

Jahresbericht FSJ 2020/2021

Ein Jahr voller Höhen und Tiefen:

Am 14.08.2021 endet mein FSJ „Sport und Schule“ beim SV Allensbach. Doch dieses Jahr hatte einige Höhen und Tiefen. Letztendlich kann ich aber auf ein aufregendes und lehrreiches Jahr zurückblicken.

Angefangen hat mein FSJ mit dem Handballcamp beim SVA. Bei dem Camp konnte ich meine ersten Erfahrungen als Trainerin sammeln und habe von den anderen Trainerinnen Sophie Leenen, Jenny Heinstadt und Vivian Abelmann schon einige Tipps für die kommende Zeit bekommen.



Danach ging es für mich auch schon eine Woche an die Sportschule in Steinbach für mein Einführungsseminar. Mit den anderen FSJlern meiner Gruppe lernte und erarbeitete ich mir einige wichtige Informationen über die Rechte und Pflichten im FSJ. Auch neben den sachlichen Punkten hatten wir viel Spaß und wurden nach kurzer Zeit schon zu einer tollen Gemeinschaft.

Zwei Wochen später war ich dann nochmals in Steinbach für den Grundlehrgang meiner Trainerlizenz. Hier lernten wir bedeutsame Grundlagen im Bereich der Trainingslehre und bekamen schon erste Ideen für Spiele und Übungen, die wir im Training und im Sportunterricht der Schule einbringen konnten.

Anfang September begann mein FSJ dann so richtig in der Praxis.

Zu Beginn fiel es mir etwas schwer die Namen der Kinder und Lehrer zu behalten, doch mit der Zeit fand ich mich immer besser zurecht. Das hing auch damit zusammen, dass ich an allen Schulen sehr gut aufgenommen wurde und mir viel Verständnis und Hilfe entgegengebracht wurde.

Mit der Zeit spielte sich alles so gut ein, dass ich auch schnell schon eigene Übungen mit in den Sportunterricht einbringen konnte.

Auch im Verein lief es immer besser. Anfangs war ich noch etwas unsicher, da ich zuvor noch keine Erfahrung als Trainerin gesammelt hatte, doch mit der Zeit fand ich auch hier eine Routine und die Runde ging dann Mitte September schon los. Die ersten Spiele mit der D-Jugend liefen sehr gut und wir gewannen unsere ersten drei Spiele. Man merkte den Kindern hier auch die Freude an, endlich wieder spielen zu dürfen, nachdem die letzte Saison aufgrund Corona so abrupt abgebrochen wurde.

Leider verletzte ich mich bei einem Handballspiel Mitte Oktober, so schwer, dass ich für sieben Wochen ausgefallen war. Ich war anfangs sehr traurig darüber, dass ich nicht weiterhin mit den Kindern arbeiten konnte, jedoch kam es Ende Oktober zu einem zweiten großen Lockdown, bei dem die Hallen und Schulen für eine erste ungewisse Zeit geschlossen blieben.

Der eigentlich im November geplante Aufbaulehrgang wurde aufgrund des Lockdowns auf unbestimmte Zeit nach hinten verschoben, da man hoffte diesen in Präsenz stattfinden zu lassen, da vor allem bei den Trainerlizenzen viel Praxis dabei ist und man diese natürlich nicht Online machen kann. Da die Lage sich aber nicht so wie erhofft entwickelte, fand der Aufbaulehrgang dann Mitte Januar in verkürzter Form Online statt.

Ende Januar bin ich dann wieder in die Schule gegangen, jedoch wurde zu dem Zeitpunkt lediglich Notbetreuung angeboten. Die ersten 2-3 Wochen war ich noch an allen drei Schulen tätig, jedoch hatten wir uns dann entschieden, meine Kontakte einzuschränken, sodass ich vorerst nur in der Notbetreuung der Grundschule Allensbach eingesetzt war. Die Notbetreuung ging an vielen Kindern nicht spurlos vorüber. Die Ungewissheit wann sie endlich wieder alle in der Schule sein können, ihre Freunde sehen und miteinander lernen können, merkte man ihnen oft an und es gab viele Phasen in denen es ihnen schwer fiel konzentriert zu arbeiten. Auch für mich war es eine große Herausforderung, da die Kinder aus mehreren Klassen gemischt im Raum saßen und sie unterschiedliche Aufgaben hatten. Doch auch dies spielte sich mit der Zeit ein.

