

## STÄNDIGES ANGEBOT

### INFO

### Stützpunkt

Der Stützpunkt ist Dreh- und Angelpunkt der Nachmittagsbetreuung. Wer nicht weiß, wohin, kann jederzeit Frau Wöhle-Becker und ihr engagiertes Team (Frau Becker, Frau Aschenberg, Frau Karanikolopoulou) ansprechen und bekommt Hilfe. Auch werden offene Angebote im Stützpunkt organisiert, z.B. Handarbeiten-AGs, traditionelle Kartenspiele uvm.

Termin: Montag - Freitag

Zeit: 13.30-16.00

Ort: N01 + N02

### INFO

### Fachtraining

Die Hausaufgaben mit Hilfe und Spaß in der Schule zu erledigen ist im Fachtraining möglich. Schüler erhalten Unterstützung bei der Anfertigung von Hausaufgaben, bei der Nachbereitung von Unterrichtsstoff, Vorbereitung auf Tests, Klassenarbeiten, Referate und Präsentationen. In diesem Jahr gibt es 5 Räume, in denen ausgebildete Schülercoaches und Fachlehrer zur Unterstützung anwesend sind.

Termin: Montag - Freitag

Zeit: 13.40-14.25

Ort: H-Gebäude  
Stützpunkt

### INFO

### Fachsprechstunde

Du hast eine Frage zu deiner letzten Klassenarbeit oder willst wissen, wie du dich in Mathe, Englisch oder Deutsch verbessern kannst? Das offene Angebot der Fachsprechstunde bei Fachlehrern ist die Lösung. An die anwesenden Lehrer kannst du dich wenden, wenn du ganz gezielte Fragen hast oder das letzte Thema in Biologie nicht verstanden hast!

Montags: Mathe 5-6 (Frau Fröhlich)

Zeit: 13.40 - 14.20 Uhr Ort: Frageraum N05

Dienstags: Englisch (Frau Seywald)

Mittwochs: Mathe 7-10 (Frau Kischlow)

Donnerstags: Deutsch (Frau Peter)

## BEWEGTE SCHULE

### S01

### Fitnessstraining

Du hast Lust auf Fitness mit deinen Freunden? Dann nichts wie hin zum Angebot des TSH für alle Schülerinnen und Schüler ab der 10. Klasse! Hier kannst du unter professioneller Anleitung deine Fitness und Kondition verbessern. Eine erste Terminvereinbarung zum Fitness-Check ist notwendig. Ab 16 Jahren.

Erster Termin: Montag **oder** Mittwoch **oder** Freitag, nach  
Vereinbarung

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort:  
Vahrenwinkelweg 39 (TSH)

### S02

### Fußball 7-10 und Jugendcafé

Dein Lieblings-Motto ist: „Das Runde muss ins Eckige?“ Dann bist du genau richtig in der Fußball-AG! Zwei geschulte Trainer vom HTB zeigen euch, wie ihr eure Schuss-Technik verbessern könnt. Kommt vorbei und spielt mit! Die AG findet bei gutem Wetter draußen auf dem Hartplatz des Heisenberg-Gymnasiums statt. Bei schlechtem Wetter geht es zum "Kickern" ins Jugendcafé Eißendorf!

Erster Termin: Mittwoch, 20.09.2017

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: Hartplatz HGH

### S03

### Spiel dich stark! (5-6)

Was ist „Spiel dich stark“? In diesem Kurs lernst du, wie du mit und ohne Ball etwas Neues über dich selbst und andere erfährst und wie man gleichzeitig Spaß am Bewegen haben kann. Dazu sollte man fit im Kopf sein und sich in der Gruppe gut fühlen. Deshalb spielen wir bei „Spiel dich stark“ verschiedene Spiele mit und ohne Fußball und beschäftigen uns mit Themen, die dir helfen stark zu sein. Spaß ist dabei wichtiger als das Können. Wir machen Übungen und Spiele, die dir beispielsweise helfen, dich besser zu konzentrieren. Auch wollen wir, dass du dich selbst besser kennen lernst und es dir leichter fällt, dich selbst einzuschätzen. Andere Übungen sind dazu da, dass du dich in der Gruppe gut fühlst und mit deinen Mitschülern Spaß hast. Wenn du also Lust hast, mit uns sowohl Sport zu machen, was Gutes für dich zu tun und dabei Spaß zu haben, dann melde dich bei „Spiel dich stark“ an.

