

Genau andersherum lautete die Platzierung bei den Mädchen. Tamina Römer, Elena Nelles, Charlotte Dahmen, Elif Tekbas und Leonie Wendel siegte in allen Spielen und gewannen mit großem Abstand zur Konkurrenz.

Lohn dafür ist die Teilnahme am Landesfinale am 23. Mai in Köln. Leider müssen wir dort auf dem Gelände des 1.FC Köln auflaufen, hoffen aber darauf, nicht an einer Köln-Allergie zu erkranken und weiterhin erfolgreich sein zu können.

Josef Oberholz

WZ FREITAG, 30. MÄRZ 2007

# Bei Kaiser-Wetter zeigen sich zukünftige Fußball-Könige

**TALENTWETTBEWERB** Schülermannschaften aus weiterführenden Schulen suchten Landesfinalisten.

Von Marcel Prillwitz

Petrus meinte es besonders gut mit dem Fußballnachwuchs. Bei herrlichstem Frühlingwetter trafen sich die vielversprechendsten Talente aus Düsseldorf Schulen zum „Talentwettbewerb Fußball“. Auf der Anlage des Oberligisten Turu Düsseldorf konnten sich die Ballzauberer einen Vormittag lang beweisen. Zur fünften Auflage des Turniers geladen hatte der Ausschuss für den Schulsport der Stadt in Kooperation mit dem Fußballverband Niederrhein (FVN). Die Organisatoren Stefan Wiedon vom FVN und Katja Mischke vom Sportamt der Stadt begrüßten insgesamt 20 Mannschaften der Jahrgänge 1994 bis 1996. Gemeldet waren 7 Mädchenmannschaften und 13 Jungenteams, darunter auch gemischte Formationen.

„Ursprünglich war das Turnier konzipiert im Hinblick auf die Weltmeisterschaft 2006. Durch den großen Erfolg hat sich der DFB aber dazu entschlossen, auch in diesem Jahr den Talentwettbewerb auszurichten“, so Wiedon, der beim Landesverband den Schulfußball betreut.

Wie es sich für einen ordentlichen Talentwettbewerb gehört, galt es für die Schüler nicht nur, das Runde in das Eckige zu bugisieren, sondern auch technische

Fähigkeiten und Raffinesse unter Beweis zu stellen. So wartete neben dem Kleinfeldturnier - gespielt wurde vier gegen vier - ebenfalls ein Parcours mit sieben Stationen. So klangvolle Namen wie „Kurzpass-Ass“, „Kunstschütze“ oder „Dribbelkünstler“ forderten den Jungen und Mädchen die gesamte Bandbreite ihres fußballerischen Könnens ab. Und so ganz nebenbei ließ sich dadurch auch noch das DFB-Fußball-Abzeichen erwerben.

## Nebenbei lernen die Kinder das sportlich faire Miteinander

Neben den sportlichen Fähigkeiten fördert der Talentwettbewerb auch die Sozialkompetenz der 10 bis 13-Jährigen. Das Kleinfeldturnier kommt ganz ohne Schiedsrichter aus, lediglich Spielbeobachter wachen über die Einhaltung der Regularien von der Seitenlinie aus. Stefan Wiedon: „Durch wird der Fair-Play-Gedanke natürlich enorm gefördert. Das klappt hervorragend, nur manchmal mischen sich die Betreuer etwas zu sehr ins Spiel ein. Die Kinder selbst gehen in den allermeisten Fällen sehr fair miteinander um.“

Trotz aller Fairness fordert der Sport allerdings manchmal seine Opfer: Ein Schüler des Lessing-Gymnasiums musste mit einer Sprunggelenks-Verletzung ins



Das Geschwister-Scholl-Gymnasium vertritt Düsseldorf beim Landesfinale. Ebenfalls dabei: Die Schülerinnen des Humboldt-Gymnasiums. Foto: Lange

Krankenhaus gebracht werden. Dessen Betreuer Hendrik Rütger äußerte sich etwas enttäuscht: „Schade, dadurch konnten wir leider nicht mehr oben mitspielen. Aber im nächsten Jahr treten wir wieder mit ehrgeizigen Zielen an.“

## Der Traum vom Bundesfinale im Europa-Park ist immer mit dabei

Dem Sieger der Veranstaltung jedenfalls winkte die Teilnahme am nordrhein-westfälischen Landes-

finale in Köln am 23. Mai. Sportlehrer Gerhard Hoffmann vom siegreichen Geschwister-Scholl-Gymnasium dämpft die Euphorie: „Dort wird es aber schwer, denn immer ist das Landrat-Lucas-Gymnasium aus Leverkusen mit vertreten. Und die sind die Talentschmiede von Bayer 04.“

Vielleicht gelingt aber den Mädchen vom Humboldt-Gymnasium dort der große Coup: Der Einzug ins Bundesfinale Anfang Juni im Europa-Park Rust.

