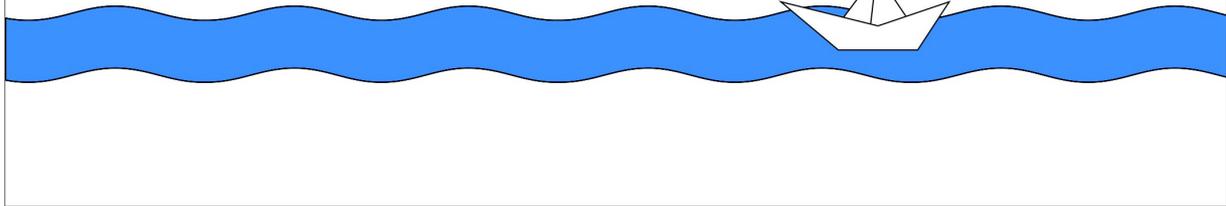




Schulverein Bilsbek e.V.

gemeinsamer Schulverein der Gemeinden Prisdorf & Kummerfeld



## Offene Ganztagschule OGTS

Angebote für das 2. Halbjahr 2022/23

### Montag

#### **Voltigieren bei den Wanderreitern, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr 30 € monatlich)**

Spaß am Umgang mit dem Pferd haben, spielerisch das Gefühl für Bewegung lernen, Teamgeist entwickeln und kleinere und größere Erfolge genießen – das ist voltigieren! Über erste einfache Übungen lernt ihr mit der Zeit kleine Kunststücke auf dem Pferderücken. Ihr braucht dazu immer **bequeme wetterfeste Kleidung**, feste Schuhe und lange Hose (bei Regen Gummistiefel). Ein Auto der Diakonie bringt euch zum Hof der Wanderreiter und von dort auch wieder zurück. Deshalb muss immer ein **Autositz** mitgebracht werden!

#### **Ringens und Raufen mit Herrn Specht für Klasse 3 und 4, 14 bis 15 Uhr**

Ringens und Raufen macht Spaß, aber leider wird manchmal daraus Ernst. In diesem Kurs lernt ihr die Grundlagen des Ringens und erfahrt, dass es mit Regeln und gegenseitigem Respekt viel besser gelingt. Ihr solltet Spaß an Bewegung und Sport haben. Liebe Eltern, in diesem Kurs werden die Teamfähigkeit, der Umgang mit Gefühlen von anderen und die soziale Gemeinschaft neben einer spielerischen Einführung in die Sportart angeboten. Während der Aufwärmphase wird die Koordination und Eigenwahrnehmung geschult und gefördert. Der Kurs findet in der Sporthalle statt, bitte Sportzeug mitbringen.

#### **Kochen mit Frau Liepert, Klasse 2 bis 4, 14 bis 16 Uhr\* (Kursgebühr 10 € mtl.)**

In diesem Kurs könnt ihr ganz viele verschiedene Lebensmittel und deren Zubereitungsart kennen lernen. Von Kuchen backen über Marmelade kochen bis hin zum Mittagessen zubereiten wird alles einmal ausprobiert.

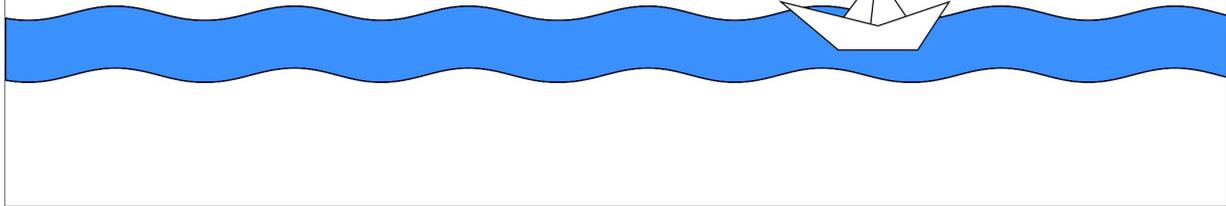
#### **Kinder-Yoga mit Frau Hoppe, Klasse 3 und 4, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr 10 € monatlich)**

Wir wollen in dieser Stunde körperlich und geistig entspannen sowie Körper (Muskeln, ...), Geist (Denken) und Seele (Gefühle) in Einklang bringen. Wir stehen fest als „Baum“ im Wald, wir sind stark wie ein „Krieger“, wir summen wie eine „Biene“, wir strahlen wie die „Sonne“, wir schaukeln wie ein „Boot“, wir dösen wie ein „Dromedar“, wir tanzen wie ein „Schmetterling“... Wir machen Bewegungsspiele und reisen in verschiedene Welten... Im Yoga gibt es kein „Richtig“ oder „Falsch“. Kinder erhalten mehr Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein und Ausgeglichenheit.



