Praktikum am Colegio Humboldt in San José, Costa Rica

Vorbereitung, Organisation und Kommunikation mit der Schule vor Praktikumsbeginn

- rechtzeitig um das Visum kümmern! – es werden einige Dokumente und Apostillen verlangt
- nach Stipendien schauen – Costa Rica ist ein teures Land!
- mit Stipendium kann man ggf. nahe der Schule in einer WG leben – oder man schickt einen Steckbrief an die Schule und es melden sich Familien, bei denen man leben kann
- Universitäre Vorbereitung: LER Vorbereitungsseminar super! Das Portfolio in LER ist sehr locker gehalten und hat Spaß gemacht zu entwerfen
- in Englisch: 2 Zoom-Meetings, Selbstlernmodule während des Praktikums sind zu schaffen und teilw. schön für die eigene Reflexion
- Bildungswissenschaften: mäßig strukturierte Vorbereitung, viele Reflexionen; Gruppenarbeit die teilw. aufwendig zu koordinieren ist mit Studierenden, die (mit etwas Pech) in komplett anderen Zeitzonen sind – als Alternative dazu gibt es das SFU Seminar

Bilder: Colegio Humboldt (humboldt.ed.cr, abgerufen am 31.07.23)

- Ein hohes akademisches Niveau wird durch ein hohes Leistungsniveau erreicht.
- In unserem Schulleben steht fächerübergreifendes und relevantes Lernen im Mittelpunkt, die Neugier und der Forschergeist unserer Schüler werden gefördert.
- Das Beherrschen mehrerer Sprachen fördert die interkulturelle Begegnung und die Kommunikationsfähigkeit bei unseren Schülern.
- Unsere Erziehung ist tragenden Werten und ethischen Grundsätzen verpflichtet.

Bilder: Colegio Humboldt (humboldt.ed.cr, abgerufen am 31.07.23)

Besonderheiten des Praktikums

- gut ausgestattete Schule, in jedem Raum Smartboards (teilw. mit Beamer, teilw. interaktiv)
- nettes Kollegium, sehr hilfsbereit, freundlich, entspannt
- man erhält leider keinen Zugang zum schulinternen Moodle – möglicherweise abhängig von Mentor/innen (andere Mentor/innen geben euch vielleicht ihren Zugang oder schicken euch Inhalte)
- viele Lehrkräfte kommen zu spät zum Unterricht – die SuS demnach auch. Es ist nicht wirklich üblich, hier pünktlich zu beginnen. Aber keine Sorge, die SuS weisen dich pünktlich darauf hin, wenn der Unterricht vorbei ist ;)
- für Lehrkräfte, Angehörige von Lehrkräften und Praktikant/innen gibt es mittwochs nach dem Unterricht die “integración” – einen Spanisch-Kurs mit einer tollen Lehrerin die sich auf die Levels der “Schüler/innen” hier einstellt
- es ist sehr abhängig vom Mentor/der Mentorin, von wie vielen außerunterrichtlichen Veranstaltungen man erfährt. I.d.R kann man bei vielen Sachen einfach teilnehmen
- das Essen in der “Soda” (Mensa) kostet ca. 6,50€, ist dafür aber sehr reichhaltig. Ich habe mir zum Sparen oft die Hälfte für den nächsten Tag eingepackt und es in einer der Mikrowellen in der Schule aufgewärmt

