

## Ausgebildete Sporthelfer/-innen I und II am St. Wolfhelm

Freitag vor den Herbstferien ging es schon um 16.30 los. Mit insgesamt 20 Sportlern zwischen 13 und 17 Jahren haben wir uns in der Sportschule Hinsbeck getroffen, um die nächsten 7 Tage gemeinsam am **Lehrgang vom Landessportbund zum Sporthelfer/-in I und II teilzunehmen**. Nachdem wir unsere Häuser (2 für die Mädels, 1 Männerhaus) bezogen haben, ein bisschen zum Organisatorischen besprochen wurde und wir gemeinsam zu Abend gegessen hatten, stand der Programmpunkt: „Wohlfühlen in der Gruppe – Bewegtes Kennenlernen und Infos zur Ausbildung“ auf dem Plan. Im Vorfeld hatten wir bereits eine 10-seitige Übersicht zum Ablauf der Woche erhalten. Für jeden Tag gab es einen Zeitplan. Start um 8.00 mit dem Frühstück, Ende Tagesprogramm 20.30, manchmal auch 21.45. Richtig langweilig wurde es nie. Unsere beiden Ausbilder Jana und Christoph waren mega nett und haben das super gemacht. Neben vielen Theorieeinheiten, in denen wir auf FlipCharts und in Teams festgehalten haben, was wir z.B. zu Gesundheit, Sicherheit, Rettungskette, koordinativen und konditionellen Fähigkeiten oder auch zu Gefahren im Sport erarbeitet haben, haben wir in der Woche auch sehr viel Sport gemacht. z.B. als wir Takeshis Castle gespielt haben. Ein Programmpunkt, der unter der Überschrift „Sicherheit in der Turnhalle“ aufgeführt war und vom sicheren Aufbau einer Gerätelandschaft über Hilfestellungen, Übungen an Geräten bis hin zum Verhalten bei Verletzungen alles thematisierte.

Warum macht man so einen Lehrgang?

Kira und Steffen, Helene, Anna, Julia, Elena, Karl und ich sind alle in Sportvereinen. DLRG, Karate, Tischtennis, Leichtathletik, Reiten, Tennis, Basketball ..... Mit der Qualifikation zum Sporthelfer/-in



können/dürfen wir in unseren Vereinen die Trainer unterstützen. In der Schule könnten wir Sportlehrer z.B. bei AG-Angeboten im Sportbereich entlasten. Auch der Förderverein findet es prima, wenn Schüler vom GSW sich entschließen an solch einem Lehrgang teilzunehmen und unterstützt dies finanziell. Habt ihr auch Interesse?

Dann könnt ihr euch z.B. über [www.ksb-viersen.de](http://www.ksb-viersen.de) informieren.

Nach dem Sporthelfer I und II kann man die Lerneinheiten anrechnen lassen, um die Ausbildung zum Übungsleiter C zu absolvieren. Auch den Juleica-Schein kann man mit der Ergänzung des erweiterten 1. Hilfe-Kurses beantragen.

Es war eine super Woche!!!!!!!!!!!!!!

Tobias, 9a