

## Taekwando Gürtelprüfung

### Herzlichen Glückwunsch

Am Samstag, den 19.03.22 war die Aufregung groß. Es stand die erste Gürtelprüfung für die Taekwando AG an. Doch schon mal vorweg, es hat sich gelohnt, alle Prüflinge dürfen in Zukunft den gelben Gürtel tragen. Am Besten haben hierbei Lorena Talan und Katharina Kappler abgeschnitten, die als Belohnung den gelben Gürtel geschenkt bekamen.



Unter den Blicken der Eltern und Geschwister, sowie der beiden Schulleitungen mussten alle zeigen, was sie in den letzten Wochen bei ihrem Meistertrainer gelernt haben. Hierzu zählt:

- das Binden des Gürtels
- ein Begrüßungsritual mit entsprechenden Körperdrehungen und Bewegungen
- erste Freikampfübungen und Selbstverteidigungstechniken gegen Handangriffe
- Falltechniken

Zur Abnahme der Prüfung ist extra der Großmeister Frank Weinert nach Lindlar gekommen.

Während der ganzen Prüfung waren alle Prüflinge sehr konzentriert und diszipliniert und mussten vom Großmeister auch mal zum Lächeln aufgefordert werden.

Die Gruppe zeigte auch wie gut sie in dem halben Jahr zusammengewachsen ist. Man kann nicht unterscheiden, welches Kind die Förderschule oder die Hauptschule besucht.

Als Tom einmal gegen die Regeln verstößt und daraufhin fünf Liegestützen machen soll, ist die Gruppe sofort bereit die Liegestützen aus Solidarität mitzumachen.

Weiter so!

Ihr seid ein tolles Team!



# 태권도

Tae Kwon Do

## Doch wie ist es eigentlich zur AG gekommen?

Zustande gekommen ist die gemischte AG durch die Zusammenarbeit vom Kreissportbund Oberberg und der Gemeinde Lindlar in Kooperation mit den Lindlarer Sportvereinen und den 4 weiterführenden Schulen aus Lindlar.

Der Kreissportbund Oberberg e.V. und die Gemeinde Lindlar haben sich im Rahmen des Projekts „Sportplatz Kommune“ um eine Förderung des Landessportbundes NRW bemüht und konnten die Jury mit ihrer Projektidee „Sportkarussell AG“ überzeugen.

Die Grundidee des Projekts „Sportkarussell AG“ bestand darin, schulformübergreifend und gemeinsam mit örtlichen Sportvereinen vielfältigere AG Angebote in die Schulen zu bringen. Die pandemiebedingten Einschränkungen haben diese Ursprungsidee bisher unplanbar gemacht.



Über den Verein Eintracht Hohkeppel wurde der Taekwondo-Meistertrainer Volker Stickel für die Taekwondo-AG gewonnen. Dieser begeistert die Jungen und Mädchen im Alter von 9- 16 Jahren jede Woche mit seinem Training. Da es allen so viel Spaß macht, wurde die Trainingszeit sogar schon auf zwei Einheiten die Woche ausgedehnt. Zur Zeit nehmen 16 Schülerinnen und Schüler aus der GHS-Lindlar und der CJG St. Antoniuschule teil. Das Training findet an zwei Tagen in der Woche in der Gymnastikhalle der Förderschule statt

## Was ist Taekwando eigentlich?



Taekwando ist ein koreanischer Kampfsport und steht für Fuß (Tae), Faust (Kwon) und Weg (Do). Do ist hier gleichzusetzen mit dem Weg des Geistes.

In der AG werden neben der Disziplin, Geschicklichkeit und Beweglichkeit auch die Kraftausdauer der jungen Sportler beim Zirkeltraining, regelmäßigen Sit-ups und Liegestützen trainiert. Zudem steigert sich bei ihnen das Selbstwertgefühl mit jeder Trainingseinheit.





## Schulstunde der Wintervögel

### MELDEBOGEN WINTERVOGELZÄHLUNG

Wie viele Vögel hast du beobachtet?

Amsel	12	Feldsperling	_____
Blaumeise	2	Grünfink	_____
Buchfink	_____	Hausperling	8
Buntspecht	1	Kleiber	_____
Elster	2	Kohlmeise	2
Erlenzeisig	_____	Rotkehlchen	1
_____	_____	_____	_____



### MITMACHEN BEI DER »SCHULSTUNDE DER WINTERVÖGEL«!

Die NAJU lädt alle Lehrer\*innen und Gruppenleiter\*innen ein, mit Kindern die Vogelwelt im Winter zu erkunden und an der Vogelzählung des NABU teilzunehmen.

