Diese Lehrveranstaltung fand an drei Tagen statt, wobei an zwei Tagen Schwimmen und an einem Tag Eislaufen angesagt war.

Die ersten beiden Termine fanden im Schwimmbad in Wiener Neustadt statt und wurden von Benjamin Schön und Philip Jung geleitet. Wir begannen mit einer kleinen theoretischen Einführung, in der die Vortragenden uns schon zu Beginn nahe legten, dass Schwimmen eine ausgezeichnete Sportart ist bei der ganze Körper geschult wird. Auch wenn ihnen bewusst ist, das es ein erhöhtes Risiko für die Pädagoginnen und Pädagogen ist, befürworten sie den Besuch des Schwimmbads mit Kindergruppen. Das zeigten sie dann auch bei den praktischen Einheiten. Ich selber bin auch der Meinung, dass Schwimmen super ist und wir waren schon sehr oft mit Kindern im Schwimmbad und es gab noch nie Probleme, weil wir im Vorfeld alle Risikofaktoren beachteten und geeignete Vorkehrungen trafen.

Im der praktische Teil war in drei grobe Bereiche eingeteilt. Nämlich der spielerische Zugang zum Schwimmen, Schwimmübungen fürs Kraulen und die Absolvierung des Helfer Scheins. Die Vortragenden erwähnten auch, dass man schon beim Abduschen erkennen kann ob ein Kind wasserscheu ist oder ob es sich wohl fühlt.

Beim spielerischen Zugang, zeigten sie uns einige Basisübungen die man mit den Kindern machen kann , damit sich diese an das Wasser gewöhnen. Eine solche Übung war, schwimmende Objekte nur mit der Puste über das Wasser bewegen.

Ein kleines Spiel, welches wir spielten war „Marco Polo“ bei dem gibt es einen Fänger, der mit geschlossenen Augen umher schwimmt und immer „Marco“ ruft. Alle anderen Teilnehmer die gerade über Wasser sind müssen dann mit „Polo“ antworten und der Fänger muss versuchen wen anderen zu fangen. Dieses Spiel war sehr interessant, weil es eine neue Erfahrung war mit geschlossenen Augen zu schwimmen.

Das Spiel, das mir am besten gefiel war Wasserball in Dreier-Teams. Dazu wurden drei Spielfelder abgegrenzt und Tore aufgestellt und jedes Team spielte gegen jedes andere Team. Wer am meisten Tore machte war der Sieger. Bei diesem Spiel konnte man gut beobachten, dass wir bei unseren Teilnehmern viele verschiedene Könnens stufen an Schwimmern hatten.

Der Teil wo wir Schwimmübungen fürs Kraulen machten interessierte mich am meisten. Ich war in meiner Jugend Teilnehmer bei Schwimmlandesmeisterschaften, aber die Übungen die wir dort gezeigt bekamen halfen mir sehr meinen Schwimmstil zu verfeinern. Vor allem, dass die Teilnehmer die nicht ins Wasser gingen das filmten und uns anschließend zeigten brachte sehr viel, weil ich dadurch meine eigenen Fehler sah und darauf reagieren konnte.

Die Absolvierung des Helfer-Scheins war für mich überhaupt kein Problem, weil ich diesen bereits in der Hauptschule schon absolvierte aber nochmal auffrischen wollte. Das Transportieren einer anderen Person war aber dann doch eine Herausforderung weil ich mich in dem kalten Wasser nicht sehr wohl fühlte. Mich faszinierte aber, dass alle die mitmachten mit voller Energie und Mühe dabei waren.

Die Eislaufeinheit fand in der Eishalle Ternitz statt und wurde von Herrn Kirsteuer geleitet.

Sobald ich auf den Eislaufschuhen stand, wurde mir wieder bewusst wie super das ist und wie viel Freude mir Schlittschuhlaufen bereitet.

Der Kurs war sehr einsteigerfreundlich Aufgebaut und wir begannen mit Basisübungen wie gleiten, bremsen und Kurven fahren. Das hat mir sehr gut gefallen, weil so sah ich wie man den Kindern am besten Eislaufen beibringt. Bei den fortgeschrittenen Techniken wie Übersteigen und Rückwärtsfahren achtete ich darauf, dass ich diese so durchführe, dass ich mich selber weiterentwickle. Das löste ich dadurch, dass ich diese Übungen so gut wie möglich mit meinem schlechten Fuß machte und dies half mir sehr.

Wir machten zwischendurch auch ein paar Spielchen. Zuerst fingen wir mit ein paar Staffelläufen an, wo wir die gelernten Techniken gleich ausprobierten. Dabei war lustig zu beobachten, wie viel Energie die Teilnehmer die auch nicht so gut Eislaufen konnten, bei der spielerischen Herangehensweise freisetzten. Zum Abschluss spielten wir noch „Fußball“ mit dem Puck. Dabei entwickelten sich auch wieder einige spannende Dynamiken.

Diese zwei Kurse für Schwimmen und Eislaufen haben mir sehr gefallen weil mir diese Sportarten sehr am Herzen liegen. Weiters konnten meine Ängste beim Schwimmen beseitigt werden und ich habe wieder neue Techniken beim Eislaufen gelernt.