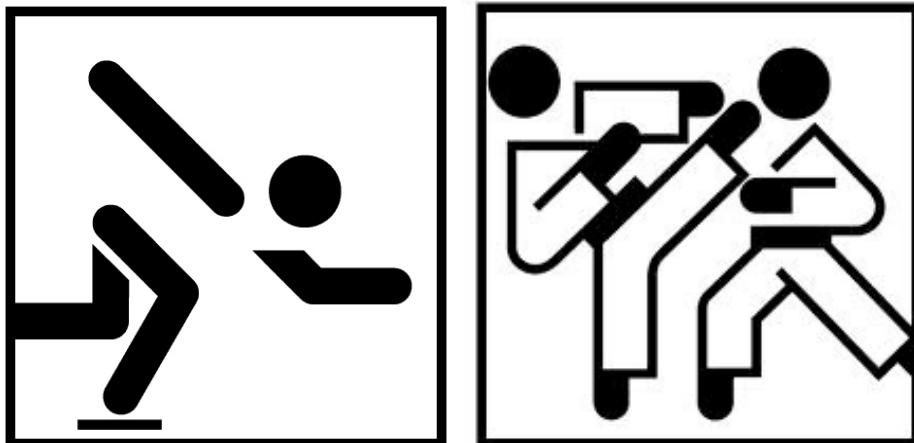


# Vrijdagmiddag activiteiten

## ATC en ATM

### 2011- 2012



## Algemeen

Alle eerste klassers op het Alberdingk Thijm College en Alberdingk Thijm Mavo starten op vrijdag 4 november met de "Vrijdagmiddag-Activiteiten".

Naast de vaste lesuren in het rooster, kunnen jullie op vrijdagmiddag zelf kiezen welke activiteit(en) jullie willen gaan volgen.

Jullie kiezen twee activiteiten.

- **Periode 1 : data eerste activiteit**
- november: 4, 11, 18 en 25
- december: 2, 16
- januari: 20, 27
- februari: 3, 10 en 17
  
- **Periode 2: data tweede activiteit**
- maart: 16, 23, 30
- april: 6, 13, 20, 27
- mei: 11, 25
- juni: 1

In dit boekje staan alle activiteiten die dit jaar worden aangeboden. Er zijn activiteiten die op school plaatsvinden, maar ook activiteiten die buiten school plaatsvinden. De meeste activiteiten zijn gratis, maar een enkele kost geld. Jullie zullen tijdens de activiteiten niet alleen klasgenoten beter leren kennen, maar ook veel kinderen uit andere eerste klassen. Het is verstandig om, voordat je een keuze maakt, alle activiteiten die in het boekje staan goed door te lezen.

Besprek ook met je ouders/verzorgers of zij akkoord gaan met jouw keuzes.

Bij elke activiteit staat kort aangegeven wat je er gaat doen.

**De laatste pagina van dit boekje is het inschrijfformulier. Je schrijft je digitaal in via de link.** Wij proberen bij de indeling zoveel mogelijk aan jullie wensen te voldoen maar dat lukt helaas niet altijd. Vandaar dat het belangrijk is om ook je reservekeuze aan te geven.

Bij welke activiteit(en) je bent ingedeeld zal je in de week van 4 november van de mentoren horen. Ook wordt dit op het ATC op het informatiebord van klas 1 en 2 gehangen.

Mevrouw Bak en mevrouw de Blocq

*Afdelingsmanagers klas 1 en 2 ATC*

## Project 1: Muziek



Speel je een muziekinstrument en lijkt het je leuk om met andere leerlingen samen te spelen? Schrijf je dan in voor de schoolband!

We repeteren op vrijdagmiddag en geven een aantal optredens binnen school en misschien ook wel daarbuiten. Welke muziek we spelen hangt helemaal af van de instrumenten die meedoen en van de nummers die jullie zelf het liefst spelen.

Alle instrumenten zijn welkom, van piano tot trompet, van saxofoon tot drums, van viool tot harp en van zang tot gitaar. Schrijf je dus snel in, want wat is er nou leuker dan SAMEN MUZIEK MAKEN!!

Plaats: lokaal 004

Kosten: geen

Bijzonderheden: geef op bij de docent welk instrument je bespeelt.



## Project 2: Schaatsen

Schaatsen, heerlijk!! Maar je techniek is altijd te verbeteren, die snelle bochten, het diep kunnen zitten, enz. enz.

Iedere vrijdagmiddag heb je de mogelijkheid om hieraan te werken op de ijsbaan in Utrecht. Ook de beginners zijn van harte welkom. In korte tijd zul je het schaatsen onder de knie krijgen.

Om met zoveel mogelijk leerlingen naar Utrecht te kunnen gaan hebben we de hulp nodig van je ouders om af en toe met de auto naar Utrecht te rijden. De ouders die meegaan mogen natuurlijk ook het ijs op als zij dat willen.

Al jaren schaatsen we met veel plezier en succes prijzen bijeen op de Nederlandse kampioenschappen voor middelbare scholieren.

Pak je kans om een schaatscrack te worden op de schaatsbaan in Utrecht!