**Schulverein Bilsbek e.V.**

gemeinsamer Schulverein der Gemeinden Prisdorf & Kummerfeld



**Batiken und Marmorieren mit Frau Wilke und Frau Kahnes, 14 bis 15 Uhr  
(Kursgebühr für Material einmalig 15 €)**

Batik ist eine besondere Färbe-Methode, die gerade wieder im Trend liegt. Man kann viele verschiedene Dinge aus Stoff (z.B. Tücher, Taschen, T-Shirts...) färben und mit der Batik-Methode tolle Muster und Effekte erzielen. Ebenso verhält es sich mit dem Marmorieren von festen Gegenständen, z.B. Kerzen, Tassen etc. Bitte unbedingt einen Malkittel mitbringen!

**Perlenzauber mit Frau Zenuni, Klasse 1 bis 4, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr für Material einmalig 8 €)**

Was man wohl aus Perlen alles Basteln kann? Auf jeden Fall mehr, als sie nur auf die Schnur zu fädeln. Natürlich geht es nicht ohne Fädeln, also solltest du ein Gespür für feinere Arbeiten und etwas Geduld haben, dann wirst du tolle Ergebnisse erzielen.

**Dienstag**

**Kinder, die am Blockflötenunterricht teilnehmen, wählen bitte keinen Kurs!**

**Tennis v. Kummerfelder Tennisverein mit Herrn Salakoslu und Herrn Schmidt, 14 bis 15 Uhr**

Wie gehe ich mit dem Schläger um, wie macht man einen Aufschlag, was gibt es beim Tennis für Regeln? Um die nötige Kondition zu erhalten und bestimmte Muskelpartien für das Tennisspielen zu trainieren, werdet ihr parallel auch kurze Einheiten in anderen Sportarten machen, z.B. Leichtathletik. Dies alles könnt ihr in diesem Kurs kennen lernen. Das Angebot findet je nach Wetter auf dem Tennisplatz oder in der Sporthalle statt. Tennisschläger werden gestellt. Bitte feste Hallen-Sportschuhe/Sportchuhe für draußen und Sportzeug mitgeben!

**Stark wie wir mit Daniela Matheus und Lars Graap, 14 bis 15.00 Uhr\* (Kursgebühr monatlich 20 €) /Sport,Spiel und Spaß mit Herrn Specht (abwechselnd 14täglich)**

Die Kinder lernen interaktiv und altersgerecht Gefahren zu erkennen, zu meiden und im Ernstfall effektiv abzuwehren. Hierzu kombinieren wir zahlreiche Übungen zur Selbstbewusstseins-Steigerung mit ersten Elementen der Selbstverteidigung. Die Termine finden 14täglich statt, die freien Termine wird Herr Specht mit Sport, Spiel und Spaß abhalten. So findet der Kurs regelmäßig wöchentlich statt. Der Kurs findet in der Sporthalle statt, bitte Sportzeug mitbringen. Eine Vorstellung der Trainer und des Konzepts finden sie am Ende der Kursbeschreibungen.



**Schulverein Bilsbek e.V.**

gemeinsamer Schulverein der Gemeinden Prisdorf & Kummerfeld



### **Entspannung mit Frau van der Wees, Klasse 1 und 2, 14 bis 15 Uhr**

Was erwartet euch? Es gibt Entspannungsgeschichten, Fantasiereisen, Malen, spielerische Entspannungsübungen und einiges mehr. Wir wollen Achtsamkeit spüren, einen spielerischen Umgang mit Entspannung kennenlernen und letztendlich Entspannung als etwas ganz Selbstverständliches kennenlernen. Nach dem Kurs fühlt ihr euch ausgeruht, könnt euch besser konzentrieren und habt weniger Stress. **Bitte zu jeder Kursstunde ein Kuscheltier und Federtasche mitbringen.**

### **Experimentini mit Frau Schmidt, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr 20 € monatlich)**

Ihr findet es toll wenn's brodeln und zischt, grübelt aber auch gern und seid neugierig, was für Versuche man machen kann? Klasse – dann experimentiert mit uns! Jede Stunde hat ein eigenes Thema, diese bauen aber aufeinander auf. Ihr könnt sicher auch mit dem einen oder anderen Experiment zu Hause überraschen.

