

## SchülerassistentInnen-Ausbildung in Meißen 2021

Der erste Tag begann mit einer Begrüßung aller Teilnehmenden und der Aufteilung der Zimmer. Im Anschluss gestalteten wir einen Erwartungsbaum mit allem, was wir uns für die Woche erhofften. Bevor wir dann einen genaueren Einblick in das Lizenzsystem, die Anforderungen an einen Übungsleiter und zur Thematik Gruppendynamik bekamen, aßen wir zur Stärkung noch etwas zum Mittag. Am Nachmittag lernten sich alle durch ein Rätselspiel auf dem Gelände und mehrere Runden Tischtennis besser kennen. Der Tag endete mit Pizza zum Abendbrot und einer darauffolgenden Einteilung in kleine Gruppen. Diese Gruppen hatten verschiedene Aufgaben für die Woche erhalten. So hat eine Gruppe den Abschlussabend organisiert, die andere eine Erwärmung für die Hortolympiade vorbereitet, die dritte war für die Staffeln für die Hortolympiade verantwortlich, wieder andere für die Sammlung aller Unterlagen und Fotos auf einem Stick und eine Gruppe, das sind wir, für die Öffentlichkeitsarbeit.

Am Dienstag ging es pünktlich um neun Uhr mit der Theorie zu den Themen Sportversicherung, SSV, ÖSV, Recht, Sport und Umwelt los. Danach sind alle zusammen zur Turnhalle gelaufen. Nachdem wir erfahren haben, was ein Übungsleiter alles beachten muss beim Leiten einer Trainingseinheit, haben wir alle per Zufall kleine Kärtchen gezogen auf denen Sportspiele erklärt waren.



Diese Spiele haben wir uns nach dem Mittagessen der Reihe nach vorgestellt und so vor der Gruppe die Rolle des Übungsleiters eingenommen. Diese Spiele wurden von allen Teilnehmenden durchgeführt, wobei es leider zu fünf Verletzungen kam, welche sofort behandelt wurden (den Betroffenen ging es den Umständen entsprechend am Abend wieder gut, jedoch waren zwei Schüler daran gehindert die nächsten Tage an sportlichen Aktivitäten teilzunehmen). Nach der großen Aufregung und dem Durcheinander wurden noch die restlichen Spiele vorgestellt. Zum Abschluss haben wir gemeinsam in der Turnhalle alles für das Programm des nächsten Tages vorbereitet.



Am dritten Tag stand die bereits vorbereitete Hortolympiade an. Die Schüler wurden im Voraus den verschiedenen Stationen zugeteilt, an denen die Ferienkinder der 1. bis 4. Klasse verschiedene sportliche Aktivitäten bewältigen mussten, um so viele Punkte wie möglich zu erhalten, um im besten Falle eine Medaille zu gewinnen. In Folge einer Begrüßung aller Kinder führten zwei Mädchen der teilnehmenden Jugendlichen eine kurze Erwärmung mit den Kindern durch, damit es im Anschluss so schnell wie möglich starten konnte. Zur Freude der Kinder endete die Hortolympiade mit drei Staffelläufen, bei denen alle SchülerInnen und ErzieherInnen

mitfieberten. Zum Abschluss gab es eine Siegerehrung. Für uns war der Tag damit allerdings noch nicht zu Ende.



Nach einer Mittagspause zur Energiegewinnung lernten wir die sieben koordinativen Fähigkeiten kennen und führten verschiedene praktische Übungen zum Verständnis durch.

Um diesen anstrengenden Tag entspannt zu beenden, fuhren wir mit unseren Lehrgangslitenden in das Schwimmbad Wellenspiel in Meißen und einige im Anschluss noch in die Innenstadt für eine schöne Aussicht.

Wieder fit und ausgeschlafen lernten wir am Donnerstagvormittag das Wichtigste zu den Grundlagen der Sportbiologie und bekamen an zwei Teilnehmenden von uns gezeigt, wie man Muskeln richtig und am besten ausrollt, mithilfe eines einfachen Tennisballs. Am Nachmittag pflanzten wir dann in kleinen

Gruppen eine eigene Trainingseinheit, die wir den anderen innerhalb von 20 Minuten vorstellten und mit ihnen durchführten. Die Gruppen waren nach den Sportarten eingeteilt, die wir selbst ausüben. Bis zum frühen Abend bekamen also alle einen Einblick in die Trainingseinheiten beim Tanz, Handball, Kanurensport und Leichtathletik. Da es der letzte gemeinsame Abend war, gingen alle erst außerhalb des Hotels essen und danach noch Bowling spielen. Dabei hatten alle von uns großen Spaß, lernten sich noch besser kennen, als bereits die Tage zuvor und es wurden einige Bowlingtalente entdeckt. Wieder zurück im Hotel hörten wir noch gemeinsam Musik und feierten ein wenig.



Der bereits letzte Tag begann mit dem Verlassen unserer Zimmer und der anschließenden wichtigen Thematik der Haftungs-, Aufsichts- und Sorgfaltspflicht. Zum Abschluss bekamen alle Teilnehmenden noch ihr Zertifikat und aßen ein gemeinsames letztes Mittagessen.

Es war für alle von uns eine schöne, lehrreiche und aufregende Woche, die auch unseren BetreuerInnen und Lehrgangslitenden zu verdanken war, jedoch zu schnell zu Ende ging.