

# Mein FSJ beim Stadtsportverband Paderborn

Von Anna Wegener

## Meine Einsatzstelle

Der Stadtsportverband Paderborn (SSV) zählt momentan 48835 Mitglieder in 134 Vereinen und bildet somit die Dachorganisation der Paderborner Sportvereine. In Kooperation mit Paderborner Integrationsportvereinen, wie zum Beispiel der „TuRa Elsen“ und den „Ahorn Panthers“, werden unter anderem viele verschiedene Sportangebote für Menschen mit Einschränkungen ermöglicht und durchgeführt. Darüber hinaus unterstützt der SSV den „Förderverein Special Olympics Paderborn“, der vor allem den sportlichen Wettbewerb für Menschen mit geistiger Behinderung in den Vordergrund rückt und Special Olympics Veranstaltungen mitorganisiert.

Der geschäftsführende Vorstand besteht aus dem 1. Vorsitzenden (Mathias Hornberger) und 3 Stellvertreter\*innen (Matthias Brumby, Rasmus Jakobsmeier, Nicole Satzinger). Der erweiterte Vorstand besteht aus dem Vorsitzenden der Sportjugend (Rasmus Jakobsmeier) und seiner Stellvertreterin (Maren Schwede).

Seit 1988 wurden Zivildienstleistende und seit 2003 FSJler angestellt, die unter anderem den Inklusionssport sowohl an Schulen, als auch bei anderen Institutionen unterstützen. Ich war bereits die 47. FSJlerin, die beim Stadtsportverband Paderborn tätig war. Viele der ehemaligen FSJler engagieren sich auch nach ihrem Freiwilligendienst weiter ehrenamtlich beim SSV, zum Beispiel als Übungsleitung oder sogar im Vorstand. So auch Matthias Brumby. Er ist Integrations- und Inklusionsbeauftragter und mittlerweile seit 30 Jahren beim SSV tätig. Außerdem unterstützt er die FSJler als Ansprechpartner bei Fragen, Problemen oder Anregungen.

## Warum ich mich für ein FSJ beim Stadtsportverband entschieden habe

Da mich der Sport schon immer am meisten interessiert hat, konnte ich mir nur schwer vorstellen, in einen anderen Bereich zu gehen. Eigentlich war ein FSJ bei mir auch nie geplant, bis ich auf die Internetseite des Stadtsportverbandes gestoßen bin, auf der das FSJ vorgestellt wird. Obwohl ich vorher noch keine Erfahrungen im Umgang mit Menschen mit Beeinträchtigung hatte, habe ich mich nach kurzem Überlegen beim SSV beworben. Direkt am nächsten Tag bekam ich eine Antwort und durfte die Sportgruppe von Matthias Brumby in der Sporthalle der Gesamtschule Elsen besuchen, um einen Einblick zu bekommen, was mich in dem Jahr erwarten würde.

Bevor ich zu der Sportgruppe gefahren bin, war ich ein wenig aufgeregt, weil ich nicht genau wusste, wie ich mich verhalten soll. Die Aufregung legte sich aber direkt, als ich dort ankam. Sofort wurde ich herzlich empfangen und die Teilnehmer\*innen haben sich sehr über meinen Besuch gefreut. Zu Beginn der Stunde erklärte mir Matthias einiges über die Sportler\*innen, den Dienstplan und darüber, was mich im kommenden Jahr erwarten würde. Nachdem ich mir die Dienstagssportgruppe anschaute, hatte ich die Möglichkeit, mir einen ganzen Tag lang weitere Gruppen anzuschauen. Nach diesem Tag war ich mir dann wirklich sicher, dass ich die Stelle gerne annehmen möchte.

## Meine Aufgaben als FSJlerin

Bevor ich alleine angefangen habe zu arbeiten, wurde ich eine Woche lang von Maren Schwede, die ebenfalls vor einigen Jahren ihr FSJ beim SSV gemacht hat, begleitet und eingearbeitet. Meine Angst eventuell ins kalte Wasser geschmissen werden zu können, hat sich somit überhaupt nicht bestätigt. Maren erklärte mir was ich zu beachten habe und gab mir zum Beispiel sehr hilfreiche Tipps zu einzelnen Teilnehmer\*innen der Sportgruppen.

Ab der zweiten Woche konnte ich dann alleine fahren. Unter anderem dafür wird dem FSJler ein Auto zur Verfügung gestellt, was bei den durchschnittlich 30-40 gefahrenen Kilometern am Tag sehr hilfreich ist.

