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, dass 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.

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 im Wasser wohl fühlt.

Beim spielerischen Zugang zeigten uns die Leiter 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“. Dabei 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 jemanden zu fangen. Dieses Spiel war sehr interessant, weil es für mich 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 am Ende der Sieger. Bei diesem Spiel konnte man gut beobachten, dass wir unter unseren Teilnehmern viele verschiedene Könnensstufen an Schwimmern hatten.

Der Teil, wo wir Schwimmübungen fürs Kraulen machten, interessierte mich auch sehr ~~viel~~ stark. 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 die Aufnahmen zeigten brachte mir 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~~ absolviert hatte 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 und der Tag schon vorher sehr anstrengend war. 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 ich dabei sah, wie man den Kindern am besten Eislaufen beibringen kann. Bei den fortgeschrittenen Techniken wie Übersteigen und Rückwärtsfahren achtete ich darauf, dass ich diese so durchführe, dass ich mich selber weiterentwickle. Das löste ich, imdem ich diese Übungen so gut wie möglich mit meinem schlechten Fuß durchführte und ich merkte in dieser kurzen Zeit eine Steigerung meiner Fähigkeiten.

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 und ich bemerkte, dass bei diesem Spiel ganz andere Fähigkeiten notwendig sind als beim normalen Eislaufen.

Diese zwei Kurse für Schwimmen und Eislaufen haben mir sehr gefallen, weil mir diese Sportarten sehr am Herzen liegen und die Vortragenden die Einheiten sehr lebhaft und mit Freude gestalteten. Weiters konnten meine Ängste beim Schwimmen beseitigt werden und ich habe wieder neue Techniken beim Eislaufen gelernt.

☺