### **Flöten-Schnupperkurs von der Musikschule Pinneberg mit Frau Albrecht-Krebs, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr 25 € monatlich)**

Weißt du, wie man eine Flöte spielt? Was man alles mit der Flötenmusik machen kann? Was eigentlich Noten sind und wie man auch mit anderen Flötenspielern gemeinsam spielen kann? Dann komm doch in die Blockflöten-Schnuppergruppe! Bei uns gibt es jede Menge Flötenspiele und Lieder. Im nächsten Halbjahr besteht dann die Möglichkeit, direkt über die Musikschule weiterführenden Unterricht zu buchen, der im Anschluss an die Kurse in unseren Räumen stattfindet.

### **Nähen mit Frau Sahin, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr für Material einmalig 10 € )**

Mit Nadel und Faden tolle Sachen aus Stoffen zaubern. Wie mache ich eine gute Naht, wie schneide ich den Stoff zu... alle diese Dinge und noch mehr lernst ihr in diesem Kurs. Und dann geht ihr vielleicht mit einem selbst genähten Kuscheltier nach Hause?

### **Gesellschaftsspiele mit Frau Lindemann, 14 bis 15 Uhr**

Du hast Spaß daran, Gesellschaftsspiele zu spielen? Bekannte Spiele und auch mal etwas Neues ausprobieren, in verschiedenen Gruppen zusammen sitzen und Spaß haben wird der Inhalt dieses Kurses sein



Schulverein Bilsbek e.V.

gemeinsamer Schulverein der Gemeinden Prisdorf & Kummerfeld



## Mittwoch

### **Reiten bei den Wanderreitern, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr 30 € monatlich)**

Pferde pflegen, trensen, satteln... und Reiten! Ihr lernt außer dem Reiten auch ganz viel über die Tiere und den Umgang mit ihnen. Ihr braucht dazu immer **wetterfeste Kleidung**, Reit- oder Gummistiefel und einen **Reithelm**, **ersatzweise** einen **Fahrradhelm**. Ein Auto der Diakonie bringt euch zum Hof der Wanderreiter und von dort auch wieder zurück. Deshalb muss immer ein **Autositz** mitgebracht werden!

### **Theater mit Frau Lindemann, Klasse 2 und 3, 14 bis 15:30 Uhr (Kursgebühr für Material einmalig 7 €)**

In diesem Kurs wollen wir für die Einschulung im nächsten Schuljahr ein Stück erarbeiten. Dafür suchen wir schauspielbegeisterte Kinder, die keine Scheu vor der Bühne und dem Publikum haben und fleißig Texte üben möchten. **Die Teilnahme an den Einschulungsstücken ist Voraussetzung für die Anmeldung. Bitte beachten: auch Geschwisterkinder von Einschulungskindern müssen bei den Aufführungen aller drei Einschulungsfeiern teilnehmen!**

### **Experimentini mit Frau Schmidt, 14.00 bis 15:00 Uhr (Kursgebühr 20 € monatlich)**

Ihr findet es toll wenn's brodeln und zischt, grübeln aber auch gern und seid neugierig, was für Versuche man machen kann? Klasse – dann experimentiert mit uns! Jede Stunde hat ein eigenes Thema, diese bauen aber aufeinander auf. Ihr könnt sicher auch mit dem einen oder anderen Experiment zu Hause überraschen.

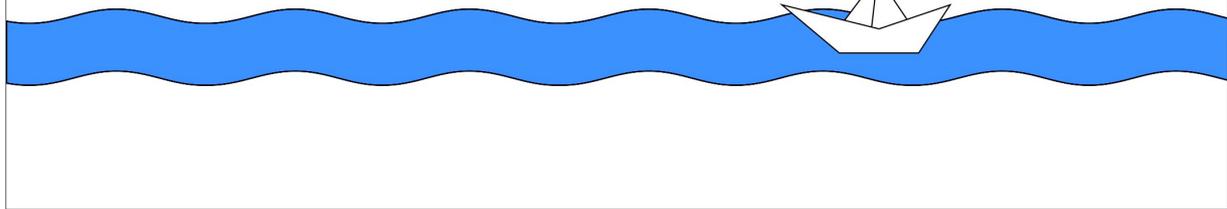
### **Mandalas mit Frau Harder, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr für Material einmalig 8 €)**

Hier werden Mandalas ausgemalt, verziert und bearbeitet. Sie können beim Basteln verwendet oder gerahmt werden, es gibt immer neue Themen. Lasst euch überraschen. Ein Kurs für alle Kinder, die Spaß am Ausmalen haben!