Erster Termin: Mittwoch, 20.09.2017

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: Gymnastikhalle Ehestorfer Weg

Hinweis: Beim ersten Termin holen die Trainer die gesamte Gruppe ab, um gemeinsam in die Halle zu gehen. Alle Interessierten treffen sich am 20.09. um 14.20 Uhr an den Tischtennisplatten auf dem Schulhof.

### S04

### Vattenfall Basketball-Akademie (5-6)

Das Heisenberg-Gymnasium ist eine von 5 Hamburger Schulen, die von den Hamburg Towers ausgewählt wurden, für euch eine Basketball-Akademie anzubieten! Wenn du in der 5. oder 6. Klasse bist, gern Basketball spielen würdest und von Profis lernen möchtest, wie man Körbe wirft, dann sei dabei! Den krönenden Abschluss stellt ein Basketball-Turnier in der Towers-Halle in Wilhelmsburg dar, bei dem ihr als Team zeigen könnt, was ihr gelernt habt und die Profis hautnah erleben könnt!

Erster Termin: Montag, 18.09.2017

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: Hbl (blaue Halle)

### S05

### Ultimate Frisbee

Du findest Frisbee mit Freunden im Park zu werfen mega gut? Dann probiere mal Ultimate Frisbee aus! Dieser Teamsport verbindet Strandfeeling mit Football (jedoch körperlos). Jede/r Spieler/in ist ein Quarterback oder die Person, die den Touchdown macht. Diese Vielseitigkeit und die Spieldynamik machen den Sport zu einem echten Erlebnis! Mit viel Spaß am Spiel werden wir diesen Teamsport betreiben und meistern.

Erster Termin: Freitag, 22.09.2017 (Treffen an den Tischtennis-platten  
auf dem Schulhof)

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: Gymnastikhalle Ehestorfer Weg