# Wieder da !

## Basketball Stadtmeisterschaften der Düsseldorfer Gymnasien.

Nach jahrelangen Erfolgen in den Altersklassen WK1 und WK 2 endlich einen kurze „Durststrecke“ überwunden.

Von den 16 gemeldeten teilnehmenden Schulen hat sich das Basketballteam des Humboldt-Gymnasiums in der Vorrunde locker qualifiziert. Die Spiele wurden deutlich gewonnen. Damit war uns der dritte Platz schon sicher.

Die Endrunde fand im Burg-Wächter-Castello in Reisholz statt. Hier spielen die Düsseldorfer „Magics“ in der 2. Bundesliga. Für unsere Spieler war es ein einmaliges Erlebnis, in dieser Halle zu spielen. Die komplette technische Ausrüstung eines Bundesligaspiels: Anzeige der Spielernamen mit erzielten Punkten und Fouls, 24-Sekunden-Anzeige, ein Anschreibetisch mit Profis und „echte“ Schiedsrichter.



Unser Team hat deutlich gegen Leibniz und Lorentz gewonnen. Die Siegerehrung fand vor 1500 Zuschauern in der Halbzeitpause des Bundesligaspiels der „Magics“ gegen Hagen statt. Lasershow, Cheerleader usw. Dank reichlicher Vergabe von Freikarten waren zahlreiche HumboldtFans in der Halle. Die Begeisterung war unbeschreiblich.

Hier die Spieler unseres Dream-Teams:



FELIX FRIEDT,  
RUSLAN SHAPULAEV,  
SIMON LI,  
JAN LODGE,  
FABIAN SALMEN,  
ARMIN JAKOBI,  
SVEN PARYS,  
VIKTOR BÖSE,  
ADAM TRACZYK.



# Leichtathletik

Am 1. Juni 2006 fanden bei gutem Wetter auf der Anlage des DSV 05 die Mehrkampfmeisterschaften teil.

Das Humboldt-Gymnasium hat wieder mit 15 Schülern und 14 Schülerinnen teilgenommen.

Max Worm (6a) wurde Vizemeister und Robin Kutscha (6b) Dritter im Mehrkampf. Die Jungenmannschaft belegte den zweiten Platz und die Mädchenmannschaft den dritten Platz.

Für die Jungen starteten erfolgreich:

Max Worm 6a, Robin Kutscha 6b, Felix Hummel 7b, Florian Heintzen 7b, Dariusch Philipp 6c, Aljoscha Fischer 6c, Christoph Moritz 5a und Matthias Beckers 5a

Für die Mädchen starteten:

Lisa Baumgärtel 5d (sie wurde 5. in der Einzelwertung), Melina Ledeganck 6b, Amelie Undorf 5a, Jasmin Schumacher 7c, Laura Bublat 5c, Charlotte Dahmen 6c, Berna Apaslan 5a, Anne-Lina Scherz 5c

Am 23. Juni 2006 fanden in der LTU-Arena die Einzelmeisterschaften statt.

Robin Kutscha und Max Worm waren die erfolgreichsten Teilnehmer der Schüler C. Max Worm wurde Stadtmeister im Schlagball.

Robin Kutscha belegte im 50m-Lauf einen hervorragenden 4. Platz, im 800m-Lauf wurde er sogar Dritter und im Weitsprung belegte er unter über 50 Teilnehmern den 6. Platz.

Bei den Schülerinnen C belegte Charlotte Dahmen den 4. Platz im 800m-Lauf.

Bei den Schülerinnen B kam Jillian Oelze als Dritte beim 75m-Lauf ins Ziel und belegte den 4. Platz im Weitsprung.



Allen Teilnehmern/innen danke ich für ihren Einsatz und gratuliere ihnen zu ihren tollen Leistungen. Mein besonderer Dank gilt den Schüler/innen und Kollegen, die unsere Teilnehmer begleitet und vor Ort betreut haben.

