



Move it! - Sport unlimited

1 Klassenstufe

5 – 7



2 Projektbetreuung

Alicia Jung / Julia Spirin / Jinnin El-Ekaoui /
Paul Böhmer / Benedikt Reinhard

3 Ort

LGP / große Sporthalle



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

Hier dreht sich alles um **Bewegung, Teamgeist und Spaß!** Du probierst vielseitige Aktivitäten aus, lernst neue Sportarten kennen und entdeckst, wie wichtig Fitness und gesunde Ernährung sind.

Bei der **Mini-Olympiade** mit Sprint, Seilspringen und Zielwerfen zeigst du **im Team**, was in dir steckt und bereitest leckere & gesunde **Smoothies und Snacks** zu, die dir neue Energie geben. **Trendsportarten** wie Spikeball und spannende Teamspiele sorgen für jede Menge Action. Außerdem organisierst du ein **eigenes Turnier** mit Fußball, Volleyball oder Völkerball inklusive Tabelle und packendem Finale.

Wie fit bist du? Teste Ausdauer, Kraft und Reaktion und hol dir Tipps zur Verbesserung. Den Abschluss bildet ein **Spaß-Sport-Parcours** mit kreativen Aufgaben wie blindem Laufen, Wassertransport oder Hindernis-Challenges – ein toller Abschluss für die sportliche Woche!

Schnapp dir deine Sportsachen – mach mit, power dich aus und erlebe Bewegung neu!



6 Hinweise

Sportsachen, Essen & Trinken,
ggf. Sonnenschutz



7 Kosten

ca. 5€
(Smoothies/Snacks)





Tier- und Pflanzenbestimmung in naturnahen Stadträumen

1 Klassenstufe

5 – 7



2 Projektbetreuung

Herr Rieder

3 Ort

Neufferpark / LGP



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

In Anlehnung an den „Tag der Artenvielfalt“ und den „Tag des Artenschutzes“ erkundest du, welche Tier- und Pflanzenarten in naturnahen Lebensräumen in Pirmasens zu entdecken sind. Mit **Bestimmungsbüchern**, **Lupen**, **Ferngläsern** und **Sammelmaterialien** werden die Arten bestimmt, erfasst, fotografiert und bei Bedarf kartiert.

Das Ziel: Interesse für heimische Arten wecken und zeigen, wie einfach du mit den richtigen Hilfsmitteln deine Artenkenntnis erweitern kannst – nach dem Motto: **Nur was ich kenne, das schütze ich!**

Schwerpunkte: Blütenpflanzen, Bäume, Insekten (z. B. Käfer, Schmetterlinge, Bienen) und Vögel inklusive Gesangserkennung.

Untersuchungsgebiete: Neufferpark (Schwerpunkt), ggf. Alter Friedhof.

Materialien wie **Bestimmungsbücher** (z. B. „Was blüht denn da?“ – Kosmos) werden gestellt. Die Anschaffung eines zusätzlichen Naturführers wie „Tiere und Pflanzen – Der große KOSMOS Naturführer“ (ISBN 978-3-440-18317-5, 2025, ca. 25 €) wird empfohlen, da er auch nach der Projektwoche ein nützlicher Begleiter für eigene Naturerkundungen ist.



6 Hinweise

Schüler*innen mit Insektenstich-Allergie sollten nur mit Notfall-Medikamenten teilnehmen. Eigene Bestimmungsbücher sind vorteilhaft.



7 Kosten

ca. 25€
(ggf. Anschaffung eines Naturführers)





ErLESENE Projektwoche

1 Klassenstufe

6 - 7



2 Projektbetreuung

Frau Jacoby

3 Ort

LGP / besondere Leseorte



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Dieses Projekt ist für Lesebegeisterte SchülerInnen der Klassenstufen 6 und 7!

Wir lesen ...

... Bücher, die wir in der Schulbibliothek ausleihen.

Wir stellen uns gegenseitig vor ...

... Bücher, die uns richtig gut gefallen.

Wir sind unterwegs ...

... mit Büchern unterm Arm suchen wir uns besondere Leseorte, je nach Wetter auch in einem Park.

Wir gestalten ...

... ein Lesequiz für andere Personen.