### **BELANGRIJK: alleen voor schaatsers op noren, niet op kunstschaatsen of hockeyschaatsen**

Als je vervoer gevonden hebt, ga je bij de conciërge een schaatsbriefje halen. Dit briefje vul je in en lever je op woensdag in (postvak mw. Oomen). Vrijdagmiddag in de grote pauze (12.35 uur) kom je naar lokaal 117 en betaal je vast de entreeprijs van de ijsbaan (o.v.b. **4 euro**). ***Bij de ATM geef je je vervoer door aan mw. Heuperman en betaal je haar de entreeprijs op donderdag.*** Op deze manier verliezen wij niet zoveel tijd bij de kassa van de ijsbaan en kunnen we langer schaatsen.

**LET OP:** Als je echt niemand hebt kunnen vinden om je naar Utrecht te brengen en niemand met wie je mee kunt rijden vul dan toch een briefje in, lever het op woensdag in en kom met geld op vrijdag naar lokaal 117. Misschien hebben we een plaats over in een andere auto.

Tijd: 13.45 uur tot +/-16.30 uur

Plaats: Vertrek parkeerplaats ATC naar de Vechtse Banen in Utrecht

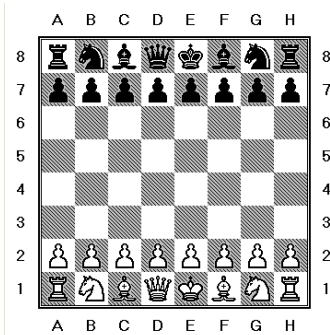
Kosten: Onder voorbehoud: ca. 4 euro per keer

Kleding: Noren verplicht, denk aan handschoenen en muts

**LET OP: SCHAATSEN KAN ALLEEN ALS PROJECT 1!**

## Project 3: Bordspelen

Tijdens deze activiteit ga je 'ouderwets' spelletjes spelen. Je daagt je medeleerlingen uit om lekker fanatiek te spelen. Kolonisten van Catan, Risk of mens erger je niet, of wordt het misschien schaken? Je kunt je eigen spel meenemen, na afloop een foto maken van de 'tussenstand' en de volgende keer verder spelen.



Plaats: lokaal 113

Kosten: geen

Bijzonderheden: geen

## Project 4: Lino van je eigen portret



In het handvaardigheidslokaal leer je hoe je een lino snede kan maken.

Lino is een druktechniek, je snijdt stukken weg met een guts uit een plaat linoleum. Daarna rol je de plaat in met inkt en dan druk je het in een kleur af. Dan snij je weer verder en druk je in een andere kleur. Dat doe een aantal keren en dan krijg je een prachtige afdruk .

Je maakt je eigen kunstwerk voor boven de bank.

Plaats: lokaal 206

Kosten: geen

Bijzonderheden: geen

## Project 5: Tang Soo Do

Tang Soo Do (uitspraak: tang soe do) is een Koreaanse vorm van karate. Letterlijk betekent het 'De Weg van de Hand van Tang' (Tang is een Chinese dynastie). Deze vechtkunst is een veelzijdige en effectieve vorm van zelfverdediging. Het stelt de beoefenaar in staat een aanval te verdedigen en terug te komen met een tegenaanval. Tang Soo Do wordt gekenmerkt door de vele stoot- en traptechnieken. Hierbij wordt het zogenaamde non-contact systeem (geen contact) gehanteerd. Veiligheid staat boven alles.



Tang Soo Do is gericht op zelfverdediging en om een sterker en evenwichtiger mens van jezelf te maken. Het doel van training is beheersing van lichaam en geest. De



lessen zijn bedoeld om te helpen bij het ontwikkelen van zelfvertrouwen, doorzettingsvermogen, conditie, lenigheid, zelfrespect en respect voor anderen. Bovendien helpt het je een groter veiligheidsgevoel te ontwikkelen.

De lessen worden verzorgd door Anhtoan Ngo, een door de All Tang Soo Do Organization erkend instructeur. Op het ATC werkt hij als wiskundedocent.

### Wat gaan we doen?

We gaan kennismaken met verschillende onderdelen binnen Tang Soo Do. Je leert een aantal basisstanden, stoten, trappen en bevrijdingstechnieken. Ook komen verdedigingstechnieken tegenover gewapende tegenstanders aan bod. Tot slot leer je een basisloopvorm (schijngevecht tegen denkbeeldige tegenstanders). De lessen worden afgesloten met een examen. Wanneer je dit examen goed aflegt en niet meer dan 1 les gemist hebt krijg je een certificaat mee naar huis!



Plaats: Gymzaal ATC/ Nieuwbouw

Kosten: Geen

Bijzonderheden: Er is plek voor maximaal 20 leerlingen. We trainen op blote voeten of sokken, geen schoenen. Verder normale gymkleding

## Project 6: Animatie (alleen voor leerlingen van het ATC)

Gedurende de periode gaan we verschillende manieren van animatie uitproberen. Je maakt onder andere kennis met pixel-animatie, stop-motion- en klei-animatie. Met behulp van klei, papier, je eigen acteertalent en je creatieve brein ga je aan de slag. De animatie wordt gemaakt met behulp van je eigen laptop.