Begeistern Sie die Kinder für die Welt der Vögel und setzen Sie sich gemeinsam dafür ein, aus dem Schulhof oder Garten ein Vogelparadies zu machen, in dem sich Amsel, Blaumeise und Rotkehlchen wohlfühlen. Wir unterstützen Sie dabei mit zahlreichen Anregungen, Aktionsideen und Tipps, die Sie in unserer Broschüre zur »Schulstunde der Wintervögel« finden. Diese können Sie ebenso wie das Poster bestellen unter [www.NABU-shop.de](http://www.NABU-shop.de). Weitere Informationen und Downloadmaterialien sind unter [www.NAJU.de/sdw](http://www.NAJU.de/sdw) verfügbar.

Haben sich die Kinder mit den Vögeln vertraut gemacht, können sie sich an der Zählaktion des NABU beteiligen.



Die Klasse 6a hat Anfang Januar die Wintervögel auf unserem Schulgelände gezählt. Im Unterricht haben sie gelernt die 12 zu meldenden Vögel zu erkennen. Dann haben wir noch einen Probelauf durchgeführt und am Donnerstag dann eine Stunde lang Vögel gezählt. Oben im Meldebogen sind die gezählten Vögel aufgeführt. Diesen Bogen haben wir dann zur Nabu geschickt. Es kann sein, dass das Rotkehlchen ein bisschen kleiner war, wie auf dem Bild zu sehen. 😊



## REZEPT DES MONATS

### RATZ\_FATZ\_BRÖTCHEN

- 2 TASSEN MEHL
- 1 TASSE MILCH
- 1 PÄCKCHEN BACKPULVER
- 1 TL SALZ



ALLES VERKNETEN, BRÖTCHEN FORMEN, OBEN EINSCHNEIDEN

BEI 180 GRAD CA 25 MINUTEN BACKEN



Was hat der Osterhase mit 1. Hilfe zu tun?

Die Auflösung findet ihr auf Seite 6

.... und im Frühjahr ziehen sie bei uns ein



Endlich ist es soweit, die Vögel nisten in unserem Nistkasten am Gartenhaus und da jetzt auch endlich die Kamera funktioniert, können wir sie beim Nisten beobachten. Die Profis aus der 6a können euch sicherlich verraten wer da eingezogen ist...und wenn ihr selber mal schauen wollt, kommt doch dienstags oder donnerstags in der Mittagspause in die Mensa, dann stellt Frau Rudolph einen Monitor auf.

## Das GHS-Team hat Verstärkung bekommen

**Sherwan Ilias**

Geboren am: 20.03.1987 im Irak

Sprachen: Kurdisch, Arabisch, Englisch und Deutsch

Beruf: Englischlehrer

Hobbys: Fußball, Tischtennis, Fitness, Netflix und Freunde treffen

Hallo Liebe Invormazionen Leserinnen und Leser.

Ich wohne seit 6 Jahren in Deutschland in der Stadt Wiehl. Ich arbeite seit circa 2 Monaten an der GHS in Lindlar als Lehrer.

Die Atmosphäre in der Schule finde ich toll. Es fiel mir am Anfang schwer mit dem deutschen Schulsystem zurecht zu kommen. Und dann sind da auch noch so viele neue Technologien an der Hauptschule, auf die ich mich einarbeiten musste. Mein Deutsch ist auch noch nicht perfekt, weshalb die Schülerinnen und Schüler manchmal etwas ' Geduld mit mir haben müssen. Es wird aber von Tag zu Tag besser und die Schülerinnen und Schüler unterstützen mich.

Aber Schritt für Schritt fühle ich mich zu diesem wunderschönen Schule zugehörig. Vielen Dank an die netten Kolleginnen und Kollegen, die immer zur Verfügung stehen, falls ich Hilfe brauche. Ich würde gerne weiter in dieser großartigen Schule arbeiten und den Kinder Englisch beibringen.