6 Hinweise

keine



7 Kosten

keine





Kletterwand 2.0 – Alte Wand, neues Design

1 Klassenstufe

6 – 9



2 Projektbetreuung

Lina und Vicky Christoph

3 Ort

LGP / Schulhof



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

In diesem Projekt erneuert ihr gemeinsam die **Kletterwand** auf dem Pausenhof und verpasst ihr ein komplett neues Aussehen – von der ersten **Skizze bis zur fertigen Gestaltung an der Wand**.

Ihr entwickelt eigene **Entwürfe**, entscheidet gemeinsam über **Farben, Formen und Motive** und setzt eure Ideen anschließend direkt an der Kletterwand um. Zusätzlich habt ihr die Chance, eine weitere Wand am Hintereingang des Schulgeländes kreativ neu zu gestalten und so das Gesicht unserer Schule mitzubestimmen.

Begleitet werdet ihr von zwei talentierten und kreativen ehemaligen Schülerinnen, die 2026 ihr Abitur gemacht haben und ihre Erfahrungen, Ideen und Tipps mit euch teilen.

Wenn du Lust hast, **künstlerisch zu arbeiten, im Team zu planen und am Ende ein sichtbares Ergebnis** auf dem Schulhof zu hinterlassen, bist du hier genau richtig.

Wir freuen uns auf Euch!



6 Hinweise

Kleidung, die schmutzig/farbig werden darf, ggf. Sonnenschutz.



7 Kosten

-





Leibniz-Song cont.

1 Klassenstufe

6 – 9



2 Projektbetreuung

Frau Knörzer / Ariane Shirkhani

3 Ort

LGP / Tonstudio St. Wendel



4 Teilnehmerzahl

wenige, nach Absprache



5 Projektbeschreibung

Wir sind gerne hier am Leibniz, wo die Schule richtig nice ist...

Den Leibniz-Song, den wir in der letzten Projektwoche getextet, komponiert und aufgeführt haben, möchten wir in diesem Jahr wiederaufleben lassen und im professionellen Studio aufnehmen.

Wir werden in der Schule üben sowie an zwei bis drei Tagen in der Nähe von St. Wendel aufnehmen.

Teilnehmen können alle Teilnehmer:innen vom letzten Jahr sowie nach Absprache mit Frau Knörzer und Frau Shirkhani auch weitere Musiker:innen. Meldet euch bei Interesse schnell bei uns.



6 Hinweise

keine



7 Kosten

keine





Rund um die Honigbiene

1 Klassenstufe

6 - 9



2 Projektbetreuung

Herr Faul / Herr Lutz

3 Ort

LGP / BiÜ / Neufferpark



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

Wir beobachten die Bienen am Bienenstand, schleudern evtl. Honig, mikroskopieren Bienen und Pollen (Blütenstaub).

Mit Bienenwachs werden wir zahlreiche Produkte herstellen, wie z.B. Lippenpflegestift, Creme, Kerzen.

Wir werden die Sprache der Bienen lernen und backen Plätzchen mit Honig.

Wir freuen uns auf interessierte Schülerinnen und Schüler! 🐝🐝🐝



6 Hinweise

Nicht für Allergiker!!!



7 Kosten

keine





Solar und Technik

1 Klassenstufe


7-8



2 Projektbetreuung

Herr Müller

3 Ort

LGP / Hochschule KL 

4 Teilnehmerzahl

keine




5 Projektbeschreibung

Wir bauen die Solarautos fertig und nehmen am Solarauto-Rennen im Rahmen der 11. Lautrer Solar Power Competition 2026 teil.

WICHTIG!
Die Teilnehmergruppe ist bereits festgelegt, da bereits seit ein paar Monaten an den Solarautos getüftelt wird.



6 Hinweise

Die Teilnehmergruppe ist bereits festgelegt, da bereits seit Monaten an den Solarautos getüftelt wird. 

7 Kosten

keine 



Soziales Engagement bei der Tafel Pirmasens

1 Klassenstufe

7 - 9



2 Projektbetreuung

Herr Maurer (Tafel Pirmasens)

3 Ort

Tafel PS, Werner-Egk-Str. 3



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Hier arbeitet ihr mit der **Tafel Pirmasens** direkt vor Ort (Werner-Egk-Str. 3, 66955 Pirmasens) zusammen und setzt euch mit sozialem Engagement und Verantwortung auseinander.

