

FSJ-Monatsbericht August/September

Anfang August fand das Handball-Camp des SV Allensbach statt, an dem **XY (hier die Anzahl einfügen)** Kinder aus der E- und D-Jugend (**noch andere Altersgruppen?**) teilgenommen haben. Dadurch dass Sarah, Jana und Chiara zusammen mit mir im Trainerteam für die Kinder verantwortlich waren, habe ich mich nicht überfordert gefühlt und wir haben uns jeweils gegenseitig gut unterstützt. Im Verlauf der Woche wurden wir alle im Umgang mit den Kindern und auch bei der Trainingsgestaltung entspannter. Das vorgegebene Programm, das noch vom Handball-Camp 2020 stammte, haben wir eigentlich nur die ersten paar Tage umgesetzt, da die Kinder lieber mehr in Richtung Handball gehen wollten, in dem Programm aber viele Spiele und Übungen waren, die wenig mit Handball zu tun hatten. Deshalb haben wir uns eigene Übungen überlegt und auch am Ende jeder Trainingseinheit mehr Handball gespielt.

Für mich persönlich war die Woche sehr anstrengend, da ich bisher so eine große Gruppe noch nie trainiert hatte, geschweige denn ein Teil eines Trainerteams war, aber dennoch hat mir diese Woche sehr viel Spaß gemacht und es war toll, diese Erfahrungen sammeln zu dürfen.

Im August hatte ich auch das Einführungsseminar zum FSJ. In der Woche ging es am ersten Tag sehr viel darum, dass wir als Gruppe zusammenwachsen und jeder mit jedem in Kontakt kam. In den Vorlesungen ging es unter anderem um unsere Rechte und um sexualisierte Gewalt; das war interessant und auch gut gemacht, da es nicht ein nur stummes Zuhören war, sondern wir eher alles mehr in der Gruppe erarbeitet haben und man sich so die Dinge viel einfacher merken konnte und auch mehr Realitätsnähe hatte.

Ende August war der erste Lehrgang für die C-Lizenz im Breitensport. In der Woche hatte man fast jeden Tag zweimal Sport und hat so Eindrücke in die verschiedenen Sportarten bekommen. Nach der Woche war ich total k.o. von so viel Input, aber die Woche hat mir trotzdem total viel Spaß gemacht. Mit dem E-Jugend-Training und dem F Jugend Training jeden Donnerstag war ich anfangs ziemlich überfordert: Ich wusste zu Beginn meines FSJs nicht, wie ich das Training abwechslungsreich gestalten sollte, damit sich die Kinder nicht langweilen, trotzdem noch Spaß am Training haben und zudem noch Etwas lernen, aber Woche für Woche wurde es besser und ich wurde lockerer und die Kinder auch. Anfangs lagen die Schwerpunkte im Training auf dem Prellen im Stehen und im Laufen; man hat von Training zu Training immer mehr Verbesserungen gesehen. Darüber habe ich mich richtig gefreut, weil man dann gemerkt hat, dass die Zeit und die Mühe, die man investiert hat, auch etwas gebracht haben.