Da man zu diesem Zeitpunkt auch kein Jugendtraining durchführen konnte, setzte ich mich mit meiner Trainerkollegin Chiara Weidmann zusammen und wir boten einmal die Woche gemeinsam ein Online Training für die D Jugend an. Dieses Angebot wurde glücklicherweise auch von einigen Kindern angenommen, nur wurde dies mit der Zeit etwas schwierig immer neue kreative Übungen zu finden, die mit der Zeit auch nicht langweilig wurden. Inspiration holten wir uns hierbei oft beim DHB, welcher auf YouTube Kraftvideos hochlud und auch einige kreative Videos für Kinder zeigte. Da es mit der Zeit zu einer Abnahme der Teilnahme kam, überlegte ich mir, dass ich eine Challenge als Jahresprojekt starten könnte. Dafür bot ich einmal die Woche ein Online Training an und es gab immer ein Themenschwerpunkt. Zum Beispiel haben wir eine Woche viel für die Beinkraft gemacht, dann etwas für die für die Ballgeschicklichkeit, usw. Hauptsächlich war das Ziel, die Kinder zum Start in die neue Saison bestens vorzubereiten und sie zudem auf einige handballspezifische Bewegungen vorbereitet sind. Zum Glück durften die Kinder noch vor Abschluss der Challenge wieder draußen trainieren.

In den Pfingstferien boten wir ein Schnuppertraining für die E und F Jugend an. Leider durften wir noch nicht in die Halle, allerdings hatten wir viel Glück mit dem Wetter und konnten es glücklicherweise auf dem Sportplatz stattfinden lassen. Die Eltern und Kinder waren sehr glücklich darüber, dass es endlich wieder ein Sportangebot gab, bei dem sich die Kinder austoben konnten. Vor allem dass sie das gemeinsam mit ihren Freunden machen konnten, freute die Kinder am meisten. Mit der C- Jugend habe ich dann zweimal die Woche Training auf dem Sportplatz gemacht.



Ende Mai und Anfang Juni hatte ich dann mein Abschlusssseminar. Leider fand dieses auch Online statt. Hier besprachen wir unsere positiven und negativen Erfahrungen und tauschten uns über unsere Vorgehensweise in schwierigen Situationen aus. Beispielsweise was mache ich, wenn zwei Kinder sich prügeln. Neben unseren persönlichen Erfahrungen im FSJ behandelten wir auch das Thema Inklusion. Dazu hatten wir zwei Vorträge. Der erste Vortrag wurde von einem Mann gehalten, der selbst durch einen schweren Unfall im Rollstuhl gelandet war und uns über seinen Alltag berichtet hat. Im zweiten Vortrag erfuhren wir, was es für Möglichkeiten gibt, Inklusion auch in unserem Sportverein einzubringen. Mich hat es sehr beeindruckt, wie viele Möglichkeiten es mittlerweile gibt, Menschen mit Behinderungen oder Einschränkungen in den Sport mit einzubinden und auch gemeinsam diesen zu erleben. Auch der Spaß kam beim Abschlusssseminar nicht zu kurz. Einmal haben wir einen Spielenachmittag Online veranstaltet, bei dem wir in kleineren Gruppen Spiele gespielt haben. Außerdem haben wir in Gruppenarbeit Erinnerungsstücke und andere Dinge erstellt. Jeden Morgen haben wir Online eine kleine Sporeinheit gemacht, welche auch von einigen von uns vorbereitet wurden.

Nach den Pfingstferien ging es auch endlich wieder mit Präsenzunterricht weiter. Zunächst einmal im Wechselunterricht, bei dem in einer Woche die 1. und 2. Klasse da war und in der anderen dann die 3. und 4. Klasse. Trotz der noch bestehenden Masken- und Testpflicht sah man den Kindern die große Freude an, dass sie endlich wieder in die Schule gehen dürfen. Ich war immer bei den 3. und 4. Klässlern dabei, das heißt ich war eine Woche im Wechselunterricht und eine Woche in der Notbetreuung. Nach ein paar Wochen waren

die Corona-Fallzahlen dann so niedrig, dass endlich wieder Unterricht mit der ganzen Klasse stattfinden konnte. Am Anfang gab es auch hier die Masken- und Testpflicht, jedoch durften die Kinder nach einiger Zeit die Masken am Platz absetzen.