Ihr gewinnt Einblicke in die Arbeit der Tafel und unterstützt **Abläufe wie Abholen, Auspacken und Aufteilen von Lebensmitteln**. So lernt ihr Organisation und soziale Aufgaben kennen und reflektiert die Bedeutung der Tafel für viele Menschen. Ihr behandelt zudem Themen wie soziale Teilhabe, Ehrenamt, Kindertafel sowie Armut, Unterstützung und Zusammenhalt. Diese Inhalte werden erklärt, reflektiert und gemeinsam besprochen. Eure **Erkenntnisse verarbeitet ihr selbstständig weiter, z. B. als Podcast, Imagefilm** oder anderes Medienprodukt. Ziel: die ehrenamtliche Arbeit sichtbar machen und zu Engagement motivieren.

Zusätzlich helfe ihr an einem von zwei Nachmittagen (Dienstag oder Donnerstag) in zwei Kleingruppen bei der **Essensausgabe**. Welche Kleingruppe an welchem Nachmittag eingesetzt wird, wird im Rahmen des Vorbesprechungstermins geklärt.

Das Projekt verbindet praktische Mitarbeit mit inhaltlicher Auseinandersetzung und eröffnet die Möglichkeit, soziale Verantwortung nicht nur theoretisch zu reflektieren, sondern auch zu übernehmen.



6 Hinweise

keine



7 Kosten

keine





Vom Atelier ins Schulhaus: Leinwand & Wandgemälde

1 Klassenstufe

7-9



2 Projektbetreuung

Thomas Gensheimer (Künstler)

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

In dieser Projektwoche taucht ihr in die farbtintensive, lebensfrohe Bildwelt des **Pirmasenser Künstlers Thomas Gensheimer** ein. Seine Arbeiten feiern das menschliche Miteinander, Fröhlichkeit und Sinneslust – frei von strengen Vorgaben und mit mutigem Einsatz leuchtender Farben. Aufbauend auf dieser Haltung lernt ihr zentrale Merkmale seines Stils kennen und erprobt sie praktisch.

Im Zentrum stehen **zwei kreative Vorhaben**: Zum einen gestaltet ihr ein **eigenes Leinwandbild**, das einen Moment des Miteinanders in leuchtender Farbigkeit interpretiert – von der Skizze über Farbtests bis zum Finish. Zum anderen arbeitet ihr gemeinschaftlich an einem großformatigen **Wandgemälde im Schulhaus** weiter, das auf einer Vorzeichnung des Künstlers basiert. Teamarbeit, klare Absprachen und ein bewusster Umgang mit Flächen, Übergängen und Akzenten machen den Gestaltungsprozess für euch erfahrbar.

Ergänzend vertieft ein **Galerie- bzw. Ausstellungsbesuch** (Schlossgalerie / VHS Pirmasens) euer Verständnis für Präsentation, Wirkung im Raum und die Rolle von Kunst im öffentlichen Leben. Am Ende der Woche stehen euer persönliches Leinwandwerk, ein gemeinsames Wandbild und die Erfahrung, wie Farbe, Mut und Gemeinschaft Ausdruckskraft entfalten.



6 Hinweise

Eigene Leinwand im Format 40x40 besorgen.



7 Kosten

geringe Leinwandkosten
(Tedi/PicksRaus/Fundgrube)





Offene Schränke, offene Gesellschaft – kreativ, nachhaltig, sozial

1 Klassenstufe

7 – 9



2 Projektbetreuung

Jugendforum (Damian Jenn, Luke Schneider, Carla-Sophie Westphal)

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

12



5 Projektbeschreibung

Zusammen mit euch wollen wir **alten Schränken einen neuen Anstrich** verpassen und sie kreativ gestalten. Der Schrank wird abgeschliffen und grundiert, dann bemalen wir ihn mit verschiedenen Motiven, die ihr euch selbst aussuchen dürft und als Gruppe vorher besprecht.

Zwischen Farben und Pinseln bleibt Zeit für Austausch zu Demokratie und allen dazugehörigen Themen. Wie könnt ihr euch in Schule, Stadt und Gesellschaft einbringen?

Die fertigen Schränke werden in der Stadt bei diversen Anlaufstellen verteilt und mit Spenden (z. B. Schals, Decken und Mützen) befüllt, um bedürftigen Menschen ein niederschwelliges, kostenloses Angebot zu machen. Die Schränke werden von uns, dem Jugendforum, ehrenamtlich betreut und instandgehalten.

Wir freuen uns darauf, mit euch anzupacken, kreativ zu werden und ins Gespräch zu kommen.