**Schulverein Bilsbek e.V.**

gemeinsamer Schulverein der Gemeinden Prisdorf & Kummerfeld



**Window Color und Malen nach Zahlen mit Frau Schmidt, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr für Material einmalig 8 Euro)**

Dieser Kurs für Malfreudige beinhaltet zwei Themen: mit Window-Color lassen sich wunderschöne Bilder für die Fensterscheibe, für Gläser oder... gestalten. Beim Malen nach Zahlen braucht es Konzentration: welches Feld soll mit welcher Farbe gefüllt werden. Das Ergebnis sind schöne und farbenfrohe Bilder **Bitte einen Malkittel mitbringen**

**Schach für Anfänger mit Herrn Stinski, Klasse 2 bis 4, 14 bis 15 Uhr**

Wer von euch gerne spielt und schon immer mal das Schachspiel kennen lernen wollte, ist in diesem Kurs richtig. Zunächst lernt ihr über andere, einfache Spiele das Schachbrett und Spielzüge kennen und baut dann euer Wissen um das Schachspiel auf. Zu Hause solltet ihr ein Schachspiel mit den Koordinaten „ 1-8 und A-H „ zum Üben haben. **Bitte einen Schnellhefter zum Sammeln der Übungsblätter mitbringen.**

**Häkeln & Entspannen im Häkelstübchen mit Frau van der Wees, 14 bis 15 Uhr (Kursgebühr einmalig 8 Euro)**

Du hast Lust, das Häkeln zu lernen? Dann bist du hier richtig. Wir häkeln mit den Fingern und der Häkelnadeln, Wolle und Naturbast sind unsere Materialien. Und zwischendurch gibt es kurze Übungen zum Entspannen.

**Donnerstag**

**Pickleball mit Herrn Stinski vom Kummerfelder Sportverein, Klasse 3 und 4, 14.00 bis 15.00 Uhr**

Diese Sportart ist bei uns relativ neu. Es handelt sich um eine Schläger-Ball-Sportart, die leichter zu erlernen ist als z.B. Tennis und viel Spaß garantiert. Eine ausführliche Beschreibung gibt es am Ende der Kurs-Beschreibungen.

**Kampfsport- und Charakterschule Sinawali, 14.00 bis 15.00 Uhr (Kursgebühr 15 € monatlich)**

In diesem Kurs lernt ihr Kampfsport-Basiselemente kennen wie Schläge, Tritte, Blöcke und generelles Bewegen. Es wird das nötige Grundverständnis für das Kämpfen geschult. Respekt, Fairness und Disziplin gehört zum Kampfsport auch immer dazu. Liebe Eltern, wir haben die Teilnehmerzahl und die Dauer (45 Minuten statt 60 Minuten) gesenkt, um die Kosten zu reduzieren. Wir gehen um 14 Uhr in der Schule los, der Kurs endet um 15 Uhr bei der Sportschule Sinawali.



**Schulverein Bilsbek e.V.**

gemeinsamer Schulverein der Gemeinden Prisdorf & Kummerfeld



### **Ringens und Raufen mit Herrn Specht für Klasse 1 und 2, 14 bis 15 Uhr**

Ringens und Raufen macht Spaß, aber leider wird manchmal daraus Ernst. In diesem Kurs lernt ihr die Grundlagen des Ringens und erfahrt, dass es mit Regeln und gegenseitigem Respekt viel besser gelingt. Ihr solltet Spaß an Bewegung und Sport haben. Liebe Eltern, in diesem Kurs werden die Teamfähigkeit, der Umgang mit Gefühlen von anderen und die soziale Gemeinschaft neben einer spielerischen Einführung in die Sportart angeboten. Der Kurs findet in der Sporthalle statt, bitte Sportzeug mitbringen.

### **Märchen aus aller Welt mit Frau Peters, Klasse 1 bis 4, 14 bis 15 Uhr**

Eine große Anzahl an Märchen aus aller Welt wollen von Euch entdeckt und erkundet werden. Mit Büchern und CDs tauchen wir in die spannenden Geschichten ein. Und vielleicht entsteht auch unser eigenes Märchen?

### **Kochen mit Frau Liepert, Klasse 2 bis 4, 14 bis 16 Uhr\* (Kursgebühr 10 € mtl.)**

In diesem Kurs könnt ihr ganz viele verschiedene Lebensmittel und deren Zubereitungsart kennen lernen. Von Kuchen backen über Marmelade kochen bis hin zum Mittagessen zubereiten wird alles einmal ausprobiert.