Der Hauptteil meiner Arbeit bestand darin, die Übungsleitungen bei ihren verschiedenen Sportgruppen zu unterstützen. Ich war in ganz unterschiedlichen Rehasportgruppen tätig. Von Schwimmgruppen über Tanzgruppen zu Rollstuhl-sportgruppen war alles dabei. Am häufigsten war ich dafür in den Caritas Schlosswerkstätten am Merschweg. Aber auch am Biberweg und im Ahorn-Sportpark, sowie in den Schwimmbädern in Elsen und Schloß Neuhaus war ich tätig.

Zusätzlich dazu hatte ich vier eigene AGs, die sogenannten „Bewegungskompass-Gruppen (Beko)“, für die ich an verschiedene Grundschulen in Paderborn gefahren bin. Dort habe ich dann versucht, jeweils 15-20 etwas weniger leistungsstarke Kinder sportlich zu fördern, beispielsweise mithilfe von Bewegungsspielen.

Neben den sportlichen Aufgaben, hatte ich außerdem einige kleinere Bürotätigkeiten zu erledigen. Jeden Donnerstag bin ich dafür in die Geschäftsstelle gefahren und habe dort bei der Planung von Veranstaltungen geholfen oder andere Aufgaben, wie zum Beispiel das Schreiben von Presseartikeln, übernommen.

Mehrere Highlights meines FSJs waren auf jeden Fall die verschiedenen Veranstaltungen, die dieses Jahr zum Glück alle wieder wie gewohnt stattfinden konnten. Gleich in der zweiten Woche meines FSJs durfte ich an der Fahrt nach Bonn zu den Special Olympics Landesspielen teilnehmen. Das war zwar ein wenig stressig, allerdings auch ein sehr guter Weg, um die verschiedenen Sportler kennenzulernen.



Nachdem ich bei dem Sportjugend-Stand beim Weltkindertag in der Stadt mitgeholfen habe, stand im Herbst als nächstes bereits das große Integrative Sportfest „Together in Motion“ an. Dieses findet jährlich in der Masperrnhalle statt und ist eine Veranstaltung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Behinderung. Dort beteiligen sich mehr als 20 Sportvereine und Institutionen für einen erfolgreichen gemeinsamen Sporttag. Neben der Planung des Mitmachprogramms und des Showteils, wird immer viel Werbung in ganz Paderborn gemacht. Diese Aufgabe habe ich übernommen, indem ich Flyer und Plakate verteilt habe.

Viel Zeit zum Verschnaufen war nach dem Integrativen Sportfest jedoch nicht, da wir direkt mit der Planung des bekannten Sportlerballs im Januar weitermachen mussten. Dabei half ich zum Beispiel beim Kartenverkauf, den Einladungen der Ehrengäste und vielen anderen Kleinigkeiten.

Anfang April fand dann der Osterlauf wieder statt. Auch dabei wurde meine Hilfe benötigt. Zusammen mit Michael Tack habe ich mich um die Läufer\*innen mit geistiger Behinderung gekümmert und ihnen ihre Startnummern verteilt.



Kurz vor dem Ende meines FSJs warteten noch zwei große Veranstaltungen auf mich: Der 18. Tag des Paderborner Sports und das Inklusive Sportfest.

Für den Tag des Sports holte ich beispielsweise Werbebanner und Tombolagewinne ab und unterstützte am Tag selbst bei dem SSV-Stand und der Musik für den Showteil.

Das Inklusive Sportfest „Win together“ fand dieses Jahr im Rahmen des „Host Town Programs“ zu den „Special Olympics World Games Berlin 2023“ statt. Es findet jährlich in der Sporthalle am Merschweg in Schloß Neuhaus statt und bietet allen Sportinteressierten mit und ohne Behinderung die Möglichkeit, sich an ungefähr 15 Stationen gemeinsam sportlich zu betätigen.



Die Verantwortung für die Organisation und Durchführung des Sportfests übernahm ich komplett eigenständig, da das Sportfest mein Projekt war.

Während des FSJs hatte ich die Möglichkeit, auch in andere Bereiche meiner Einsatzstelle einen Einblick zu bekommen. Ich konnte beispielsweise an Mitgliederversammlungen teilnehmen und den Sportlerball besuchen.

Der Stadtverband bietet einem zusätzlich die Gelegenheit, zum Beispiel an einem Fahrsicherheitstraining beim ADAC und einem Erste-Hilfe-Kurs teilzunehmen oder auch den DLRG-Rettungsschwimmerschein und verschiedene Übungsleiterscheine zu erwerben.