6 Hinweise

Kleidung, die schmutzig werden darf.



7 Kosten

keine





Selbstverteidigung für Mädchen

1 Klassenstufe

7 - 9



2 Projektbetreuung

Tara-Michelle Leder

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

16



5 Projektbeschreibung

In diesem tollen Kurs lernt ihr von der Selbstverteidigungstrainerin Tara, wie ihr euch sicherer fühlt und euch im Notfall verteidigen könnt. Dabei geht es nicht nur um Kämpfen, sondern vor allem darum, gefährliche Situationen früh zu erkennen und zu vermeiden.

Das lernt ihr:

- wie ihr **stabil** und **selbstbewusst** steht
- wie ihr euch aus bestimmten **Griffen befreit**
- wie ihr euch mit Händen und Füßen **verteidigt**
- wie ihr **Alltagsgegenstände** sinnvoll zur Verteidigung **nutzt**
- wie ihr euch am **Boden schützt** und wieder aufsteht

Außerdem zeigen wir euch:

- Wie ihr gar **nicht** erst in **gefährliche Situationen** geratet
- wie ihr laut und richtig um **Hilfe ruft**, damit andere aufmerksam werden
- was ihr tun könnt, wenn doch etwas passiert (**Erste Hilfe Basics**)
- was im Ernstfall **rechtlich erlaubt** ist

Ziel ist, dass du dich am Ende sicherer, stärker und selbstbewusster fühlst - weil du weißt, wie du Gefahren erkennst, klug reagierst und dich im Notfall schützen kannst!



6 Hinweise

Lange Sporthosen; Oberteil, das auch kaputt gehen darf; saubere Turnschuhe; saubere Füße und kurze Fußnägel (wir machen viel barfuß); keinen Schmuck (max. Ohrstecker)



7 Kosten

keine





Künstlerisches Gestalten und Analyse mit/von Naturobjekten

1 Klassenstufe

7 - 9



2 Projektbetreuung

Frau Eberle-Hansen und
Frau Klimmer-Fitting

3 Ort

LGP, Wald, Feld



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

In 3 Feldexkursionen (Umgebung, Wald und Flur) sammeln wir Naturmaterialien und Proben, aus denen gestalten wir Dioramen, Steinmensen etc. der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Wir analysieren Proben der Materialien und protokollieren sie (Versuchsprotokoll, Zeichnung) im Chemieübungssaal.

Freude an den Naturwissenschaften sowie dem wissenschaftlichen und künstlerischen Arbeiten ist von Vorteil.



6 Hinweise

wetterfeste Kleidung, Interesse an den Fächern Biologie und Chemie



7 Kosten

evtl. 5€



Escape Room



1 Klassenstufe

7-9



2 Projektbetreuung

Frau Graziano

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Stell dir vor, du bist in einem Raum eingeschlossen. Die Tür ist verriegelt, die Uhr tickt, und nur mit Köpfchen und Teamwork kannst du es schaffen, rechtzeitig zu entkommen. Klingt spannend? Dann komm in dieses Projekt!

Hier werdet ihr selbst zum Escape Room Designer. Ziel ist es, gemeinsam zwei Escape Rooms zu entwickeln, die für unterschiedliche Altersstufen sein sollen. Jeder Raum soll sich dabei an einem bestimmten Thema orientieren, z.B. Gefängnisausbruch, mysteriöse Bibliothek, Geheimlabor, Jahrzehnt, Film/Serie, ... eurer Phantasie sind hierbei keine Grenzen gesetzt.

Was euch erwartet:

- Kreativität: Ihr entwickelt in Teams zwei eigene Escape Rooms.
- Teamwork: Jede:r bringt Ideen ein, ob als Rästelmeister:in, Storyteller:in oder Bauprofi.
- Technik & Tricks: Ihr lernt, wie man knifflige Rätsel baut, Hinweise versteckt und eine packende Atmosphäre schafft.
- Spiel: Am Ende dürft ihr eure Räume gegenseitig ausprobieren. Wie schnell könnt ihr entkommen?

Was ihr braucht:

- Spaß: am Rätseln und am Arbeiten im Team
- Proviant: mit leerem Magen kann man schließlich nicht arbeiten
- Motivation: werden es eure Freunde schaffen, aus eurem Escape Room zu entkommen?



