

## **Sport-/Gruppenhelfer Lehrgang in Kaiserau**

Sporthelfer? Gruppenhelfer? Was ist das denn eigentlich? Diese Frage habe ich mir zuerst auch gestellt und ehrlich gesagt, ich hatte keine Ahnung. Erklärungen, die dann kamen (meistens von ebenso unwissenden Mitschülern) beliefen sich dann meistens auf „Das ist halt son Schein und dann darfst du so Gruppen machen“ oder „Son komisches Sportzeugs eben“.

Um das Ganze jetzt ein bisschen zu erläutern: Ein Gruppenhelfer darf alleine eine Sport-Arbeitsgemeinschaft (AG) leiten, in einer Gruppe im Verein mitarbeiten, bei den Bundesjugendspielen mithelfen (als Kampfrichter oder in der Auswertung zum Beispiel), bei Projekttagen, wie zum Beispiel den Gesundheitstagen, einen Kurs anbieten oder als Betreuer auf Wettkämpfe der Schulmannschaften mitfahren.

Nachdem nun also geklärt war, was man nach Abschluss des Lehrgangs alles machen durfte, wurden einige Gespräche („Kommst du auch mit? Cool!“ bzw. „Wie? Der ist auch dabei? Och nö!“) geführt und dann trug man sich bei seinem Sportlehrer in eine Liste ein.

Nach den Sommerferien traf sich die Gruppe dann einmal mittwochs in der 7./8. Stunde in einem leeren Klassenraum zum Vorgespräch.

Herr Klöpping und Frau Holtgräwe gaben dort die Grundinformationen, zum Beispiel „Wie finanzieren wir das?“ Natürlich hätten wir auch alle einfach unsere Eltern anpumpen können, doch dann hätten wir für knapp vier Tage 120 Euro zahlen müssen. Also hat sich Herr Klöpping auf Sponsorensuche gemacht und ist auch fündig geworden.

Wir bekamen sowohl von Herrn Zech, dem Rotary Club Detmold-Blomberg als auch von der Bürgerstiftung „Zukunft Blomberg“ Geld. Der letzte Sponsor stellte jedoch eine Bedingung: Jeder der Teilnehmer muss ein Jahr lang in einem Verein seiner Wahl mithelfen und dort Kinderturnen veranstalten, eine Jugendmannschaft betreuen oder etwas ähnliches machen.

Das war aber für uns alle kein Problem und so war die Finanzierung größtenteils geklärt, der Eigenanteil lag jetzt nur noch bei 55 Euro.

Dienstag, direkt nach der Schule, ging es dann endlich los. Der Bus und die Eltern mit den Koffern warteten bereits am Busbahnhof und alle waren schon aufgereggt. Nachdem sich dann alle Eltern mehr oder weniger peinlich verabschiedet hatten (meine mussten zum Glück arbeiten) und wir uns im Bus breit gemacht hatten (ein ganzer großer Reisebus für 20 Schüler und 2 Lehrer) machten wir uns auf den Weg nach Kaiserau. Die Sportschule liegt in Kamen bei Dortmund.

Dort angekommen war ich erst mal vom neuen Eingangsbereich beeindruckt. Wir brachten unsere Koffer vor unsere Zimmer im zweiten Stock (ich zum Glück mit dem Fahrstuhl) und gingen dann in den Gruppenraum, wo wir unseren Lehrgangsleiter Sascha kennenlernten und unsere Schlüssel erhielten.

Die Zimmer waren leider nicht ganz so modern wie die Eingangshalle, aber geräumig und mit eigenem Bad und einem großen Fenster (welches an den späteren Tagen noch eine größere Rolle spielen sollte).

Den restlichen Nachmittag verbrachten wir im Gruppenraum mit einigen Kennenlernspielen, bevor es zum Abendessen und dann in die Halle ging, wo wir einige Spiele spielten und uns so (unbewusst) bereits den Aufbau einer Breitensportstunde anschauten. Danach erklärten sich unsere beiden Lehrer noch bereit, mit uns noch ein bisschen in der Halle zu bleiben, sodass die, die wollten, noch ein bisschen Sport machen konnten. Wir entschieden uns dann für Basketball (in der Handball-Version, was seitens der zimperlichen Fußballer immer wieder zu Beschwerden führte).

Übrigens waren nicht nur Handballer und Fußballer vertreten (wobei erstere ganz klar in der Mehrheit waren), sondern auch Sportler aus eher ausgefallenen Sportarten wie Karate oder Voltigieren waren neben Badminton-Spielern und Leichtathleten vertreten.

Am Mittwochmorgen ging es dann mit der ersten Theorie-Einheit los, in der wir den Aufbau einer Breitensportstunde (Einstimmung, Schwerpunktphase, Schwerpunktabschlussphase, Ausklang) besprachen und außerdem etwas über die vier Lehrdimensionen (geistige Vorstellung, Gemeinschaft, Gefühl, Bewegungssteuerung) lernten. Nach so vielen Informationen (nach denen jetzt wahrscheinlich viele die Stunden ihrer Sportlehrer kritisieren werden), waren wir alle froh, in die Halle zu können.