Aufenthalt im Gastland

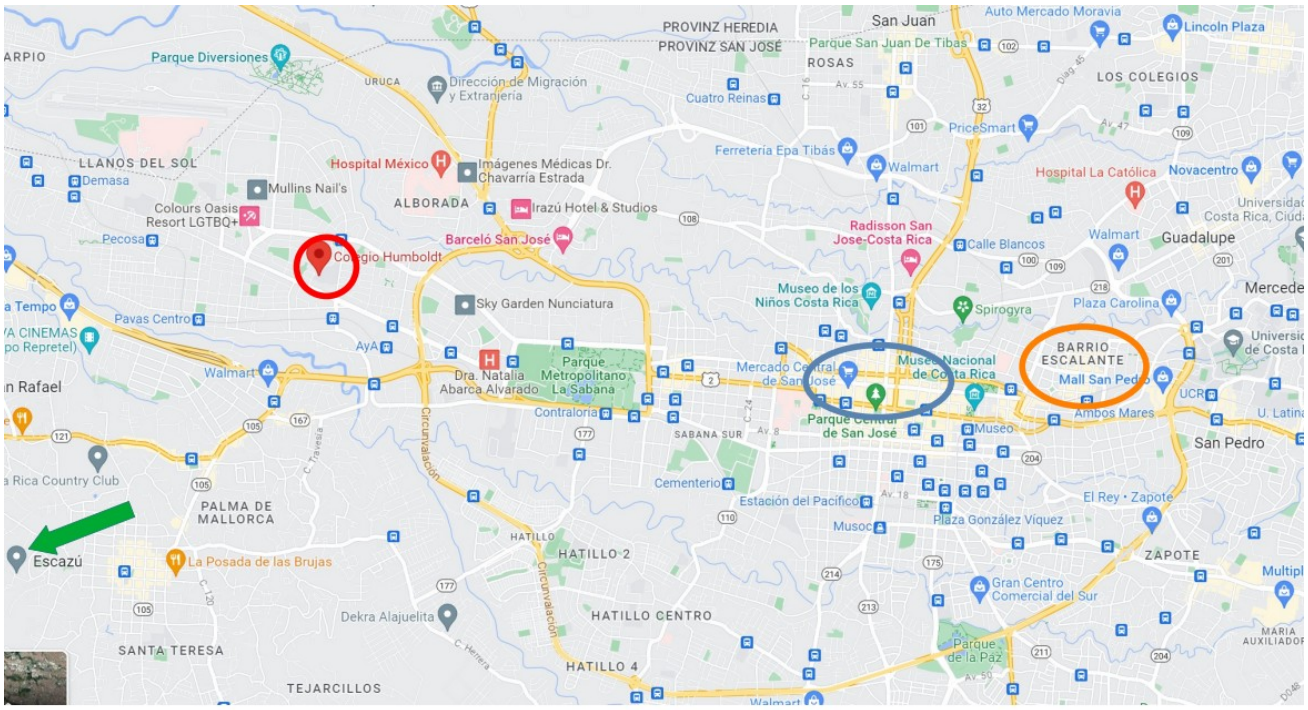
- **Sprache**: Es ist eine Lüge, dass hier in Costa Rica jede/r Englisch spricht. Man sollte ein bisschen Spanisch sprechen können, um in Läden, in Ubers, in Restaurants etc. ein bisschen kommunizieren zu können. Ansonsten ist es eine große sprachliche Erleichterung an einer deutschen Schule mit vielen deutschen Kolleg/innen zu arbeiten (ich habe auch noch zusätzlich bei einer halb deutschen Familie gelebt :D)

- **Wohnen**: in einer Familie spart man Miete, Wocheneinkäufe und ggf. Transport zur Schule. Ich habe von meinen Gasteltern den Schulbus bezahlt bekommen. Meine Familie hatte 3 Kinder, mit denen ich ab und zu gespielt oder HAs gemacht und sie etwa 3x abends ins Bett gebracht habe, weil die Eltern bei Elternabenden oder mal Essen gehen waren
- Einkaufen: Lebensmittel und Hygieneprodukte sind sehr teuer. Letzteres sollte man auf jeden Fall aus Deutschland mitbringen, ehe man sich ein no-name Deo für etwa 6 Euro holen muss
- **Stadt**: San José ist nicht unbedingt schön. Aber es gibt nette Orte; vor allem das Ausgehviertel "Barrio Escalante" bietet schöne urbane Restaurants, Foodcourts, Bars usw. Die zentrale Fußgängerzone bietet viele Möglichkeiten zum Schlendern und Stöbern. Für Souvenirs ist der Mercado Municipal de Artesanía perfekt – man muss nur ein bisschen handeln können.

