

KENNUNG	TITEL	BESCHREIBUNG	KOSTEN €)
F01	Fahrten & geschlossene Projekte	Ich habe mich bei einem geschlossenen Projekt oder einer Fahrt verbindlich angemeldet.	
G01	Betriebspraktikum 9,10,11,12	Ich habe eine verbindliche Anmeldung zum Praktikum abgegeben.	
G03	Das Kinderhilfswerk PLAN INTERNATIONAL	Hast du auch schon einmal überlegt, wie man die Welt ein Stück besser machen kann? Sei mit dabei, zu erfahren, wie ein international tätiges Kinderhilfswerk arbeitet und wie du dich vielleicht mit einbringen kannst. Und stell dir vor: Das macht zudem Spaß und du schaust über den Ingelheimer Tellerrand in die weite Welt hinaus...	
G04	Ehrenamt - Meine Woche für andere	Du möchtest dich in der Projektwoche gerne ehrenamtlich engagieren, z.B. in einem Seniorenheim, bei der Caritas oder einer anderen sozialen Einrichtung? Dann bist du hier genau richtig! Wir vermitteln dich in Kleingruppen in eine Einrichtung in Ingelheim und Umgebung. Gerne kannst du aber auch deine Kontakte zu entsprechenden Einrichtungen, z.B. auch Sportvereinen, nutzen, um einen "Einsatzort" zu finden, der gut zu dir passt.	
G12	Teamer/ Teamerinnen & Projektleitung	Ich unterstütze ein bestimmtes Projekt als Teamer/ Teamerin und habe das mit der Projektleitung abgesprochen. ODER Ich habe als Projektleitung ein eigenes Projekt angemeldet.	
H03	Eine begehbare Camera obscura bauen	Eine Camera obscura ist wörtlich übersetzt zunächst einmal nur eine dunkle Kammer. Macht man in eine Wand dieser Kammer aber ein kleines Loch, verwandelt sich dieser dunkle Raum in ein Kino, in dem die Außenwelt kopfsteht. Ziel des Projekts ist es, eine mobile und begehbare Camera obscura zu bauen. Um an dem Projekt teilnehmen zu können, solltest du ein wenig handwerkliches Geschick mitbringen und keine Scheu vor Säge, Hammer, Bohrmaschine und Co. haben.	5
H10	Mondsüchtig - Die Epoche der Romantik kreativ erleben	Wir erkunden die Epoche der Romantik auf verschiedenen Wegen (Fotografie, Mode, Impro-Theater, Zeichnen, Bilder, Lyrik und andere Texte). Freue dich mit uns auf ein paar Tage, in denen wir experimentieren, entdecken und eintauchen in eine andere Zeit und Lebenswelt. Mitzubringen sind: Handy, Tablet, Heft und Mäppchen, Bleistifte, Buntstifte	