6 Hinweise

keine



7 Kosten

ca.10€ für Material -
je nachdem, was gekauft werden muss





Comic-Workshop

1 Klassenstufe

7-9



2 Projektbetreuung

Herr Schäfer

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Wenn du schon immer mal deinen eigenen **Comic** erschaffen wolltest, bist du hier genau richtig.

Wir legen die Grundlagen zur **Comic-Sprache** und zum Charakter-Design, sodass du deine eigene Heldenwelt entwickeln und mit dem Vorzeichnen beginnen kannst.

Nach dem Reinzeichnen (*Inking*) kannst du deinen Comic selbst binden und mit nach Hause nehmen.



6 Hinweise

keine



7 Kosten

keine





Sicher im Wasser: Schwimmen, Springen, Retten

1 Klassenstufe

7 – 9



2 Projektbetreuung

Herr Felgner

3 Ort

PLUB Freibad



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Für alle fiten Wasserratten, die ihre vorhandenen Fertigkeiten auf das nächste Level heben wollen.

Wir gehen ins Freibad (Plub) und lernen, besser mit dem kühlen Nass umzugehen. Wir verbessern unsere verschiedenen Lagen und lernen Fremd- und Eigenrettungsmaßnahmen kennen. Atemtechniken – nicht nur beim Schnorcheln und Tauchen – sondern auch beim Abschleppen, Retten und Wasserspringen.

Auch Theorie schauen wir uns an, wobei das Hauptaugenmerk aber stets auf die praktische Anwendung gelegt wird.

Voraussetzungen:

Ihr müsst in der Lage sein, den Freischwimmer (Schwimmabzeichen Bronze) zu schaffen.

Gegen Wasser unempfindlich sein, wenn es von oben kommt. 😊 (Regen)

Eigene Schwimmausrüstung (zusätzlich Maske, (Trocken-)Schnorchel, Flossen, Bojen, sofern vorhanden). Alte Klamotten, die Chlorwasser ausgesetzt werden können.



6 Hinweise

s.o.



7 Kosten

Eintritt für die Projekttag;
Prüfungsgebühren (Selbstkostenanteil)





It's rocket science!

1 Klassenstufe

7 - 9



2 Projektbetreuung

Herr Kall und Herr Freitag

3 Ort

LGP, ggf. Raketentestgelände



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

Wenn Tüfteln und Basteln "dein Ding" sind, bist du hier genau richtig.

In den "Raketenwissenschaft" teilen wir uns in eine Mechanik-Gruppe und eine Elektronik-Gruppe, wobei alle nacheinander an beiden Gruppen teilnehmen.

In der Mechanik-Gruppe ...

- ... lernen wir, wie der Raketenantrieb funktioniert.
- ... bauen wir eine Rakete aus einer PET-Flasche, die mit Wasser und Druckluft angetrieben wird und lassen sie fliegen.
- ... untersuchen und optimieren wir die Flugeigenschaften unserer selbstgebauten Wasserrakete.

In der Elektronik-Gruppe ...

- ...bauen wir einen Warnblinker und lernen dabei die Funktion klassischer Elektronikbauteile (Widerstand, Kondensator, Transistor, Leuchtdiode) kennen - kein Raketenstart ohne Warnleuchten!
- ... versuchen wir unter Verwendung eines Mikroprozessors, die Geschwindigkeit der Rakete kurz nach dem Start zu messen.



6 Hinweise

keine



7 Kosten

keine





Outdoor-Mathematik- Stadtrallye

1 Klassenstufe

8 - 9



2 Projektbetreuung

Frau Hoock

3 Ort

LGP / Innenstadt



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Mathematischer Rundgang durch das Zentrum von Pirmasens

Wir lösen und erstellen Quizaufgaben in der Pirmasenser Innenstadt.
Dazu verwenden wir die App "Actionbound" und erstellen dort ein eigenes "Actionbound".



6 Hinweise

Taschenrechner, Papier, Bleistift,
Geodreieck und Zirkel werden benötigt.



7 Kosten

keine





Stadtgeschichte Pirmasens – Erstellung Audioguide

1 Klassenstufe

8 – 9



2 Projektbetreuung

Herr Günther-Spohr

3 Ort

LGP / Stadtarchiv (Exe) / Stadtgebiet



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Dieses spannende Projekt findet in enger Kooperation mit dem Stadtarchiv Pirmasens statt.