  Ich habe in einem Condominio in Escazú gelebt (Escazú, Santa Ana, Guachipelín sind die "reicheren" Viertel), hier gab es eine riesige Mall, den Multiplaza Escazú. Dort ist auch der einzige H&M im Land zu finden.

  Der Nahverkehr ist hier nicht gut ausgebaut, es gibt Busse, bei denen man ein- und aussteigen kann, wo man möchte (mit Winken bzw. Stopp-Knöpfen/-Strippen im Bus), aber zumeist ist man hier mit Uber unterwegs.

Bild: Karte von San José, Costa Rica. Goodle Maps. (https://www.google.com/maps/@9.9410097,-84.0981327,14.04z?entry=ttu, abgerufen am 31.07.23). (Eigene Markierungen)



Schule
Stadtzentrum mit Fußgängerzone, viele kleine Läden, Cafés, Nationalmuseum
„Ausgehviertel" mit Restaurants und Bars etc.
Hier habe ich gelebt

Mit dem Schulbus habe ich ca 30 Minuten in die Schule gebraucht. Mit dem Uber dauert es je nach Verkehr zwischen 15 und 30 Minuten, Kosten sind zwischen 3.000 und 5.000 colones = ca. 5 – 8,50€

- **Kulturelles Angebot**: ich habe gern im Internet nach der Agenda Cultural de San José (gamcultural.com) geguckt, ob Feste in der Stadt oder interessante Konzerte oder Partys am Abend stattfinden. Samstags ist in der Nähe der Schule eine feria, ein riesiger Obstmarkt, auf dem man mal gewesen sein sollte. Der Club "Antik" ist sehr touristenfreundlich und spielt Techno und Latin Music auf 2 verschiedenen Floors. In meinen letzten Tagen in San José habe ich zufällig das dortige Chinatown mit vielen asiatischen Restaurants entdeckt.

- **Kulinarisches**: “Gallo Pinto” ist das Nationalgericht, ein Frühstück aus Reis, Bohnen, Ei und gebackener Kochbanane (Platano). Das “Casado” ist das typische Mittagessen, bestehend aus Reis, Bohnen, Fleisch (meist Hühnchen), ein bisschen Gemüse, gebackener Platano und Salat. Man erkennt hier schnell ein Muster ;) an der Karibikküste isst man vor allem Rice & Beans, in Kokosmilch gekochter Reis mit Bohnen und Fleisch (meist Hühnchen), gebackener Platano und Salat, das ist sehr zu empfehlen!

Bild 1: Parmigiana: Gallo Pinto (https://www.chefkoch.de/rezepte/717501174463623/Gallo-pinto.html, abgerufen am 31.07.23).
Bild 2: La Nena: Rice and beans con pollo caribeño (https://www.facebook.com/marketplace/item/6214728131878348/, abgerufen am 31.07.23).
Bild 3: The food Poet: Casados (https://thefoodpoet.com/recipe-casados/, abgerufen am 31.07.23).

- **Finanzielles**: das Leben in Costa Rica ist teuer. Ich habe von Mitpraktikant/innen gehört, die nebenbei 1x die Woche Nachhilfe gegeben haben, um etwas Geld dazuzuverdienen, vielleicht kann die Schule das vermitteln. Ansonsten empfehle ich wärmstens ein dickes Stipendium oder reich zu sein. Ich habe leider nicht das DAAD Stipendium bekommen, auf das ich mich beworben hatte, und habe in den 4 Monaten mit 2x 2 Wochen Reisen und sonstigem Leben in der Familie (keine Miete & Wocheneinkäufe) ca 4.000 bis 5.000 Euro ausgegeben. Das war all mein Erspartes :(
- **Besonderheiten des Gastlands**: das Klopapier schmeißt man nicht in die Toilette, sondern in kleine Mülleimer, die danebenstehen. Viele Duschen haben die Stromkabel zum Erhitzen direkt über dem Duschkopf und wenn man an den Reglern rumspielt, bekommt man kleine Stromschläge am Knauf zum Wasseraufdrehen. Am besten immer auf die Einstellung zurückstellen, in der man die Dusche gefunden hat.