<b>S06</b>	<b>Zumba</b>	
Zumba ist eine Mischung aus Aerobic und Tanz und wird mit der Trainerin Jana Karn zu einem echten Glücksmoment. Bewege dich zu lateinamerikanischen Rhythmen und tanze dir alle Sorgen von der Seele! Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung und rutschfeste Socken!		
Erster Termin: Freitag, 22.09.2017	Zeit: 14.25 - 15.55	Ort: Theaterraum
<b>S07</b>	<b>"..Challenge accepted!"</b>	
Ausdauersport als Schulprojekt. Wir möchten in diesem Rahmen interessierten Schülerinnen und Schülern unserer Schule die Möglichkeit bieten, sich in Gruppen von gleichgesinnten dem Training und der Verwirklichung ganz persönlicher Ziele im Ausdauersport zu widmen. Diese können von der Teilnahme an einem Wettkampf über die Verbesserung der eigenen Leistung bis hin zur Gesundheitsförderung reichen. Im Mittelpunkt stehen die klassischen Ausdauersportarten Laufen und Fahrradfahren. Teilnahmevoraussetzung ist lediglich eine grundlegende Neigung zum Ausdauersport und der Wille zur Leistungsverbesserung. Alle weiteren Informationen gibt es auf dem ersten Treffen am Montag.		
Erster Termin: Montag, 18.09.2017	Zeit: Mittagspause	Ort: Pausenhalle
<b>MUSIKALISCHES</b>		
<b>M01</b>	<b>Mittelstufenband „Greenhorns“</b>	
Du kannst ein Instrument spielen und wolltest schon immer ein „Greenhorn“ sein? Dann herzlich willkommen in der Mittelstufenband! Hier machen Schüler ab der Mittelstufe gemeinsam Musik und treten bei Weihnachts- und Sommerkonzert, Tag der offenen Tür und vielen anderen Veranstaltungen ins Rampenlicht des Heisenberg-Gymnasiums.		
Termin: Freitag, ab sofort	Zeit: 13.30-15.00	Ort: Musik 1
<b>M02</b>	<b>Big-Band</b>	
Die Big-Band sorgt für musikalische Highlights am HGH. Wenn du also ein Instrument spielst und Lust hast, mit vielen Mitschülern Musik zu machen, bist du hier genau richtig.		
Termin: Mittwoch, ab sofort	Zeit: 16 - 17.30	Ort: Musik 1
<b>M03</b>	<b>Rock- und Pop-AG</b>	
Diese AG richtet sich an SuS ab Klasse 8 (in Ausnahmen auch jüngere SchülerInnen), die ein (Band-)Instrument spielen oder singen. Gemeinsam erarbeiten und proben wir verschiedene Rock- und Pop-Lieder und bringen sie auf die Bühne.		
Termin: Dienstag	Zeit: 16-17 Uhr	Ort: Musik 1
<b>M04</b>	<b>Trommeln und Musizieren</b>	
Für Schülerinnen und Schüler aller Klassen. Wir spielen und üben Rhythmen verschiedener Kulturen. Gemeinsam musizieren, aufeinander hören, sich gegenseitig Raum geben – Trommeln macht Spaß! Es können maximal zwölf Schülerinnen und Schüler teilnehmen.		
Termin: Donnerstag	Zeit: 14.25 - 15.25 Uhr	Ort: Musik 1
<b>M05</b>	<b>Orchester</b>	
Im Orchester von Herrn Springer sind alle willkommen, die ein Instrument spielen oder es gerade lernen. Wenn du Lust hast, deine Freude an deinem Instrument mit anderen zu teilen und bei Events der Schule aufzutreten, dann pack' dein Musikinstrument ein und spiel mit!		
Termin: Freitag, ab sofort	Zeit: 13.40 - 15.00	Ort: Musik 1
<b>KREATIVITÄT</b>		
<b>K01</b>	<b>Patchwork-AG</b>	
In der Patchwork-AG nähst du deine eigene Patchwork-Kreation! Unter geduldiger und professioneller Anleitung von Frau Schneider lernst du Schritt für Schritt nähen. Und das auch noch in netter und gemütlicher Atmosphäre! Komm vorbei! (Max. 10 Teilnehmer)		
Termin: Freitag	Zeit: 14.25 – 15.55	Ort: S04
<b>K02</b>	<b>Kochen für Mädchen</b>	
Du möchtest lernen, wie man ein leckeres und gesundes Menü brutzelt, damit du deine Familie so richtig mit deinen Kochkünsten beeindrucken kannst? In der Koch-AG kannst du damit anfangen! Hier lernst du die besten Tricks und Kniffe in der Küche und das Probieren am Ende ist sogar ein MUSS! Herzlich Willkommen im Kochkurs für Mädchen im Jugendcafé Eißendorf!		
Erster Termin: Dienstag, 19.09.2017 Treffen an den Tischtennisplatten um 14.15 Uhr.	Zeit: 14.25 – 15.55	Ort: Jugendcafé Eißendorf
<b>K03</b>	<b>Street Art-AG</b>	
In diesem Kurs wollen wir uns die verschiedenen Street Art-Formen und Techniken anschauen und ausprobieren - Stichwort: Ad-Busting, Kacheln, Sticker, Cut-out, Stencils. Zusammen mit mir, Jan-Nick Flach, finden wir heraus, warum Menschen angefangen haben, die Stadt mit ihrer Kunst zu erobern.		
Erster Termin: Montag, 18.09.2017	Zeit: 14.25 – 15.55	Ort: KuN (Kunstraum Nord)
<b>K04</b>	<b>Experiment: Zeichnen</b>	
Es existieren unzählige Möglichkeiten unsere Umgebung einzufangen. Einige davon werden wir uns im Kurs ansehen (in Graphic Novels, Illustrationen, Comiczeichnungen...) Jeder erzählt eine eigene Geschichte. Mit Pauline Munique.		
Erster Termin: Montag, 18.09.2017	Zeit: 14.25 – 15.55	Ort: KuS (Kunstraum Süd)
<b>K05</b>	<b>Malerei-Labor</b>	
Experimentieren mit Farbaufträgen auf der Suche nach Strukturen, Verläufen und Formen in freiem Spiel. Handwerkliches Malen mit Schüttungen, Schleifen, Kratzen, Kleksen; Manchmal erinnert ein Farbabdruck an ein Tierwesen oder eine Pflanze. Daraus spinnen wir unsere eigene Erzählung. Inspiration holen wir uns von zeitgenössischen Maler_innen. Mit Pauline Munique.		
Erster Termin: Mittwoch, 20.09.2017	Zeit: 14.25 – 15.55	Ort: KuN (Kunstraum Nord)