Im Juni hatte ich meinen Prüfungslehrgang für meine Trainerlizenz im Breitensport. Dieser fand wie die anderen Lehrgänge auch Online statt. In den ersten Tagen wiederholten wir den Stoff für die Theorieprüfung, welche wir mittwochs geschrieben haben. Donnerstags und freitags mussten wir dann unsere erarbeitete Lehrprobe vorstellen und haben direkt im Anschluss eine Rückmeldung dazu bekommen.

Auch beim Handball durften wir endlich wieder in die Halle. Zwar musste auch hier ein Testnachweis erbracht werden, jedoch wurden die Kinder sowieso in der Schule getestet und bekamen somit eine Bescheinigung. In der E und F- Jugend trainierten wir zunächst noch zusammen, damit alle neuen Kinder, welche vorher noch kein Handball gespielt hatten, zuerst einmal grundlegende Dinge wie Werfen und Fangen lernten. Anfang Juli haben wir dann die E und die F-Jugend getrennt und ich war weiterhin bei der F Jugend zur Unterstützung dabei und habe das E- Jugend Training bis zum Ende meines FSJs gemacht. In der E Jugend haben wir einige neue Kinder gehabt, deswegen haben wir dort an den Grundlagen weitergearbeitet. Neben dem Fangen und Werfen haben wir auch das Prellen und den Sprungwurf trainiert. Auch erste Vorübungen zur Körpertäuschung haben wir ins Training eingebaut. Auch in der C-Jugend habe ich das Training übernommen und hier war unser Ziel die erlernten Fähigkeiten zu wiederholen und erste neue Techniken, welche in der C Jugend wichtig sind, anzuschneiden. Hierzu gehört die Abwehrumstellung zu einer offensiven 3-2-1 Deckung.

Die letzten Schulwochen waren noch sehr spannend und ereignisreich. Ich konnte wieder an alle drei Grundschulen gehen und wurde auch überall sehr freundlich empfangen. Leider neigte sich das Schuljahr und somit auch das FSJ dem Ende zu. Neben einigen kleinen Ausflügen zum nahegelegenen Spielplatz durfte ich auch auf zwei große Ausflüge mitgehen. Zum einen war ich bei einem Ausflug mit der Klasse 2/4M mit dabei, bei dem wir auf dem Ameisenpfad nach Allensbach unterwegs waren. Des Weiteren war ich mit der 3. Klasse auf einem Ausflug nach Kreuzlingen in den Seeburgpark. Hier sind wir zuerst mit dem Zug nach Konstanz gefahren und dann nach Kreuzlingen gelaufen. Dort waren wir erst in dem kleinen Tierpark und dann noch auf dem großen Spielplatz. Anschließend sind wir wieder mit dem Zug zurück gefahren.

In der letzten Schulwoche hieß es Abschied nehmen. Nicht nur für mich endete ein sehr schönes, lehrreiches und ereignisreiches Jahr, sondern auch für die 4. Klässler endete die Grundschulzeit. Diese wurden in der letzten Schulwoche verabschiedet. Auf der Reichenau tanzten und sangen sie zu einem umgedichteten Lied und stellten es nach und nach allen Klassen der Schule vor. In Allensbach war ich am letzten Schultag beim Abschiedsgottesdienst dabei, welcher von den 4. Klässlern mitgestaltet wurde.

Nun ist mein FSJ vorbei und ich schaue auf ein sehr schönes Jahr zurück mit vielen tollen Ereignissen. Vor allen die Arbeit mit den Kindern hat mir sehr viel Spaß gemacht und viel Freude bereitet. Leider konnte ich durch meine Verletzung und die anschließenden Corona

Bestimmungen nicht in den normalen Schul- und Trainingsalltag einen Einblick bekommen, bin aber sehr dankbar für die Menschen, denen ich in diesem Jahr begegnen und kennenlernen durfte. Dieses Jahr hat mich selbstbewusster und offener gegenüber neuen Menschen und Situationen gemacht und hat mir gezeigt, dass man auch in schwierigen Situationen viel Ruhe bewahren muss.

Ein großer Dank geht an Christian Heinstadt, der mich während meines FSJ betreut hat und mir bei Fragen immer zur Seite stand. Auch möchte ich mich bei allen anderen bedanken, die mir immer bei Fragen zur Seite standen und mich unterstützt haben. Außerdem möchte ich mich bei allen Lehrern bedanken, dass sie mich so freundlich und offen an der Schule aufgenommen haben und mir in vielen schwierigen Situationen geholfen haben. Meiner Nachfolgerin Friederike wünsche ich alles Gute für das kommende Jahr und das dieses einigermaßen normal ablaufen wird!

Giulia Lützkendorf