Liebe Grüße

Sherwan Ilias



## Bogenschießen die Fortsetzung

Nach dem erfolgreichen Start in Klasse 6, haben jetzt auch die Klassen 5, 7 und 8 eine Bogenschießaktion gestartet. Finanziert wurde das ganze aus den Landesgeldern „Extra-Geld“. Beim Bogenschießen werden viele Aspekte geschult. Neben dem tollen Miteinander und den positiven Erlebnissen, ist hier Körperspannung, Konzentration und Ausdauer besonders gefragt. Auf jeden Fall macht es aber riesig Spaß.

Die Klassen 7a und 7b haben ihre Eindrücke mal zusammengefasst:



Am 15.02.2022 fand für unsere Klasse ein kleiner Lehrgang im Bogenschießen statt. Wir wurden in zwei Gruppen aufgeteilt, die nacheinander das Bogenschießen ausprobieren durften. Die Gruppe, die an der Reihe war, ging zur Sporthalle.

Uns wurde erklärt, wie der Bogen funktioniert und wir bekamen eine Sicherheitseinweisung. Die wichtigsten Kommandos waren **"Pfeil STOP!"** und **"Pfeil FREI!"**. Bei "Pfeil STOP" ist das Schießen streng verboten, da sich jemand im Schussbereich aufhalten könnte. Zuerst haben wir versucht die Scheibe zu treffen, danach durften wir auf Luftballons zielen. Wir haben die Technik erlernt, wie wir am besten treffen können.



Das konnten wir direkt anwenden, indem wir Trolle und Drachen die Pfeile in den Körper geschossen haben. Wir haben den Figuren Namen unserer Lehrer gegeben und so unsere Zielsicherheit gesteigert.

Wir haben Wettschießen gemacht, aus verschiedenen Entfernungen versucht zu treffen und aus unterschiedlichen Höhen die Pfeile abgeschossen. Wir haben auch versucht auf Kommando alle gleichzeitig zu schießen.

Es hat richtig viel Spaß gemacht, es war ein guter Vormittag. Wir können das allen anderen sehr empfehlen und würden es sehr gerne wiederholen.

Klasse 7a



Am Dienstag, den 22.02.22 waren die Schülerinnen und Schüler der Klasse 7b in der Turnhalle zum Bogenschießen. Zuerst haben wir gelernt, wie man den Bogen spannt und den Pfeil abschießt. Anschließend durften wir auf eine Zielscheibe schießen. Danach haben wir auf Luftballons und Figuren geschossen und haben den Abstand zum Ziel stetig erweitert. Den Figuren haben wir Namen von Lehrern gegeben, um so die Zielmotivation zu erhöhen. Unserer Klassenlehrer und die Schulleitung wurde genau getroffen! ;)

Am Ende haben wir versucht, dass alle auf ein Kommando die Pfeile abschießen. Diese Aktion war spannend und hat Spaß gemacht. Wir würden es gerne noch einmal machen.



## WAS MACHEN LEHRER WENN DIE SCHÜLER ZU HAUSE SIND?

SIE GEHEN

### PÄDAGOGISCHE KONFERENZ IM MÄRZ



IM MÄRZ TRAFEN SICH ALLE LEHRERINNEN UND LEHRER UM SICH DIGITAL FORTZUBILDEN. NACHDEM SICH DIE KOLLEGEN ÜBER DIE VORHANDEN LERNPLATTFORMEN AUSGETAUSCHT HABEN, HABEN SIE IN KLEINGRUPPEN VERSCHIEDENE ONLINEFORTBILDUNGEN BESUCHT. SIE HABEN VIELE NEUE IDEEN ENTDECKT UND ALLE FLEISSIG GETEILT.

DOCH WAR DAS ERST DER ANFANG. DAS GESAMTE KOLLEGIUM WIRD SICH IN DEN NÄCHSTEN NEUN MONATEN MIT WEITEREN ONLINEFORTBILDUNGEN AUF DIE DIGITALISIERUNG EINSTELLEN. UNSERE LERNPLATTFORM LOGINEOLMS WERDEN SIE GENAU WIE DIE SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER ZUM AUSTAUSCH NUTZEN.

SO SOLL DER UNTERRICHT ZEITGEMÄß GESTALTET WERDEN.