Monika Dolinsky

# Unterrichtsprojekt

Take-Off: Tanzen in 9-11



# Unterrichtsprojekt

## Abenteuer & Erlebnissport

Wenn man an den Sportunterricht denkt, dann denkt man normalerweise an Fußball, Basketball, Volleyball und Co. ... aber Abenteuer-Erlebnis-Sport ?? Was ist das? Nun, um diese Frage zu klären, müssen wir euch die ganze Geschichte von vorne erzählen. Also, versetzt euch in die Zeit um den Oktober letzten Jahres. Es war ein schöner Oktober, warm und sonnig, allerdings hat das nur sehr wenig mit unserer Geschichte zu tun. Nachdem wir unsere Frisbee-Reihe beendet hatten, schlug Herr Leifels uns ein kleines Zwischenthema vor: Abenteuer-Erlebnis-Sport. Dabei geht es um Folgendes:

Man lernt beim Sport seine Grenzen kennen. Man lernt, sich gegenseitig zu vertrauen und seine Angst zu überwinden. Beispielsweise wurden zwei hohe Kästen gegenübergestellt. Dazwischen lagen Matten. Nun musste man sich auf einen der Kästen stellen und sich mit einem Seil, welches von der Decke hing, auf den anderen Kasten hinüberschwingen. Da der Kasten nicht stabil war, stützten ihn Mitschüler. Ein andermal wurde eine Bank von ein paar Leuten schief aufgestellt und gestützt, sodass die Spitze in die Höhe ragte. Darunter lagen viele Matten. Der Rest der Klasse stand am unteren Ende und jetzt



kommt bzw. kams: Einer nach dem anderen musste die Bank hochsteigen, bis er ganz oben stand. Von dort aus sollte er nach unten auf die Matten springen. Die ganze Zeit über wurde die Bank NUR von Schülern gehalten ( und das war im wahrsten Sinne des Wortes manchmal eine sehr schwere Aufgabe). Dies sind zwei Beispiele des Vertrauenslernens aber auch dazu, seine Ängste zu überwinden.



## Humboldt-Gymnasium

Ein anderes Mal sprangen wir von der Decke! Na ja, eigentlich sprangen wir von unter der Decke, aber das andere klingt spektakulärer^^... .

Wir legten also die große Weichbodenmatte unter zwei Ringe, die von der Decke hingen. Dann trat ein Schüler vor und hielt sich an den Ringen fest. Danach wurde er von zwei oder mehreren Schülern an Seilen hochgezogen. Dabei konnte der Schüler selbst entscheiden, wie weit er hochgezogen werden möchte, um seine Ängste zu überwinden oder vielleicht sogar an Grenzen zu stoßen. Als er dann schließlich unter der Decke hing oder in der Höhe, bis in die er sich traute, sprang der Schüler und fiel weich auf die Matte. Dies war eine Aufgabe für Freiwillige, da es schon eine kleine Portion Mut und Überwindung verlangte, da hinunterzuspringen. Trotzdem hatten diese Aufgabe sehr viele aus unserer Klasse bewältigt.



Somit ist dies ein Beispiel, seine Ängste zu überwinden und auf Grenzen zu stoßen.

Wir haben noch einige Aufgaben mehr gemacht, allerdings würde es zu lange dauern diese alle aufzuzählen. Wir hoffen, euch hat unser kleiner Bericht gefallen und dass ihr nun eine ungefähre Vorstellung habt, was eigentlich dieses Abenteuer-Erlebnis-Sport ist. Wer weiß, vielleicht springt auch ihr im nächsten Jahr von der Decke oder macht noch ganz andere verrückte Dinge... ?

Soo-Yon Kim & Antonia Beeskow, 8b



# Unterrichtsprojekt

## „Quidditch für Muggel“

Wir staunten nicht schlecht als es hieß, dass wir Quidditch im Sportunterricht spielen sollten. War Quidditch nicht das Spiel aus „Harry Potter“? War das nicht das Spiel, was man auf fliegenden Besen spielt? Da sich aus unserer Klasse niemand als der zweite Harry Potter oder die zweite Hermine Granger geoutet hatte, war es nun unsere Aufgabe das Spiel so umzugestalten, dass es auch normale Menschen (auch Muggel genannt) spielen können. Doch wie wird Quidditch eigentlich wirklich gespielt?

