



## **Corinna Rexin** **Gymnastik Examen 2020**

„Schon während der Ausbildung habe mich zusätzlich für den dualen Bachelorstudiengang Prävention-, Therapie- und Rehabilitationswissenschaften an der Dresden International University entschieden.“

Das erste Mal betrat ich die Anna Herrmann Schule im Sommer 2017, mein Abschluss als Gymnastiklehrerin folgte dann drei Jahre später.

Immer wieder denke ich an die tolle Schulzeit und würde gerne noch einmal einige Unterrichtseinheiten erleben.

Schon während der Ausbildung habe mich zusätzlich für den dualen Bachelorstudiengang Prävention-, Therapie- und Rehabilitationswissenschaften an der Dresden International University entschieden. Auf den erfolgreichen Titel Bachelor of Science konzentriere ich mich seit meinem Ausbildungsabschluss 2020 vollständig.

Nach meiner Ausbildung war ich in verschiedenen Bereichen und immer wieder ertappe ich mich dabei, wie ich in alltäglichen Situationen mein gelerntes Wissen anwende. Da wäre beispielsweise das Arbeiten an Maschinen. Immer wieder verändere ich meine Arbeitsbewegungen, um einseitige Belastung nicht zu provozieren. Oder wenn ich mal wieder die Beweglichkeit meiner Wirbelsäule teste (indem ich ganz besonders krumm stehe), kommt mir der aktive Stand in den Sinn, welcher auf längere Zeit doch um einiges bequemer ist. Aber auch mein

Studium regt mich immer wieder an, neue Erfahrungen in meinem Beruf zu sammeln und bringt meine Neugierde nicht zur Ermüdung.

Sehr gerne erinnere ich mich auch an die schwierigen Aufgaben zurück. Während der Ausbildung übersteigt man seine Grenzen immer wieder, entwickelt so aber seine persönlichen Kompetenzen immer weiter. Meine Schamgrenze ist quasi in jeder Stunde ein Stück weiter gesunken. Ich erinnere mich da an das „McDonald's“-Spiel, welches als Kennenlernspiel diente.

Für diejenigen, die sich darunter nichts vorstellen können, hier eine kleine Erläuterung. Der praktische Einstieg in das Spiel gestaltete sich also am zweiten Ausbildungstag wie folgt: Das Kommando „Big Mac“ ertönte und wir warfen uns mehr, als dass wir uns legten, so schnell wie möglich auf zwei noch fremde, verschwitzte Personen, nur um nicht übrig zu bleiben. Denn die Übriggebliebenen mussten sich auf die Bank stellen und ihren Namen laut vor allen anderen singen. Das war mitunter nicht immer leicht und bedurfte auch einiges an Überwindung, sich zu dem Zeitpunkt noch völlig fremden Personen auf diese Weise zu nähern, aber am Ende war es doch der beste Eisbrecher

für ein gutes Klassengefüge. Heute kann mich so etwas nicht mehr erschüttern und die neu erworbenen Kompetenzen waren schon in einigen Situationen hilfreich.

Immer wieder würde ich diese Ausbildung wählen, weil sie für jede Lebenslage schult, denn hier lernt man für das LEBEN.

Ich wünsche mir, dass unser Berufsbild samt unserer Kompetenzen an Bekanntheit gewinnt, da wir sehr breit gefächert und gut ausgebildet arbeiten. Unser Können ist daher vielseitig einsetzbar und sollte nicht unterschätzt werden.

Ich finde Empathie, Motivation und Interesse sind der Schlüssel zur erfolgreichen Arbeit. All das solltet Ihr zukünftigen Bewegungspädagogen und Bewegungspädagoginnen nutzen, um eurem Gegenüber und euch selbst der beste Wegbegleiter zu sein.