### I. HILFE KURS MIT FRAU NEUMANN

ABER NICHT NUR MIT UNTERRICHTSINHALTEN UND DEN DIGITALEN MEDIEN WOLLEN WIR EUCH VERARZTEN. AUCH ALLE ANDEREN „WUNDEN“ WOLLEN WIR VERSORGEN. UND DAMIT DAS AUCH GEHT, HAT FRAU NEUMANN 16 KOLLEGINNEN UND KOLLEGEN IN DER „ERSTEN HILFE“ GESCHULT. HIERFÜR HABEN WIR UNS AM SAMSTAG GETROFFEN UND HATTEN AUCH SEHR VIEL SPAß DABEI. HIER KÖNNT IHR JETZT AUCH UNSEREN OSTERHASEN FINDEN... NEBEN VERBÄNDEN ANLEGEN, UND WIEDERBELEBUNGSMABNAHMEN HABEN WIR AUCH EINIGE SCHAUSPIELERISCHE TALENTE ENTDECKT....



### MOBILE WARRIOR / NINJABOX-LINDLAR I

AN EINEM FREITAG NACHMITTAG MACHTE SICH EINE KLEINE DELEGATION VON KOLLEGINNEN AUF DEN WEG IN DIE KLAUSE UND LIEBEN SICH ZU ECHTEN NINJA WARRIORS AUSBILDEN. SIE HATTEN WIRKLICH VIEL SPAß UND SEEEHR VIEL MUSKELKATER!!!

VIELLEICHT SEHEN WIR JA HIER SCHON BALD FOTOS VON SCHÜLER WARRIORS!



## Upcycling im Kunstunterricht

So viele Bälle sind im Sportunterricht „verspielt“ worden!!!  
Was mache ich denn jetzt damit????



Wir können sie doch an ein Tierheim spenden, dann haben die etwas zu spielen!



...und aus dem Rest bauen wir Gefäße und Blumenampeln...



Über die Jahre haben sich in der Sporthalle der GHS Lindlar viele alte Bälle angesammelt. Durch Sportarten wie Basketball, Handball, Fußball oder Volleyball kommen einige Bälle zusammen, die im Unterricht keine funktionelle Verwendung mehr finden. Um einen nachhaltigen Gedanken zu verfolgen und die Bälle nicht einfach zu entsorgen, haben wir uns überlegt, wie man die Bälle sinnvoll weiterverwerten könnte.

Einen Großteil der Bälle haben wir an das nächst gelegene Tierheim in Wipperfürth gespendet. Mit dem anderen Teil hat die Klasse 10 ein Kunst- und Textilprojekt gestartet. Aus den alten Bällen wurden in wenigen Wochen kurzerhand liebevoll bemalte Blumentöpfe oder Behältnisse für Utensilien im Kunstraum. Auch weiterhin möchte sich unsere Schule mit solchen Upcycling-Alternativen engagieren.

## Berufsorientierung mal anders

Im Zuge der Berufsorientierung unter Pandemiebedingungen hat sich die Klasse 9a der GHS Lindlar eine ungewöhnliche Möglichkeit verschafft, um Einblicke in Ausbildungsbetriebe zu erhalten. Mit der "Dein Erster Tag" - Medienbox hatten die Schülerinnen und Schüler eine Woche lang Zeit, mit den in der Box enthaltenen Virtual Reality Brillen, über 140 Betriebe in 360 Grad Videos fast hautnah zu erleben und zu erkunden. Neben den informativen Erklärungen zu einzelnen Tätigkeiten in verschiedenen Betrieben, waren viele Schülerinnen und Schüler vor allem von der Technik beeindruckt, die solch realistische Arbeitsalltage direkt vors Auge "zaubert".



## Termine

**TRIXXIT verschoben auf den 27.10.22**

03.05.	Pädagogischer Tag (Studientag)	27.05.	beweglicher Ferientag
09.-13.05.	Klassenfahrt 8a	30.05.-03.06.	Klassenfahrt 9a/Projektwoche 10
11.05.	ZAP Deutsch	06.06.	Pfingsten (Feiertag)
13.05.	ZAP Englisch	14.06.	Konferenz (Studientag)/ Entlassfeiern
17.05.	ZAP Mathematik	16.06.	Fronleichnam (Feiertag)
20.05.	Schulschluss 12:00 Uhr	20.06.	Kennenlernnachmittag zukünftige 5 Klassenfahrt 6a
23.-25.05.	Klassenfahrt 6a	24.06.	Zeugnisse
26.05.	Chr. Himmelfahrt (Feiertag)		