Im Jahr 2020 entstand der Audioguide "Auf den Punkt gebracht", der mit kurzen Hördateien Besuchern und Einheimischen Aspekte der Stadtgeschichte von Pirmasens näherbringt und zugleich die hiesige Mundart thematisiert. Inzwischen geben 20 Stationen einen Einblick in die Pirmasenser Stadtgeschichte:

<https://www.pirmasens.de/leben-in-ps/kultur/stadtarchiv/jugendforum/audioguide/>

Im letzten Schuljahr haben wir einen Audioguide für den Sportpark Husterhöhe erstellt. In diesem Jahr wollen wir einen Audioguide zu einem anderen historisch bedeutenden Ort in Pirmasens erstellen.

Am Vorbereitungsbesprechungstermin besprechen wir den genauen zeitlichen Ablauf und die einzelnen Arbeitsschritte. Diese umfassen unter anderem einen Stadtrundgang, die Einführung ins Stadtarchiv, die Recherche in Archiven und Sammlungen sowie die Erstellung und Präsentation des fertigen Audioguides.



6 Hinweise

Schreibmaterialien werden benötigt.



7 Kosten

keine





Filmprojekt

1 Klassenstufe

8-9



2 Projektbetreuung

Herr Köhler

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Das Filmprojekt ist für all diejenigen geeignet, die schon immer mal einen Blick hinter die Kulissen werfen wollten.

Wie fühlt es sich an, Regisseur, Drehbuchautor oder Schauspieler zu sein?
Wer das ausprobieren möchte, ist hier herzlich willkommen.

Ziel: **Einen Kurzfilm mit Drehbuch auf die Beine stellen.**

Voraussetzungen:

- Experimentierfreudigkeit
- Lust an Maskerade und Spiel
- Vorliebe für Film und/oder Theater
- Keine Hemmungen, was Verrücktes auszuprobieren



6 Hinweise

keine



7 Kosten

keine





Fotografie

1 Klassenstufe

8 - 9



2 Projektbetreuung

Johanna Germann und
Emily Watson

3 Ort

LGP / Schulumgebung



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Du hast Lust auf Fotografie?

In Wir haben viel vor! Gemeinsam stellen wir uns die Frage:
„Was macht ein richtig gutes Fotos aus?“

Außerdem entdecken wir Licht und Schatten und Dunkelheit.
Wir testen Lightpainting, sammeln Bilder für verschiedene Farbcollagen, machen
Momentaufnahmen der anderen Projekte und vieles mehr!

Wir freuen uns auf Euch!



6 Hinweise

eigenes Smartphone zum Fotografieren



7 Kosten

ca. 3-5€ (für Ausdrucke)





(sicher) Schwimmen lernen mit der DLRG

1 Klassenstufe

5 – 9



2 Projektbetreuung

DLRG Ortsgruppe Pirmasens

3 Ort

Hallenbad Heinrich-Kimmle Stiftung



4 Teilnehmerzahl

15



5 Projektbeschreibung

Komm mit uns sicher ins Wasser – mit Spaß, Mut und Teamgeist!

Du kannst noch nicht schwimmen oder fühlst dich im Wasser unsicher? Dann ist unser Projekt genau richtig für dich. Zusammen mit der DLRG-Ortsgruppe Pirmasens lernst du Schritt für Schritt die Grundlagen des Schwimmens – von der Wassergewöhnung über richtige Atmung und Bein-/Armtechnik bis hin zum sicheren Gleiten und ersten Bahnen.

Unser Ziel: dein Seepferdchen!

Was brauchst du?

- Badebekleidung, Handtuch, ggf. Badehaube
- Trinkflasche, Verpflegung und gute Laune
- Optional: Schwimmbrille

Das Projekt findet im Schwimmbad der Heinrich-Kimmle-Stiftung statt.

Trau dich, mach den ersten Schritt – wir begleiten dich. Gemeinsam schaffen wir es ins sichere Wasser!



6 Hinweise

keine



7 Kosten

keine





Selbstverteidigung für Jungen und Mädchen gemischt

1 Klassenstufe

5 - 9



2 Projektbetreuung

Heiko Leder

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

In diesem tollen Kurs lernt ihr von der Selbstverteidigungstrainerin Tara, wie ihr euch sicherer fühlt und euch im Notfall verteidigen könnt. Dabei geht es nicht nur um Kämpfen, sondern vor allem darum, gefährliche Situationen früh zu erkennen und zu vermeiden.