Dort spielten wir verschiedene Spiele und verfolgten dabei unsere steigenden Pulswerte an einem großen Plakat.

Dann ging es zum Mittagessen und wir ruhten uns ein wenig aus, bis es mit dem Nachmittagsblock weiter ging. Die Aufgabe war nun, in Fünfergruppen eine eigene Breitensportstunde zu planen und vorzustellen.

Nach Abendessen und noch ein bisschen Theorie machten wir angehenden Sporthelfer uns daran, das kommende Sportfest mit Spieleturnier für die neunten und zehnten Klassen zu planen. Bald wurden wir aber von einem Schüler der ebenfalls in der Sportschule gastierenden Klasse einer Steinhagener Realschule unterbrochen, der mit seinen Freunden gerne gegen uns Fußball spielen wollte.

Also zogen wir uns schnell alle um und machten uns auf den Weg in die Halle, wo wir die gegnerische Mannschaft relativ schnell abzogen. Auch in Basketball und Handball hatten die Realschüler keine Chance gegen uns.

Ziemlich erledigt vom langen Tag fielen wir schnell ins Bett (das ist zumindest das, was Herr Klöpping glaubt ;-)). In Wahrheit redeten wir noch einige Stunden (okay, Stunden ist übertrieben) mit den Iren (die U17-Nationalmannschaft von Irland war auch da) in furchtbar schlechtem Englisch über etwas speziellere Themen.

Am Donnerstagmorgen ging es nach dem Frühstück direkt in die Halle. Dort begannen wir mit einem Kondition-Parcours, der mit einem Mensch-ärgere-dich-nicht-Spiel verbunden war. Dieser Parcours wurde dann direkt umgebaut, sodass wir uns danach mit Koordination beschäftigen konnten. Dies passierte in Form eines Pyramiden-Turniers, man konnte jeweils den Höherplatzierten herausfordern und gegen ihn eine Koordinationsübung machen.

In der Mittagspause nach dem Mittagessen beschäftigten wir uns dann alle mit unserer „Hausaufgabe“, dem Erstellen einer eigenen Sportstunde. Diese wurden dann als eine Art „Test“ eingesammelt, den aber jeder locker bestand.

Den restlichen Tag hatten wir noch etwas Theorie, in der wir unter anderem eigene Spiele entwickelten (und diese auch ausprobierten) und etwas über Sportverletzungen lernten.

Als Abschluss des Tages gingen wir noch in die Halle, wo wir Speedball (ähnlich wie Hockey; das Spiel mit den „Wattestäbchen“ oder „Klobürsten“) spielten und sich mal wieder einige (Fußballer) über die ach so brutalen Handballer beschwerten (werde ich parteiisch?!^^).

Nach dem Duschen saßen wir noch in der Eingangshalle zusammen mit den Iren, machten Fotos, tauschten Handynummern.

Am Freitag mussten wir schon um neun Uhr unsere Zimmer verlassen, und so trafen wir uns nur noch im Gruppenraum. Beim Frühstück und kurz vor der Abfahrt sahen wir dann auch noch die Fußballmannschaft der ersten Bundesliga von Energie Cottbus, die sich in Kaiserau

auf ihr Spiel in Dortmund vorbereiteten. Nach Verabschiedung von unserem doch sehr netten Lehrgangleiter Sascha ging es dann zurück nach Hause.

Zum Schluss bleibt nur noch zu sagen: Es war mega geil. Trotz Theorie-Einheiten und keiner Currywurst zum Mittagessen am Donnerstag war der Lehrgang einfach nur toll. Alle, die sich in der Zeit in der Schule gequält haben, haben wirklich etwas verpasst. Wir haben uns innerhalb der Gruppe super gut verstanden und haben viel Spaß gehabt (kleine exhibitionistische Einlagen der Iren trugen natürlich dazu bei). Beim nächsten Lehrgang sollte es heißen: Schnell anmelden und genauso tolle Tage verbringen wie wir!

Mit dabei waren:

Gerrit Pape(9a), Marisa Eberhardt, Judith Struck, Meikel Reilender, Peter Wallbaum, Jan Weinfurtner, Jens Winkelmann(alle 9c), Lina Kühne, Hedy Granzow(beide (9d), Lennart Swoboda, Louisa Hasse, Ann-Cathrin Müller(alle 10a), Jana Jerosch, Sandra Horn, Inken Flörkemeier, Carolin Andresen(alle 10d), Alena Dörksen, Lena Lux, Antonin Salice-Stephan(alle 11), Jan-Philipp Klein(10b HS).

Jana Jerosch, 10b