

# **VSA-Lehrgang "Erste Schritte im Ligabereich"**

27.11.2018 18:04 von Stephan Timm

## **VSA-Lehrgang "Erste Schritte im Ligabereich"**

Wir drei Luis, Jann und Björn durften an dem VSA-Schiedsrichterlehrgang „Erste Schritte im Ligabereich“ für den BSA teilnehmen. Der Lehrgang hat auf dem Gelände des HFV in Jenfeld stattgefunden.

An dem Samstag haben sich alle Teilnehmer gegen 10 Uhr in Jenfeld eingefunden. Dieser Tag war vollgepackt mit Aktivitäten, Vorträgen und Gruppenarbeiten. Der Tag begann mit einer Regelarbeit und einem anschließenden Fitnessprogramm. Dieses fand auf dem Kunstrasen statt; wir haben Fitnessübungen für Oberkörperstabilität gemacht. Dieses war ziemlich anstrengend, so dass wir uns das Mittagessen verdient hatten.

Am Nachmittag fanden weitere Praxisübungen auf dem Platz statt, hier ging es um das Stellungsspiel, Zusammenarbeit mit Assistenten und Aussprache von persönlichen Strafen.

Anschließend haben wir eine Gruppenarbeit zum Thema Spielvor- und Nachbereitung gemacht und Vorträge zum Thema SR-Karriere – wie kann es gehen (von Tim Kossek, VSA Schiedsrichter) und Spieltaktiken – Tipps für den Umgang mit Spielsituationen angehört.

Der Abend klang mit der Sportschau und einem gemütlichem Beisammensein aus.

Nach dem wir am Sonntag die Zimmer geräumt hatten, sind wir in Gruppenarbeiten gegangen zum Thema „wann ich welche persönliche Strafe verhängen und warum“, dies haben wir anhand von Videoszenen analysiert. Die zweite Gruppenarbeit bestand draus, dass wir uns in 4/5er Gruppen zusammen getan haben und über schwere Situationen die wir schon erlebt haben, gesprochen haben. Im Anschluss haben wir uns darüber ausgetauscht, wie man diese besser bewältigen kann.

Das Wochenende schloss mit einer Feedbackrunde.

Zusammengefasst war das Wochenende ein tolles Erlebnis für alle Teilnehmer. Wir konnten uns weiter verbessern und haben neue Anregungen mitgenommen, sowie neue Kontakte zu Schiedsrichtern aus anderen Bezirken geknüpft.

Nochmals ein großes Dankschön an die Lehrgangsleitung!!! Und ein Dankeschön an den BSA, dass wir drei die Möglichkeit bekommen haben!!!