H13	Renovieren von offenen Schülerarbeitsräumen	Vorbereiten, Durchführen und Nachbearbeiten von Renovierungs- und Malerarbeiten. Vorgesehen sind die Räume 104 und ggf. 027. MSS-Aufenthaltsraum renovieren. Mithilfe und Unterstützung.	
K07	Filme verstehen	Eine Einführung in die genrespezifische Analyse von Spielfilmen	
K12	Serien und Filme schreiben für Netflix, Amazon Prime, ARD und co.	Wir alle schauen (fast) jeden Abend Serien oder Filme auf Streamingdiensten. In diesem Projekt beginnst du selbst eine Serie oder einen Film zu schreiben! Dafür lernen wir, was ein Drehbuch ist, wie dramaturgische Struktur funktioniert aber auch, wie man sich spannende Figuren ausdenkt, und wie man diese miteinander sprechen lässt. Wir verbinden theoretische Lernphasen mit freien Arbeitszeiten, in denen jeder an seiner eigenen Idee arbeitet. Unterstützt werdet ihr dabei von mir: Ich (Julius) bin 25 und war früher Schüler am SMG, habe in Los Angeles Drehbuchschreiben studiert und arbeite jetzt als Drehbuchautor in Berlin!	
N05	Basketball - Training, Analyse, Spiel	Hast du Lust, deine Basketballskills auf das nächste Level zu heben? Möchtest du eine Woche lang in die Welt des Basketballs eintauchen, Spaß mit Schülern aus anderen Klassen haben und von erfahrenen Trainern lernen? Dann ist unsere Basketball ProWo genau das Richtige für dich! <ul style="list-style-type: none"> ☑ Intensives Training ☑ Spaß und Teamgeist in einem dynamischen Umfeld ☑ Turniere und spannende Wettbewerbe ☑ Verbesserung von Technik, Koordination und Ausdauer 	
N06	Bouldern (50€)	Du bist sportlich und suchst eine neue Herausforderung? Dann ist BOULDERN (Klettern in Absprunghöhe, ohne Sicherung) dein Projekt. Das Blockwerk Mainz betreut uns am ersten Tag, anschließend wird, von einer Lehrkraft betreut, selbstständig geklettert. Siehe: https://www.blockwerk.info/ Beginn: Jeweils 9:30, am Blockwerk Mainz, Dauer 3h. ACHTUNG: Zur An- und Abreise bitte Fahrgemeinschaften bilden! Kosten: 50€ (enthält Eintritt, Schuhe, Trainer des Blockwerk Montag) Sonstiges: Sportkleidung (am besten mit Raum zum Bewegen, am besten nicht zu empfindlich), Getränke, ggf. Taschengeld	50

N09	Gewässerexkursionen (~10€)	Während des Projekts wollen wir uns mit unterschiedlichen Gewässern in der Umgebung beschäftigen. Dazu wollen wir eine Fahrradtour zum Rhein sowie eine Exkursion zum Palmengarten nach Frankfurt unternehmen. Zudem wollen wir uns mit der Selz - Picknick inklusive - und dem Schulteichs beschäftigen. Letzterer soll durch Pflegemaßnahmen wieder etwas aufgehübscht werden.	10
N11	Krafttraining in Theorie und Praxis (10 €)	Im Mittelpunkt des Projektes steht das Erlernen der Grundübungen des Krafttrainings, wie z.B. der Kniebeuge oder dem Bankdrücken. Des Weiteren beschäftigen wir uns mit theoretischem Basiswissen zur Trainingsplanung und Trainingsdurchführung. Das Training findet in zwei verschiedenen Fitnessstudios statt. Mitzubringen ist: Sportkleidung indoor	10
N13	Outdoor Sports: Via Ferrata, Calisthenics, Akrobatik (~15-20 €)	Es ist warm und die Sonne scheint. Du willst raus etwas Aktives machen. Aber du hast keine Idee, was du machen könntest? Wir finden gemeinsam heraus, was alles möglich ist! Für alle die gerne draußen sind möchten wir verschiedene sportliche Aktivitäten ausprobieren die (fast) nichts kosten. Dazu machen wir an unterschiedlichen Tagen Ausflüge nach Boppard, ins Morgenbachtal und/oder ans Mainzer Rheinufer. Das Programm ist nicht in Stein gemeißelt und auch von euren Vorlieben (und dem Wetter) abhängig. Geplant sind: Calisthenics Crash-Kurs und Körpergewicht-Übungen an der Multisportanlage am Mainzer Rheinufer Partnerakrobatik Grundübungen auf der Wiese Mittelrhein Klettersteig in Boppard und Outdoor-Kochen im Wald Trekking-Tour durchs Morgenbachtal Alles weitere bei der Vorbesprechung. Wir sehen uns draußen!	15-20
N15	Stress lass nach	Alles, was mir Stress macht Achtsamkeitstraining Stress weg in der Natur Stress weg mit Musik Stress weg mit Bewegung	
N16	Tango-Argentino	Wir recherchieren und präsentieren die Entstehungsgeschichte, aber auch die Hintergrundgeschichte des argentinischen Tangos. Gleichzeitig üben wir die wichtigsten Tanztechniken ein und beschäftigen uns mit der Musikalität.	