## WISSENSCHAFT UND TECHNIK

W01

### Science-Show-AG

Naturwissenschaften müssen für dich ein Erlebnis sein? Laut, bunt, mitreißend? Du möchtest in einer Gruppe Experimente aussuchen und sie effektiv präsentieren? Oder eine Bühnenshow zusammenstellen, in der du dein Schauspieltalent zeigen kannst? Vielleicht möchtest du dich auch auf den Wettbewerb „Jugend präsentiert“ vorbereiten?

Die Teilnahme an der AG bedeutet, dass du dich von September bis Dezember dazu verpflichtest, an wichtigen Veranstaltungen wie dem Tag der offenen Tür u.a. teilzunehmen.

Erster Termin: Montag, 18.09.2017

Zeit: 13.40 - 14.25

Ort: Chemie 1

W02

### Schülerforscher

Du hast Spaß am Knobeln und Tüfteln? Du hast aber vielleicht noch keine konkrete Idee zum Forschen oder traust dir dein eigenes Forschungsprojekt noch nicht zu? Du würdest gerne an Wettbewerben wie „Jugend forscht“ teilnehmen? Dann bist du hier genau richtig! Weitere Informationen unter: [www.sfz-hamburg.de](http://www.sfz-hamburg.de)

Termin: Mittwoch, 20.09.2017

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: Chemie 1

W03

### Programmier-AG

Du hast Lust, zu lernen, wie man Roboter programmiert oder Programme für den PC entwirft? Dann bist Du bei der Programmier-AG genau richtig! Es sind keine weiteren Vorkenntnisse nötig, dank einem vereinfachten Kursprogramm wird lediglich ein Interesse für Computer vorausgesetzt.

Erster Termin: Freitag, 22.09.2017

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: N13

## ENGAGIERT, CLEVER UND SMART

C01

### Schülercoach

Schülercoaches werden dazu ausgebildet, Schülern der 6. Klassen dabei zu helfen, ihren Schulalltag selbstständig und strukturiert zu gestalten. Sie lernen, Ziele zu formulieren und Lösungsstrategien zu entwickeln und bieten Unterstützung an. Wenn du Interesse daran hast, ein Schülercoach zu werden, melde dich bei Frau Stolzenbach.

Termine: nach Vereinbarung

Zeit: n.V.

Ort: S13 und n.V.

C02

### Schülerzeitung

Rasender Reporter zu sein, war schon immer dein Traum? Du möchtest über alles, was am HGH abgeht, Bescheid wissen und es anderen erzählen? Du möchtest lernen, wie eine Redaktion arbeitet und dabei sein, wenn eine kleine Zeitung entsteht? Dann komm zur Schülerzeitung!

Erster Termin: Montag, 18.09.2017

Zeit: 13.45 - 14.45

Ort: N12

C03 A / C03 B

### Schulsanitätsdienst

Du liebst es, anderen Menschen zu helfen, kannst schon gut Pflaster aufkleben und möchtest noch mehr darüber lernen? Du möchtest dich engagieren und Erste Hilfe leisten, wenn du gebraucht wirst? Du möchtest später mal im medizinischen Bereich tätig sein? Dann komm in diese AG! Hier werden Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Schulunfällen und sonstigen Notfällen erlernt und trainiert. Im Rahmen der AG wird auf den Erste-Hilfe-Kurs und weitere Ausbildungen vorbereitet.