Das lernt ihr:

- wie ihr **stabil** und **selbstbewusst** steht
- wie ihr euch aus bestimmten **Griffen befreit**
- wie ihr euch mit Händen und Füßen **verteidigt**
- wie ihr **Alltagsgegenstände** sinnvoll zur Verteidigung **nutzt**
- wie ihr euch am **Boden schützt** und wieder aufsteht

Außerdem zeigen wir euch:

- Wie ihr gar **nicht** erst in **gefährliche Situationen** geratet
- wie ihr laut und richtig um **Hilfe ruft**, damit andere aufmerksam werden
- was ihr tun könnt, wenn doch etwas passiert (**Erste Hilfe Basics**)
- was im Ernstfall **rechtlich erlaubt** ist

Ziel ist, dass du dich am Ende sicherer, stärker und selbstbewusster fühlst - weil du weißt, wie du Gefahren erkennst, klug reagierst und dich im Notfall schützen kannst!



6 Hinweise

Lange Sporthosen; Oberteil, das auch kaputt gehen darf; saubere Turnschuhe; saubere Füße und kurze Fußnägel (wir machen viel barfuß); keinen Schmuck (max. Ohrstecker)



7 Kosten

keine





Flag Football Action bei den Praetorians!

1 Klassenstufe

5 – 9



2 Projektbetreuung

Jugendtrainer:innen der
Praetorians Pirmasens

3 Ort

Kunstrasen Sportpark Husterhöhe



4 Teilnehmerzahl

16



5 Projektbeschreibung

Du liebst Football oder möchtest den Sport einfach mal ausprobieren?

Dann bist du bei unserem **Flag Football** Projekt genau richtig! Egal ob Anfänger oder Sport-Ass, egal ob w/m/d, egal ob "groß klein dick dünn" - hier sind **ALLE**, die Interesse am Football haben, herzlich eingeladen!

Flag Football ist die actionreiche, kontaktlose Variante des klassischen Footballs. Statt harter Tackles geht es darum, die Flaggen der Gegenspieler zu erobern. So stehen der Spaß und das Teamplay im Vordergrund, ohne dass es zu harten Körperkontakten kommt. Freue dich auf spannende Spiele und Übungen an verschiedenen Stationen, die speziell auf Flag Football ausgerichtet sind.

Neu in diesem Jahr – und euer Lernvorsprung: Das Trainerteam der Pirmasenser Praetorians ist international aufgestellt, und das **Training findet bilingual** (Englisch–Deutsch) statt. Du profitierst nicht nur sportlich, sondern auch sprachlich und erlebst Football authentisch in beiden Sprachen – ein echtes Highlight und eine Besonderheit unseres Projekts.

Das Ganze findet im Sportpark Husterhöhe auf dem Kunstrasen statt – der perfekte Ort für ein aufregendes Football-Erlebnis. Sei dabei und erlebe die Faszination Flag Football hautnah!

Wir freuen uns auf dich!



6 Hinweise

Ausreichend Trinken; Sonnenschutz;
Multinocken- oder Stollenschuhe sind
ideal, aber KEINE Voraussetzung!



7 Kosten

keine





We love to dance!

1 Klassenstufe

5 - 9



2 Projektbetreuung

Emilia Grimm (9b) und
Jana Stolz (8b)

3 Ort

LGP „Ringerhalle“



4 Teilnehmerzahl

15



5 Projektbeschreibung

Wir erstellen eine Choreografie und präsentieren diese am Ende der Projektwoche.
ALLE sind willkommen, unabhängig von Alter und Tanzerfahrung.



6 Hinweise

Sportkleidung



7 Kosten

keine





Kunst und Natur

1 Klassenstufe

5 - 9



2 Projektbetreuung

Frau Vehling und
Frau Gottert

3 Ort

LGP, Schulgarten, Japanischer Garten



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

Wir drucken, zeichnen und probieren weitere Techniken aus.

Motive und Material finden wir in der Natur, auch bei einem Ausflug in den Japanischen Garten in Kaiserslautern lassen wir uns inspirieren.