### **Boomwhackers mit Frau Storm, 14 bis 15 Uhr**

Kennt ihr Boomwhackers? Das sind verschieden lange farbige Kunststoffrohre. Damit lassen sich Rhythmik und auch Musikstücke spielen. Ihr habt Spaß an Musik, könnt schnell reagieren? Dann probiert es aus und lasst euch überraschen, was für tolle Musik ihr macht! Übrigens: Der Name setzt sich zusammen aus den Begriffen BOOM = lautmalerisch für erzeugten Ton und WHACK = engl. schlagen, also für die Art wie der Ton erzeugt wird.

### **Schach für Fortgeschrittene mit Herrn Schuiszill, Klasse 2 bis 4, 14 bis 15 Uhr**

Ihr habt das Schachspielen im letzten Kurs oder woanders gelernt? Dieser Kurs ist für diejenigen, die Vorkenntnisse haben und gern Schach spielen. Nebenbei könnt ihr eure Kenntnisse immer weiter verbessern.



Schulverein Bilsbek e.V.

gemeinsamer Schulverein der Gemeinden Prisdorf & Kummerfeld



\* **Kurse, die bis 15.30/16.00 Uhr dauern, dürfen auch von Kindern besucht werden, die bis 15 Uhr angemeldet sind. Es entstehen KEINE Mehrkosten. Wichtig: sollte die Kursstunde einmal ausfallen oder eine Teilnahme aus organisatorischen Gründen nicht möglich sein, muss das Kind um 15 Uhr abgeholt werden/allein gehen.**

## **StarkWieWir**

Liebe Eltern,

wir sind Daniela Matheus und Lars Graap von StarkWieWir Hamburg/Schleswig-Holstein und bieten Kindersicherheitstrainings-Kurse an.

Wir freuen uns sehr unser STARK WIE WIR Konzept vorstellen zu dürfen.

Unser Anliegen ist es, Kinder ab 5 Jahren, insbesondere Vorschul- / Grundschul-Kinder sicherer zu machen, und ihnen Stärke und Selbstbewusstsein mit auf Ihren Wegen zu geben.

Die Kinder lernen interaktiv und altersgerecht Gefahren zu erkennen, zu meiden und im Ernstfall effektiv abzuwehren. Hierzu zahlreiche Übungen zur Selbstbewusstseins-Steigerung mit ersten Elementen der Selbstverteidigung.

Eine detaillierte Beschreibung des Konzepts ist natürlich auch auf der Homepage zu finden. [www.starkwiewir.de](http://www.starkwiewir.de)

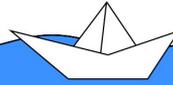
**Vertiefungskurs-Inhalt:**

- Gefahren erkennen und vermeiden
- Teamgeist stärken (Wir-Gefühl) / Anti-Mobbing
- Auto-Training: Verhalten bei Übergriffen aus dem Auto
- Mein Körper gehört mir
- Gute Geheimnisse und schlechte Geheimnisse
- Vertiefung der Selbstverteidigungselemente für verschiedene Kontaktsituationen
- Abschlussprüfung mit Urkunde



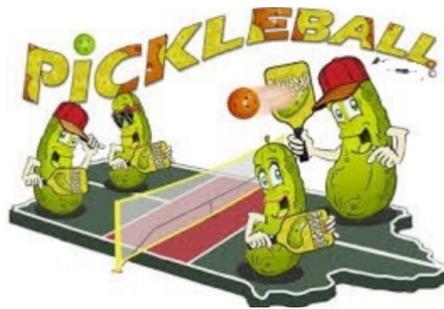
Schulverein Bilsbek e.V.

gemeinsamer Schulverein der Gemeinden Prisdorf & Kummerfeld



**Pickleball** der junge und moderne Familiensport

Neu im Kummerfelder Sportverein



“ Saure-Gurken-Ball “

Spaß und Bewegung sind garantiert!

Pickleball ist ein Sport, der sich perfekt mit der ganzen Familie **gemeinsam spielen** lässt, und erinnert Viele an Beachtennis.

Dieser Schläger-Rückschlagsport ist **leicht zu erlernen** und ist einfacher als beispielsweise Tennis oder Tischtennis, wo Anfänger erst einmal monatelang die Technik üben müssen. Das kommt Kindern und Jugendlichen sehr zugute. Erfolgserlebnisse stellen sich schnell ein. Zudem lässt sich Pickleball auch gut **miteinander** statt gegeneinander spielen. Ziel ist es dann, den Ball möglichst lange im Spiel zu halten.

Der Umgang mit dem Schläger schult die Hand-Augen-Koordination, die schnellen Ballwechsel fördern die Konzentration, die Beweglichkeit und die Fitness.

Mitzubringen sind Interesse, gute Laune und Hallenturnschuhe.

18.12.2022 / Axel Stinski