

Sie haben Lust aufs Ehrenamt

20 Jugendliche lassen sich in Lüneburg zu Sportassistenten ausbilden, um nun ihre Sportvereine zu unterstützen

VON KATHRIN BENSEMANN

Lüneburg. Frederik Heisinger ist Sportler durch und durch. Beim MTV Amelinghausen macht er Leichtathletik und spielt dort Basketball. Die Gruppe wird von seinen Eltern trainiert – und ab sofort darf der 13-Jährige die beiden nun offiziell als Sportassistent unterstützen. Heißt: Anleitung von Spielen übernehmen, Teile der Trainings in Eigenregie gestalten und kleine Gruppen betreuen. „Auch beim Kinderturnen des MTV könnte ich mir in Zukunft vorstellen, den Übungsleitern zu helfen“, sagt Frederik motiviert.

Lehrgang war schnell komplett ausgebucht

Er ist einer von 20 Jugendlichen, die vier Tage ihrer Sommerferien opferten und sich in Lüneburg im Sportsassistenten-Lehrgang in Theorie und Praxis ausbilden ließen. Damit war der Kurs ausgebucht. „Wir freuen uns riesig, dass so viele Interesse daran haben, sich ehrenamtlich für ihren Verein im Kinder- und Jugendbereich zu engagieren und dafür das Zertifikat bekommen möchten“, meint Referentin Melina Glor von der Sportjugend des Kreissportbundes Lüneburg, die die Ausbildung ausrichtete. „Letztes Mal haben wir gerade so zwölf Jugendliche zusammenbekommen.“

AUSBILDUNG ALS EINSTIEG INS EHRENAMT

Ab 13 Jahren kann man mitmachen

Assistentinnen und Assistenten im Sport unterstützen Übungsleiterinnen und Übungsleiter bei der Planung und Durchführung von Übungsstunden. Die Ausbildung ist für Jugendliche der Einstieg ins Ehrenamt und für 13- bis 15-Jährige gedacht, die sich im Verein engagieren möchten. Voraussetzung ist die Mitgliedschaft in einem Sport-

verein, der auch die 50 Euro Kursgebühr in der Regel übernimmt. Die Ausbildung umfasst 32 Lerneinheiten, von denen 15 für die Übungsleiter-C-Lizenz angerechnet werden können, mit der man im Alter von 16 Jahren beginnen kann. 2024 findet die Sportassistenten-Ausbildung der Sportjugend über vier Tage in den Herbstferien statt, dann allerdings in Uelzen.



Neben einem prallen Programm aus Theorie und Praxis ließen die Referentinnen Larissa Wozny (vorne v.l.), Daria Töllner und Melina Glor auch viel Raum für Spiel und Spaß bei der Sportassistenten-Ausbildung. Das kam gut an.

Foto: phs

Ausbildungsorte waren wetterbedingt die Sporthalle in Oedeme und beim MTV Treubund, übernachtet wurde in der Lüneburger Jugendherberge – obwohl viele Teilnehmer um die Ecke wohnen. „Die Idee ist, dass sie während der Ausbildung selbst erleben, wie es ist, vier Tage ununterbrochen in einer Gruppe zu sein, wie eine Gruppe tickt und funktioniert“, erklärt Melina Glor. Zudem lernten sie sich so noch besser kennen – beste Voraussetzung für den Lehrgang.

Das Programm war prall gefüllt. Unter anderem bekamen die Jugendlichen Ideen und Tipps für die Organisation einer Trainingsstunde an die Hand, testeten dafür selbst verschiede-

ne Spiele und lernten, wie man sie kindgerecht erklärt. Für Judith Staßen (15), die beim SV Ilmenau bereits eine Übungsleiterin beim Fit Mix für Kinder ab Klasse 5 unterstützt, passte das thematisch perfekt: „Ich brauchte noch mehr Sicherheit für das Planen von Einheiten.“

Rollenspiele helfen, Körpersprache zu lesen

Außerdem übten die Referentinnen Daria Töllner, Larissa Wozny und Melina Glor mit den angehenden Sportassistenten, selbstbewusst vor einer Gruppe aufzutreten und Körpersprache zu lesen. Sprich: Zu erkennen, wie sich ihr Gegenüber in bestimmten Situationen fühlt, und

damit angemessen umzugehen. „Wir sind unterschiedlichste Emotionen in Rollenspielen durchgegangen, so, wie es einem in jeder Sportstunde begünstigen kann“, so Melina Glor.

Doch nicht nur mit Emotionen von Kindern und Jugendlichen werden die jungen Ehrenamtlichen es in Zukunft zu tun haben, das hat Bashar Almariri bereits in einer ungeschönen Situation erfahren. Der 15-Jährige engagiert sich seit mehr als einem Jahr beim Sportangebot „Turnen – Sport und Spaß“ des TuS Reppenstedt: „Neulich war ich allein mit der Gruppe, und Eltern, die vom Rand zuschauten, hat etwas nicht gefallen, und sie haben sich eingemischt. Das hat

mich verunsichert.“ Für die Zukunft hat er nun das nötige Handwerkszeug für solche Ausnahmesituationen an der Hand.

Auch mit Gefahren und Risiken im Sport befasste sich die Gruppe. „Kein Schmuck beim Sport, Schnürsenkel zumachen, Kaugummi raus, Vorsicht und Umsicht beim Aufbau von Matten und Geräten, Türen der Gerätrräume immer schließen“, fassen die Jugendlichen die Basics fix zusammen.

Nächster Schritt ist die C-Lizenz

Sowohl für Bashar Almariri als auch für Mona Süberling (15) vom TSV Gellersen ist die Sportassistenten-Ausbildung ein Etappenziel. Beide wollen, sobald sie 16 Jahre alt sind, die C-Lizenz in Angriff nehmen, um ganz in Eigenverantwortung Sportangebote anbieten zu können. Bashar möchte eine Gruppe für Ballsportarten anbieten. Mona leitet zwar bereits mit eigenem Programm einen Rope-Skipping-Kurs für Sechs- bis Zehnjährige, „aber es muss zurzeit immer ein Elternteil dabei sein.“ Bestens gewappnet ist sie nach den vier Tagen. „Mein Wunsch war, durch die Ausbildung noch selbstbe-



Mona Süberling will auch die C-



Bashar Almariri