

Transkript Podcast Freiwilliges Soziale Jahr (FSJ)

Moderator:

Hallo und herzlich Willkommen zum Podcast „Fit fürs Leben“ aus dem Fachbereich Gesundheitsamt für die Stadt und den Landkreis Göttingen. Mein Name ist Sascha Prinz und in dieser Folge sprechen wir über das Freiwillige Soziale Jahr im Projekt „Fit fürs Leben“. Das Projekt „Fit fürs Leben - guter Schulstart durch frühe Prävention in Stadt und Landkreis Göttingen“ wurde mit dem Ziel ins Leben gerufen, allen Kindern möglichst die gleichen Startchancen für den Schuleintritt zu gewähren. Ein guter Schuleintritt erreicht das Projekt durch ein gezieltes Unterstützungsangebot an Präventionsmaßnahmen in den Bereichen Sport und Bewegungsförderung, psychische Gesundheit, gesunde Ernährung und Medienkompetenz. Hierfür kooperiert das Projekt mit 16 Kindertagesstätten im Stadtgebiet und im Landkreis Göttingen. Für die sportliche Unterstützung in den teilnehmenden Kindertagesstätten sucht das Projekt ab September eine FSJlerin oder einen FSJler im Sport. Um euch einen Einblick in diese Tätigkeit zu verschaffen, spreche ich heute mit Marie Robitsch. Sie ist ehemalige FSJlerin vom Projekt und kennt sich dadurch sehr gut aus. Hallo Marie, schön, dass du heute da bist und mit uns über dein Freiwilliges Soziales Jahr sprichst. Magst uns vielleicht kurz erzählen, was deine Aufgaben im Projekt waren?

FSJlerin:

Hallo, schön, dass ich da sein darf. Größtenteils habe ich Bewegungseinheiten vorbereitet und in den Kitas durchgeführt, hierzu zählt auch die Abnahme des Mini Sport Abzeichens. Das Mini Sportabzeichen besteht aus 6 Stationen, bei denen die Kinder spielerisch die Grundfähigkeiten wie zum Beispiel werfen, balancieren und laufen üben und nach mehrmaligem Üben an unterschiedlichen Tagen wird ein Parcours aufgebaut, in dem alle Grundfähigkeiten enthalten sind. Nachdem alle Kinder den Parcours durchlaufen haben, gibt es ein kleines Fest und jedes Kind erhält das Mini Sportabzeichen. Außerdem habe ich am Bürotagen die Projektkoordinatorinnen bei der Organisation unterstützt. Hier sind unterschiedliche Tätigkeiten angefallen, wie zum Beispiel das Gestalten von Urkunden oder Gutscheinen für die Kinder oder auch das Erstellen von Posts für unsere Instagram Seite. Zum Abschluss meines FSJ fand ein großes Fest in einer Kita statt. Dafür habe ich die Planungen, Organisation und Durchführung übernommen.

Moderator:

Das hört sich ja sehr abwechslungsreich an. Es gibt noch mehr. Ein weiterer Kernbereich des FSJ ist auch die Ausbildung zur Trainer C Lizenz. Die Trainer C Lizenz ist eine anerkannte Fortbildung, die sich an angehende Trainer und Trainerinnen richtet. Wie ist der Grundstein für die Arbeit als Übungsleitende, Jugendleitende und Trainingsassistenten und Assistentinnen? Marie erzähl uns doch mal bitte davon, wie das Ganze abläuft.

FSJlerin:

Die Trainer C Lizenz besteht aus 3 Präsenz Seminaren und aus circa 40 online Aufgaben. Bei den Seminaren und Aufgaben wird man theoretisch und praktisch auf die Übungsstunden vorbereitet, man lernt viel über die Gestaltung von Trainingsprozessen, wie man Gruppen sicher leitet und über Themen wie Jugendschutzgesetz, Rechte und Pflichten und welche Aufgaben und Werte als Übungsleitende wichtig sind und noch vieles mehr.

Moderator:

Von all diesen Sachen, was habt dir denn am meisten Spaß im FSJ gemacht?

FSJlerin:

Mir hat am meisten Spaß gemacht zu sehen, wieviel Spaß die Kinder am Sport und an der Bewegung haben. Das Vorbereiten auf das Mini Sportabzeichen und die Durchführung hat mir gut gefallen, weil sich die Kinder richtig auf die Abnahme gefreut haben und mit richtig viel Power dabei waren und es war schön zu sehen, wie stolz die Kinder am Ende der Abnahme waren, dass sie das Abzeichen geschafft haben. Und die Kinder gehen dann mit einer Urkunde, einem Aufbügler und mit einem Strahlen aus der Halle.

Moderator:

Warum würdest du nun anderen Jugendlichen ein FSJ im Projekt „Fit fürs Leben“ empfehlen?

FSJlerin:

Ich habe mein FSJ um ein halbes Jahr verlängert und ich denke, das sagt schon viel aus. In der Zeit habe ich viele Erfahrungen gesammelt und viele neue Leute kennengelernt und ich glaube, das hätte ich nicht alles gelernt, wenn ich direkt ne Ausbildung angefangen hätte. Aus dem FSJ nehme ich viele schöne Erinnerungen und viele Lehren mit.

Moderator:

Ja, vielen Dank für unser Gespräch. Hier nochmal Deine Tätigkeitsbereiche im FSJ kurz zusammengefasst. Zu deinen wichtigsten Aufgaben gehören das Organisieren, Planen und Durchführen von Bewegungseinheiten in den Kitas. Außerdem erhältst Du einen umfassenden Einblick in die Arbeit als Projektkoordinator/ Projektkoordinatorin. Die enthaltene Ausbildung der Trainer C Lizenz ist anerkannt und öffnet dir für deine Zukunft viele Türen. Wenn wir jetzt euer Interesse geweckt haben, dann sendet eine Bewerbung an gesundheitsamt@goettingen.de! Wir suchen euch und freuen uns auf eure Bewerbungen.