### Mein Tagesablauf

Mein Tag begann immer unterschiedlich, entweder um 8:00 Uhr, 8:15 Uhr oder 8:30 Uhr. Freitags hatte ich Glück und konnte ausschlafen, weil ich erst um 12:30 Uhr anfangen musste zu arbeiten. Eins war jedoch jeden Morgen sicher: Ich wusste nie, was mich in den unterschiedlichen Gruppen erwarten und was wieder für lustige Dinge passieren würden.

Die meiste Zeit war ich am Merschweg. Die Menschen dort gewöhnen sich schnell an einen, was mich persönlich total gefreut hat. Sobald ich die Werkstatt betreten habe, wurde ich schon von Weitem fröhlich begrüßt und ich bekam direkt noch bessere Laune.

Jede Sportgruppe ist unterschiedlich. In einigen Gruppen wurde meine Hilfe mehr benötigt, in anderen weniger. Mit ein paar Gruppen sind wir oft spazieren gegangen, mit anderen konnten wir

sogar richtig Basketball oder Handball spielen. Genauso wichtig wie die Bewegung, ist allerdings auch die Feinmotorik, mit der viele Sportler\*innen Probleme haben. Beim Üben solcher Dinge war meine Hilfe dann zum Beispiel mehr gefragt.

Donnerstags habe ich die Sportler\*innen für die Schwimmgruppe immer am Merschweg abgeholt und bin dann mit ihnen durch den Schlosspark zum Residenzbad gelaufen. Die FSJler haben die Möglichkeit in den Schwimmgruppen selbst mit ins Wasser zu gehen, was mir immer sehr viel Spaß gemacht hat.

Jeden Mittwoch war ich im Ahorn-Sportpark bei einer Rollstuhlsportgruppe. Dort sitzen dann selbst diejenigen im Rollstuhl, die normalerweise nicht unbedingt einen bräuchten. Das Rollstuhlfahren war am Anfang gar nicht so einfach für mich, aber die Teilnehmer\*innen und Übungsleitungen haben mir kleine Tricks gezeigt, mit denen ich dann schließlich immer sicherer geworden bin.

### Seminare, Bildungstage & das Projekt

Zum FSJ gehören drei Seminare (Einführungs-, Zwischen- und Abschlusssseminar), Bildungstage und ein selbsterarbeitetes und durchgeführtes Projekt, um das FSJ anerkannt zu bekommen.

Die Seminare werden vom KreisSportBund Paderborn (KSB) organisiert und finden im Sportzentrum in Hachen statt. Dort wird alles rund um unser FSJ und die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen thematisiert. Viele verschiedene sportliche Aktivitäten dürfen dabei natürlich auch nicht fehlen. Auf den Seminaren hatte ich immer eine Menge Spaß und habe viele tolle Leute kennengelernt und Freundschaften geschlossen.



In das Einführungsseminar wird das Basismodul für den Übungsleiter C-Schein integriert, sodass ich danach in den Herbstferien direkt das Aufbaumodul absolvieren konnte. Dadurch hatte ich meine vorgeschriebene Anzahl an Bildungstagen sogar schon fast erreicht.

Das eigenständig erarbeitete Projekt ist eine zusätzliche Arbeit, die jeder FSJler erbringen muss. Das Projekt muss dann beim letzten Seminar, dem Abschlusssseminar, kurz vorgestellt werden. Mein Projekt war die Organisation und Durchführung des Inklusiven Sportfests im Rahmen des Host Town Programs zu den Special Olympics World Games Berlin 2023. Dabei wurde ich sehr gut von meiner Einsatzstelle unterstützt.



## Was ich durch mein FSJ gelernt habe

In erster Linie hat sich mein Studienwunsch der Angewandten Sportwissenschaft entwickelt. Ich habe festgestellt, dass es mir extrem viel Spaß macht im Sportbereich zu arbeiten und ich mir keinen anderen beruflichen Weg für meine Zukunft vorstellen kann. Abgesehen davon bin ich eigenständiger geworden, da ich in meinem FSJ sehr selbstständig handeln musste. Ich habe gelernt, selbstbewusst Entscheidungen zu treffen und auf neue Situationen offen zuzugehen. Durch die Seminare habe ich viele neue Freunde gefunden und über den Stadtsportverband viele Kontakte knüpfen dürfen, die für meine Zukunft sicherlich wichtig sein werden.

Ich möchte mich beim Stadtsportverband, den Übungsleitungen und allen dazugehörigen Personen für das tolle Jahr bedanken und freue mich sehr darauf, euch auch weiterhin unterstützen zu können. Ich hatte sehr viel Spaß!

