



Bei seinem FSJ trainiert Niclas Oßmann Jugendliche im Handball und erhält eine Qualifikation als Übungsleiter.

Knallhartes Training mit sozialem Background

Niclas Oßmann absolviert ein FSJ im Sport bei der Handballakademie Bayern e.V.

„Die hier sind fleißig“, sagt Niclas Oßmann und schaut auf seine Schützlinge. Wie jeden Nachmittag trainiert er Kinder im Handball. Heute an der Implerschule sind es Jungs aus der Mittelschule im Alter von elf bis 13 Jahren. Vormittags hat der 18-Jährige aus Sauerlach im Rahmen seines Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) im Büro der Handballakademie in der Friedrichstraße an einer Kampagne gearbeitet, die Jugendlichen einen verantwortungsbewussten Umgang mit dem Smartphone vermitteln soll. „Ein guter Mix“, findet Niclas.

In der Turnhalle wird gedribbelt und gelaufen, immer wieder spielt man sich unter lauten Rufen lange Pässe zu. „Die Jungs von der Mittelschule sind hochmotiviert und mit Feuereifer dabei“, lobt Niclas. Er spielt selbst seit Jahren Handball und kümmert sich seit September Tag für Tag um den sportlichen Nachwuchs. Mit Kindern hat er bereits Erfahrung. „In der Schule habe ich ein Praktikum im Kindergarten

gemacht“, erzählt er. Der Grund: Niclas möchte Medizin studieren – und sich später vielleicht einmal auf Kindermedizin spezialisieren.

Als Alternative komme außerdem Sportmedizin in Frage, erklärt er. Doch einen Studienplatz in Medizin zu bekommen ist nicht so einfach – und schon gar nicht sofort nach dem Abi. Deshalb habe er ursprünglich geplant, nach dem Schulabschluss erst einmal ins Ausland zu gehen, berichtet Niclas.

Über seine sportliche Aktivität als Handballer habe sich dann aber eine interessantere Alternative ergeben: „Durch die Handballakademie Bayern habe ich vom FSJ im Sport erfahren und dann auch gleich eine Stelle bekommen.“ Der Freiwilligendienst findet montags bis freitags im Büro des Vereins und an den verschiedenen Trainingsstätten statt. An manchen Wochenenden begleitet Niclas als Trainer außerdem seine Mannschaft, die D-Jugend München Ost, zu ihren Spielen.

Tipps vom Profi

Mittelfristig sei das Ziel, in Südbayern und München eine A-Jugend Bundesligamannschaft aufzubauen, sagt Niclas: „Im Moment gibt es das nur für Nordbayern, und wir wollen vermeiden, dass alle guten Handballer dorthin abwandern.“ Unterstützt wird Niclas bei seiner Arbeit als Trainer von dem ehemaligen Handballspieler Andreas Walter. „Mit seiner Erfahrung aus der Praxis kennt Waldi unglaublich viele strategische Übungen und hat auf jede Spielsituation eine Antwort“, schwärmt Niclas.

Was Niclas am Handball besonders reizt ist außerdem die Geschwindigkeit des Spiels: „Da ist viel mehr los als beim Fußball, das ist knallharte Action.“ Auch fünf Tore Rückstand könne man schnell wieder wettmachen: „Es ist immer alles offen, das macht das ganze so spannend.“

Bei seinem FSJ bewegt Niclas jedoch nicht nur seinen Körper, sondern auch seinen Geist. Die Vormittage im Büro vermitteln ihm interessante Einblicke hinter die Kulissen eines Sportvereins. Unter anderem ist er an der Entwicklung der

Kampagne „Zeit ohne Netz“ beteiligt, die Kinder vom Smartphone wegbringen soll. Übergewicht und Haltungsschäden würden bei Kindern zunehmend zum Problem, erklärt Niclas: „Deshalb ist es wichtig, dass sie mehr Sport treiben und weniger am Handy sind.“

Die beste Zeit für soziales Engagement

Entschieden habe er sich für das FSJ auch aus sozialen Gründen, sagt Niclas. Kaum eine Phase im Leben eigne sich so gut für soziales Engagement wie die Zeit nach dem Schulabschluss: „Das ist eigentlich fast die einzige Gelegenheit, in der man so etwas machen kann.“ Andere Jugendliche könne er nur ermuntern, diese Chance zu nutzen: „Früher gab es ja den Zivildienst, so dass man sich eine Zeit lang sozial engagieren musste. Jetzt fällt das komplett weg, das finde ich schade.“ Das FSJ biete jungen Leuten jedoch eine gute Alternative, bei der sie sich freiwillig sozial engagieren könnten.

Nach seinem FSJ plant Niclas den Medizinerberuf zu absolvieren und Arzt zu werden. Die Erfahrungen, die er bei seinem sozialen Dienst gewonnen hat, dürften ihm dabei zugutekommen. Und schon jetzt steht für ihn fest: Dem Handball wird er weiterhin treu bleiben – auch als Trainer, denn sein FSJ qualifiziert ihn offiziell als Übungsleiter. Sein Plan sei, neben dem Studium aktiv zu spielen, und wenn möglich auch eine Mannschaft zu trainieren, sagt Niclas.

i

Das FSJ im Sport in Bayern – Daten und Fakten

Sportarten: Von Fußball, Handball, Basketball über Tischtennis bis hin zu Judo, Reiten oder Schach ist alles möglich.

Einsatzgebiete: Sportvereine, -verbände, Kindersportschulen und Bewegungskindergärten, Sportcamps, Kinder- und Jugendeinrichtungen, ...

Dauer: i.d.R. zwölf Monate

Wochenarbeitszeit: 38,5 Stunden

Vergütung: 300 Euro im Monat

Sozialversicherung: Wer ein FSJ absolviert, ist sozialversicherungspflichtig angestellt (Kranken-, Pflege-, Arbeitslosen-, Unfallversicherung).

Alter: Die Bewerber müssen die Vollzeitschulpflicht erfüllt haben und dürfen nicht älter als 26 Jahre alt sein.

Bewerbungszeitraum: Januar bis August

Weitere Infos zum FSJ im Sport gibt es auf der Internetseite der Bayerischen Sportjugend (BSJ) unter www.freiwilligendienste.bsj.org sowie auf der Facebook-Seite „Bayerische Sportjugend im BLSV“.

Übrigens: Die Bayerische Sportjugend bietet neben dem FSJ auch noch den Bundesfreiwilligendienst und den Bundesfreiwilligendienst mit Flüchtlingsbezug an und zählt damit zu den größten Anbietern von Freiwilligendiensten im Sport. Die BSJ ist außerdem ein Teil des Bayerischen Landes-Sportverbandes (BLSV), der über 12.000 Vereine und mehr als 4,5 Millionen Sportlerinnen und Sportler betreut (www.blsv.de).