Je leert de grondbeginselen van animatie en aan het einde van de periode heeft iedere groep een mooi product om te vertonen. Uiteraard wordt je eindproduct 'die manier van animatie maken' die jijzelf het leukst vindt.



Plaats: lokaal 208  
Kosten: geen  
Bijzonderheden: Apple laptop nodig

## Project 7: Biologie Practicum

Tijdens deze zeer uitdagende vrijdagmiddagactiviteit ga je allerlei practica doen die met biologie te maken hebben.

Op veel vragen ga je een antwoord vinden:

- Hoe ziet een haar er onder de microscoop uit?
- Uit welke elementen is een blad opgebouwd?
- Wat zeggen de jaarringen van een boom en heeft elke boom dezelfde jaarringen?
- Hoe ziet een platvis er uit en waarom is hij plat?
- Hoe lopen bloedvaten?
- Hoe ziet de anatomie van een long eruit?

Dit is een mooie kans om practica te doen die je in de les niet zo snel zult meemaken!



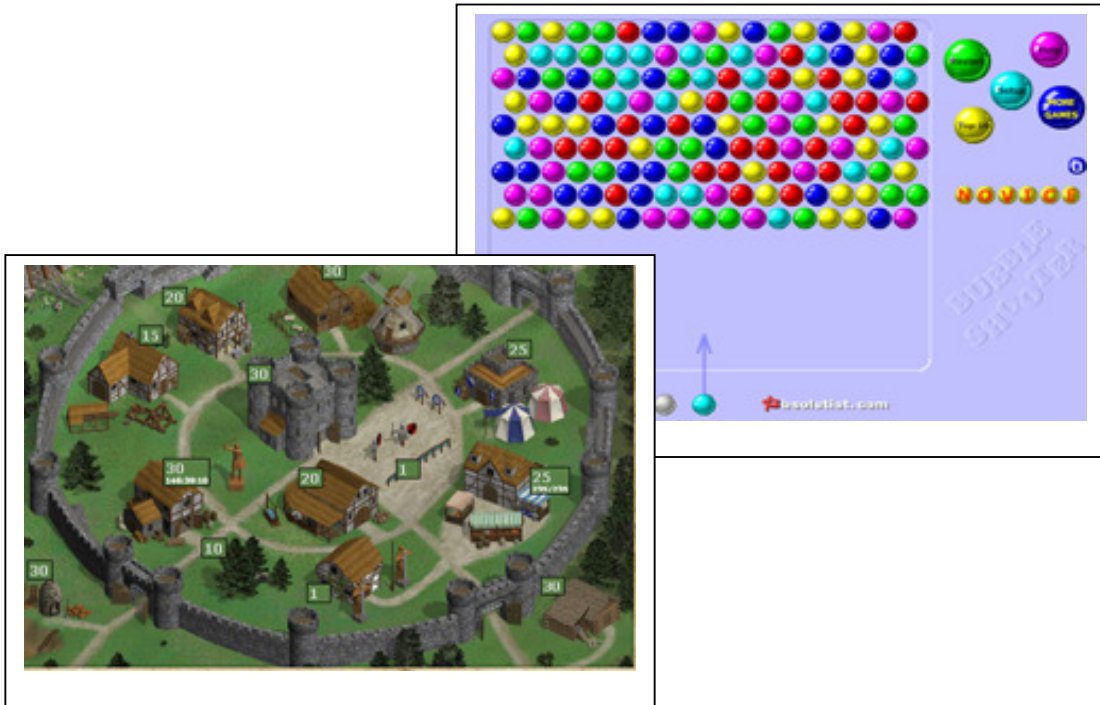
Plaats: lokaal 114 (practicumlokaal)/ lokaal 115

Kosten: geen

Bijzonderheden: Deze activiteit duurt 60 minuten (13.45 tot ca. 14.45 uur)

## Project 8: Gamen (alleen voor leerlingen van het ATC)

Op school, legaal, computerspelletjes spelen. Niet in je eentje, maar gezellig met of tegen elkaar. Daag elkaar uit, help elkaar en leer trucjes van een ander.



Plaats: lokaal 210

Kosten: geen

Bijzonderheden: Apple laptop nodig

## **Inschrijfformulier 'vrijdagmiddagactiviteiten'**

Keuze:

Project 1: Muziek

Project 2: Schaatsen (ALLEEN IN DE EERSTE PERIODE!)

Project 3: Schaken en bordspelen

Project 4: Lino

Project 5: Tang Soo Du

Project 6: Animatie: (ALLEEN VOOR ATC - Apple nodig)

Project 7: Bio practicum

Project 8: Gamen: (ALLEEN VOOR ATC - Apple nodig)

**Digitaal aanmelden uiterlijk dinsdag 25 oktober 2011**

gebruik onderstaande link  
<http://fd8.formdesk.com/atc/vrac2011>

Als hierboven niet alles is ingevuld behoudt de organisatie zich het recht  
om een leerling in te delen bij een andere activiteit.