

Sportassistentenausbildung 2023

Im Februar fanden an zwei Wochenenden die hybride Ausbildung zur Sportassistentenz statt, jeweils freitags online, sowie samstags und sonntags vor Ort in Lübeck beim LJC, geleitet von Lehrreferentin „Rinke“ Karina Schmidt.

Wir befassten uns am ersten Wochenende mit der Notwehr und Nothilfe, der Aufsichtspflicht, der Verbands- und Lizenzstruktur, Kondition, Koordination, Methodik, Didaktik, Organisationsformen und was einen guten Trainer*in ausmacht. Wir konnten viele theoretische Inhalte in der Praxis vertiefen und verinnerlichen. Außerdem lernten wir eine Reihe von geeigneten Aufwärmspielen und Vorübungen zu Techniken kennen.

Am zweiten Wochenende besprachen wir die Prävention sexualisierter Gewalt, Ethik im Budosport, Sportverletzungen, Anatomie, Physiologie und Fehlerkorrektur. Auch hier konnten wir einige Inhalte in der Praxis vertiefen. Nach der erfolgreich bestandenen theoretischen Prüfung hat jeder Teilnehmende die Gruppe angeleitet und damit den praktischen Prüfungsteil bestanden.

Es gab spannende fachliche Diskussionen. Insgesamt waren es sehr kurzweilige, interessante und inspirierende Tage. Definitiv empfehlenswert.

Text/Fotos: Susanne Töpfer