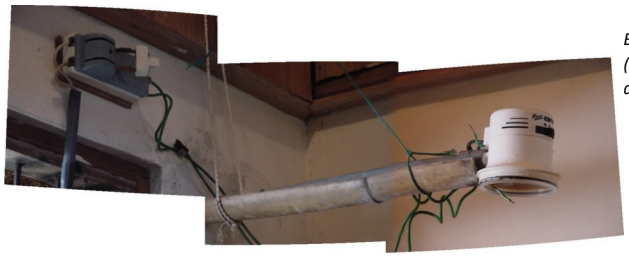


Bild: mithrandir: Fotos gefährlicher Elektroinstallationen (https://www.wohnmobilforum.de/w-t101745.html, abgerufen am 31.07.23).

- Der Verkehr ist verrückt, keiner hält sich an Regeln und der Abstand zwischen den Autos beträgt hier oft ca 5-15 cm, denn das reicht, um keinen Unfall zu bauen. Aus 2 Spuren werden hier auch gerne mal 4 bis 5 gemacht. Die Stadt ist nicht sehr fußgängerfreundlich, es gibt wenig Ampeln, man rennt hier einfach über die Straße, wenn es passt. Achtung: Löcher im Boden! Hier gibt es auf dem Bürgersteig oft Löcher im Boden, bei denen man sich leicht etwas brechen könnte... also Augen auf den Weg.
- **Wetter**: warm. In San José ist es oft erträglich, abends/nachts kann es glatt etwas kühl werden, die Sonne hat jedoch immer einen UV-Index von “sehr hoch” und das ist zu spüren. In der Schule kann man der Wärme gut entkommen, in den Räumen sind Ventilatoren und man ist fast dauerhaft im Schatten. An den Küsten ist es heiß und feucht. Teilweise unerträglich (für mich) mit einer Luftfeuchtigkeit von ca 90% und 35 Grad. Ich habe nie zuvor beim Nichtstun so sehr geschwitzt, dass ich sterben wollte.

Bilder: eigene Aufnahmen

- **Reisen**: man findet günstige Unterkünfte, die trotzdem sehr schön sind. Wenn man sich traut, mit dem Mietwagen zu fahren, ist das ein Riesenkomfort – man ist flexibel und hat eine Klimaanlage. Man kommt außerdem recht gut überall hin/ direkt an die gewünschten Orte. Achtung: Löcher im Boden! Die Straßen sind hier nicht sehr gepflegt und überall gibt es Löcher, in die man sehr leicht mit dem Wagen reinfahren und das Auto etwas beschädigen könnte (nicht, dass UNS das etwa passiert wäre, pff...)
  Der Bus-Fernverkehr ist recht gut ausgebaut – man kommt auch mit Bus voran. Einige Tickets kann man online kaufen, andere an den größeren Terminals der Orte, wieder andere etwas abenteuerlich erst direkt im Bus nach "wer zuerst kommt, sitzt zuerst, der Rest muss stehen"-Prinzip. Ich habe beides, Mietwagen und Bus gemacht – und war mit beidem zufrieden.
  Touristenattraktionen sind teuer! Wenn man Glück hat und sich die Sätze auf Spanisch etwas zurechtlegt, kann man mit der Praktikantenkarte, die man von der Schule bekommt, agrumentieren, dass man hier lebt und arbeitet und deshalb ein "residente" ist – dann kommt man oft zu einem Drittel der Touri-Preise rein. An einigen Orten gibt es auch Studentenrabatt – also Studentenausweis oder (digital) Immatrikulationsbescheinigung mitnehmen zum Vorzeigen

Fazit

Bilder: eigene Aufnahmen

Sehr zu empfehlen! Ich hatte mir so eine Art von Auslandsaufenthalt nie zugetraut und war etwas besorgt, weil mein Spanisch-Level nicht so super war. Aber ich würde es wieder tun :)