Termine: A: Für Einsteiger (ab Kl. 5) Dienstag

Zeit: 13.30 - 14.15 Uhr

Ort: Sanitätsraum

B: Für Fortgeschrittene (ab 8.Kl.) Donnerstag

C04

### Spiele-AG

Spielen macht Spaß und Spielen macht schlau. Ob kooperative Brettspiele in denen im Team Krankheiten bekämpft, auf einer einsamen Insel überlebt oder ein U-Boot gesteuert werden muss – ob kreative Spiele, in denen Begriffe umschrieben, codiert oder erfunden werden müssen – ob Raumschiffbau, Roboterprogrammierung oder Wissen über exotische Tiere – ob es um alte Rom, die Steinzeit, die Besiedlung des Mars, das Entdecken ferner Galaxien, den Aktienhandel, die Seefahrt, Bergsteigen, Hunderennen, den Bau eines Eisenbahnnetzes, den wilden Westen, das Enttarnen von Agenten oder den Ausbruch aus dem Gefängnis geht – ob Karten, Glück oder Taktik entscheiden – ob Unterstufe, IVK oder Oberstufe – hier kann jeder erfahren, wie viel Spaß es machen kann, gemeinsam zu spielen und dabei noch wichtige Kompetenzen fördern. Vorkenntnisse werden nicht benötigt. Das Interesse, jede Woche etwas Neues kennen zu lernen, wäre aber wünschenswert.

Erster Termin: Freitag, 15.09.2017

Zeit: 14.25 - 15.55 Uhr

Ort: N03

C05

### AG Kommunikation (Oberstufe)

Möchtest du, dass deine Gegenüber dich so verstehen, wie du es wirklich meinst? Möchtest du Elemente der Manipulation wahrnehmen und einschätzen können? Möchtest du in einem Bewerbungsgespräch oder einer Präsentation angemessen auftreten?

Dann bist du bei dem Nachfolger der Debattier-AG genau richtig! Wir freuen uns auf dich!

Form: Seminare in gemeinsamer Absprache.

Erstes Treffen: Mittwoch, 20.09.2017 in S13

Zeit: n.V.

Ort: S13 und n.V.

**C06 A / C06 B****Schach**

Du möchtest dich in spannenden Turnieren mit anderen Schachspielern messen? Du hast Lust dich Schachaufgaben zu stellen? Dann bist du hier genau richtig! In dieser AG lernen wir alles von den Grundlagen, bis hin zu fortgeschrittenen, komplexen Taktiken und Strategien und tragen viele Partien des königlichen Spiels aus.

Erste Termine: Kurs A: Mittwoch, 20.09.2017 und Kurs B:  
Donnerstag, 21.09.2017

Zeit: 13.40 - 15.10 Uhr

Ort: O02

**C07****Leseclub**

Im Leseclub werden wir gemeinsam in die spannende Welt der Bücher und Geschichten eintauchen und gleichzeitig das Lesen üben. Ihr könnt eure Lieblingsbücher mitbringen oder neue Bücher entdecken. Wichtig ist nur, dass ihr Spaß am Lesen und an Geschichten habt. Kommt vorbei!

Erstes Treffen: Donnerstag, 21.09.2017 in O13 (Studienraum)

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: Studienraum O13

**C08****Englisch-AG**

Du wolltest schon immer mal in einem ganz entspannten Rahmen Englisch sprechen und deine Englisch-Skills verbessern? Du hast Lust, an deiner Aussprache zu pfeilen um deinen Englisch-Lehrer vom Hocker zu reißen? Dann komm in die Englisch-AG!

Erstes Treffen: Mittwoch, 20.09.2017 in O13 (Studienraum)

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: Studienraum O13

**C09****DELFD/DELE Sprachdiplom**

Spanisch oder Französisch zählen zu deinen Lieblingsfächern und du möchtest dafür auch ein Sprachdiplom erhalten? Dann bist du beim Sprachdiplom genau richtig! Hier werdet ihr in Gruppen auf die Prüfungen zum DELFD/DELE vorbereitet. Das macht nicht nur Spaß, sondern sieht auch auf deinem Lebenslauf sehr gut aus!

Erstes Treffen: Montag, 18.09.2017 in O14

Zeit: 14.25 - 15.55

Ort: O14