Erst einmal gibt es verschiedene Bälle:

Den Quaffel, die Klatscher und den goldenen Schnatz. Für jeden Ball gibt es verschiedene Mitspieler die sich um ihn kümmern müssen.

### 1. Die Hüter

Die Hüter sind nichts anderes als Torwarter. Nur dass sie kein Tor hüten, sondern einen Ring. Ihre Aufgabe ist es, so wenige Bälle wie möglich durch ihren Ring zu lassen.

### 2. Die Jäger

Die Jäger versuchen den Quaffel in den Ring der gegnerischen Mannschaft zu befördern, indem sie sich diesen gegenseitig zupassen.

### 3. Die Treiber



Die Treiber haben die Aufgabe, Spieler der gegnerischen Mannschaft, sofern sie im Ballbesitz sind, mit den Klatschern abzutreffen. Wenn diese abgetroffen wurden, muss der entsprechende Spieler den Quaffel fallen lassen und die gegnerische

Mannschaft bekommt ihn.

### 4. Der Sucher

Der Sucher ist dafür zuständig, den goldenen Schnatz zu finden. Doch wie sollte man das umsetzen? Der Schnatz ist normalerweise ein kleiner goldener Ball mit Flügeln, der sehr schwer zu finden ist, da er so schnell durch die Gegend fliegt. Nach langem Überlegen einigten wir uns darauf, dass in jeder Mannschaft ein Spieler als Schnatz bestimmt wird – natürlich ohne dass die andere Mannschaft etwas davon mitbekommt. Wenn der Spielleiter, in unserem Fall Herr Leifels, mitten im Spiel pfeift, ist dies das Zeichen für die Sucher auf jeden Spieler der gegnerischen Mannschaft zuzugehen und zu fragen: „Bist du der goldene Schnatz?“ Wenn die Person nicht antwortet, ist sie es nicht. Wenn sie wegrennt, muss der Sucher versuchen, den Schnatz, also die Person, die gerade auf der Flucht ist, zu fangen, bevor zum zweiten Mal gepfiffen wird. Wenn er gefangen wurde, bekommt die Mannschaft des Suchers fünf Extrapunkte und das Spiel ist vorbei.

Im Namen der Klasse 8b  
Gloria Gängel & Kristina Lösch

# Unterrichtsprojekt

## „Was dreht“

Im Anschluss an die **Fußball-WM 2006** hat unser Sportlehrer Herr Leifels ein Schulprojekt entwickelt, das unsere Klasse 10a im Rahmen des Sportunterrichtes gemeinsam bearbeiten sollte. Unter der Überschrift „Zeit, dass sich was dreht“ war die Aufgabe mit der gesamten Klasse eine Choreographie (zu dem entsprechenden Titel „Zeit, dass sich was dreht“ von Herbert Grönemeyer) zu entwickeln, die verschiedene Themen aus dem Sportunterricht abdeckt. Dazu gehörten Elemente aus dem Bereich Tanz, Akrobatik und Bodenturnen. Dabei sollten wir besonders darauf achten, dass jene Bewegungen und Übungen „sich drehen“, wie schon der Titel verrät. Die Klasse wurde in verschiedene Gruppen eingeteilt á 6-7 Schülerinnen und Schüler, die einen Teil der Sportstunde nutzen sollten, um ihre Ideen erst einmal im kleinen Kreis ausprobieren zu können. Dabei hielt sich Herr Leifels größtenteils im Hintergrund und gab nur hier und da ein paar Tipps, die uns weiterhelfen könnten. Die besten Ideen wurden schließlich am Ende der Stunde von jeder Gruppe vor der

Klasse präsentiert und anschließend gemeinsam ausgewertet, verändert oder verbessert.

So entwickelten sich nach und nach verschiedene Choreographieabschnitte, die sich die Gruppen gegenseitig vorführten und beibrachten.

Gegen Ende des Projektes wurden nun die besten Elemente zusammengesetzt und es entstand eine gelungene und „einzigartige“ Choreographie.



Damit uns dieses Projekt niemals verloren geht, haben wir es als Filmaufzeichnung festgehalten.



Im Namen der Klasse 10a, Franca Poos

# Spielfest in Waldbröl

02.09.06



# Tag der offenen Tür

18.11.06