6 Hinweise

keine



7 Kosten

15-20€ (Eintritt & Zugfahrt)





Trekking im Pfälzerwald

1 Klassenstufe

5 – 9



2 Projektbetreuung

Herr Dr. Flegel

3 Ort

LGP + Wanderwege rund um PS



4 Teilnehmerzahl

10



5 Projektbeschreibung

Das Projekt "Trekking im Pfälzerwald" wendet sich an alle Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen 5-9, die Lust am Wandern und an der Natur haben, die eine grundlegende körperliche Fitness und Ausdauer besitzen und neugierig darauf sind, sich ihre Trekkingnahrung selbst herzustellen.

Wir werden uns mit Hilfe von Kartenmaterial auf die Wandermöglichkeiten rund um Pirmasens konzentrieren und uns die Trekkingnahrung selbst herstellen, die dann an Ort und Stelle zubereitet werden kann. Hierfür sind 10,- Euro zu erstatten.

Es werden wenigstens zwei größere Trekkingwanderungen durchgeführt werden, bei denen festes Schuhwerk, ein mitgeführter Rucksack mit Getränken und Nahrung sowie Kopfbedeckung und evtl. Regenkleidung die Grundausrüstung darstellen.



6 Hinweise

Grundfitness und -kondition muss vorhanden sein; festes Schuhwerk, Rucksack, evtl. Regenkleidung



7 Kosten

10 € für Trekkingnahrung



Gerätturnen



1 Klassenstufe

5 – 9



2 Projektbetreuung

Frau Theimer und Frau Becker

3 Ort

LGP kleine Sporthalle



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

Hier dreht es sich um Bewegung, Körpergefühl und das gemeinsame Ausprobieren neuer Herausforderungen.

Beim Gerätturnen lernt ihr spielerisch verschiedene Turngeräte kennen und entdeckt, was alles in ihnen steckt.

Ob Rollen oder Balancieren, Schwingen oder Springen— Schritt für Schritt werden Grundlagen des Turnens vermittelt.

Dabei steht Freude an Bewegung, gegenseitige Unterstützung und individuelle Erfolgserlebnisse im Mittelpunkt. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.



6 Hinweise

Sportkleidung



7 Kosten

keine





Klassenzimmer werden zu Wohlfühlorten

1 Klassenstufe

5 – 9



2 Projektbetreuung

Frau Lechner, Frau Leonhard und Frau Semmet

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

In diesem Projekt machen wir unsere Schule ein Stück einladender – vor allem für die neuen 5. Klassen. Gemeinsam gestalten wir ihre zukünftigen Klassenräume neu, damit sie sich vom ersten Schultag an wohlfühlen können.

Ihr streicht Wände in freundlichen Farben und setzt kreative Ideen um. Wir planen zusammen, legen Hand an und verwandeln die Räume Schritt für Schritt in helle, motivierende Lernorte.



6 Hinweise

Kleidung, die schmutzig werden darf.



7 Kosten

keine





kulinarische Weltreise

1 Klassenstufe

5 – 9



2 Projektbetreuung

Frau Meder und Frau Meigel

3 Ort

Küche LLRSP Husterhöhe



4 Teilnehmerzahl

16



5 Projektbeschreibung

Wir machen mit euch eine kulinarische Weltreise durch verschiedene Länder und kochen jeden Tag ein Menü aus 3 Gängen.

Das Projekt findet in der Küche der Landgraf Ludwig Realschule auf der Husterhöhe statt und kostet pro Teilnehmer 30 Euro.

Jeder/jede ist herzlich willkommen!

Einzigste Bedingung:

Du solltest mit einem Küchenmesser umgehen können und bereits Erfahrung im Schneiden von Gemüse und sonstigem haben!!!



6 Hinweise

Bitte ein eigenes Getränk, ein Handtuch und ein Geschirrtuch mitbringen!



7 Kosten

30€





Bunte Pause – pimp the Aufenthaltsraum

1 Klassenstufe

5 – 9



2 Projektbetreuung

Frau Rapp und
Frau Röber-Kaminsky

3 Ort

LGP



4 Teilnehmerzahl

20



5 Projektbeschreibung

Achtung - Farbe - Los!

Wir möchten mit euch den Aufenthaltsraum im Erdgeschoss aufpeppen - er soll bunter und gemütlicher werden!

Dazu sammeln wir gemeinsam mit euch Ideen zur schöneren Gestaltung des Raums, die wir dann in der Projektwoche umsetzen.

Wer also Lust hat, die Pinsel zu schwingen und die Wände zu bemalen, ist hier genau richtig!



6 Hinweise

Kleidung, die schmutzig werden darf.



7 Kosten

keine

