

Der Start meines FSJs- Auf geht's!

Mein FSJ startet mit dem einwöchigen FSJ-Einführungsseminar an der Sportschule Steinbach, welches ich mit anderen FSJ-Lern, die ebenfalls ihr freiwilliges soziales Jahr im Bereich Sport und Schule absolvieren, durchführte. In dieser Woche bekam ich viele Informationen über mein FSJ, wie es ablaufen wird und was ich für Aufgaben haben werde. In spielerischer Form haben wir unseren Vertrag ausführlich besprochen und uns über unsere Rechte und Pflichten unterhalten. Außerdem haben wir eine Menge Spielideen bekommen und auch selbst ausprobiert, welche ich sehr gut in meinem FSJ anwenden kann. Ein wichtiges Thema der Woche war außerdem der Umgang mit störenden Kindern, wofür ein externer Referent gekommen ist. Durch viele Spiele, die das Zusammenarbeiten aller Gruppenmitgliedern erforderte und auch die zusammen verbrachten Abende, entwickelte sich im Laufe der Woche eine spaßige Gruppe, in der sich alle gut verstanden. Am Ende der Woche wählten wir unsere Gruppensprecher, die die Aufgabe haben, Probleme innerhalb der Gruppe wie auch mit den Leitern unsere Seminare zu klären. Sehr erfreut hat mich, dass die Gruppe mich als Gruppensprecher gewählt hat. Mir hat die Woche sehr viel Spaß gemacht und ich habe mich auch schon sehr auf die nächste Woche gefreut, in der ich mit der gleichen Gruppe wieder in Steinbach sein werde.

In der darauffolgenden Woche durfte ich zum Grundlehrgang C-Breitensport. In diesen 5 Tagen ging es hauptsächlich um Sporttheorie, welche für die meisten Teilnehmer kein Problem war, da viele, wie ich auch, Sportabitur gemacht haben und dies somit eher eine Wiederholung für uns war. Außerdem beschäftigten wir uns mit dem richtigen Aufbau eines Trainings. Auch diese Woche lernen wir wieder viele kleine Spiele kennen um die Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit der Kinder zu verbessern. Als Abschluss dieses Seminars mussten wir in Kleingruppen einen Lehrversuch durchführen, indem jede Gruppe einen Trainingsplan anfertigen sollte um verschiedene, vorgegebene Fähigkeiten der Kinder zu verbessern. Danach mussten wir auch schon wieder Abschied nehmen aber schon in kurzer Zeit wird sich die Gruppe beim nächsten Seminar wieder sehen.

Rückblickend waren die Seminare sehr hilfreich für mich, ich konnte viele Ideen mitnehmen und werde sie in meinem FSJ gut anwenden können. Da ich schon sehr viele positive Erfahrungen gemacht habe blicke ich mit großer Vorfreude auf das kommende Jahr.

Elisa Singler