

AUSBILDUNG ZUM ÜBUNGSLEITER –B „SPORT IN DER PRÄVENTION“

Basislehrgang
Aufbaulehrgang

mind. 30 Lerneinheiten
mind. 30 Lerneinheiten

4 Profile zur Auswahl:

„Haltung und Bewegung“
„Herz-Kreislauf“
„Bewegungsraum Wasser“
„Stressbewältigung und Entspannung“
„Gesundheitsförderung im Kinderturnen“

= mind. 60 Lerneinheiten

Ziel der Ausbildung ist die Qualifizierung von Übungsleiter/innen für die Durchführung gesundheitsorientierter Bewegungsangebote, in denen Bürger/innen Hilfestellung erhalten, mit den Mitteln des Sports einen gesunden Lebensstil zu entwickeln.

Die Ausbildung „Übungsleiter/in – B ist ein Qualitätskriterium zum Erwerb des Qualitätssiegels „SPORT PRO GESUNDHEIT“.

Zur Teilnahme kann nur zugelassen werden, wer im Besitz einer gültigen ÜL – C-/Trainer – C-Lizenz der 1. Lizenzstufe ist. Berufliche Ausbildungen werden im Einzelfall geprüft.

Die Ausbildung erfolgt in der speziellen Gesundheitsvorsorge. Aus diesem Grund hat sich der LSB für eine Kooperationsausbildung mit drei Landesfachverbänden aus Sachsen-Anhalt entschieden:

- Landesturnverband Haltung & Bewegung und Kinderturnen
- Leichtathletik-Verband Herz-Kreislauf
- Landesschwimmverband Bewegungsraum Wasser

Das Profil „Stressbewältigung“ wird vom LSB im Jahr 2015 angeboten.

Für alle Profile außer „Kinderturnen“ absolvieren die Teilnehmer/innen zunächst den Basislehrgang und setzen mit einem der Profile im Aufbaulehrgang die Ausbildung fort. Basislehrgang und Aufbaulehrgang bauen aufeinander auf und müssen in der vorgesehenen Reihenfolge absolviert werden.

Für das Profil „Gesundheitsförderung im Kinderturnen“ ist die Übungsleiter/in - C Lizenz Kinderturnen des LTV Zugangsvoraussetzung. Damit entfällt die Teilnahme am Basislehrgang.

Als Abschluss erhalten die Übungsleiter/innen die Lizenz Übungsleiter/in – B in einem der absolvierten Profile. Das ausgewählte Profil sollte sich an der zukünftigen Tätigkeit im präventiven Gesundheitssport orientieren. Falls später eine Lizenz in einem anderen Profil angestrebt wird, muss nur noch ein weiterer Aufbaulehrgang besucht werden.

Termine 2015

1. Basislehrgang Teil 1:6.-8.3.2015 Teil 2: 27.-29.3.2015

Ausschreibung und Anmeldung zu den Aufbaulehrgängen: über die nachfolgend genannten LFV

Aufbaulehrgang: Profil „Herz-Kreislauf“ (ca. 30 LE) findet erst 2016 statt!

Der Aufbaulehrgang vermittelt biologische, trainingsmethodische und sportpraktische Grundlagen, um Präventionsangebote „Herz-Kreislaufsystem“ qualifiziert und zielorientiert zu gestalten. Die sportpraktische Umsetzung orientiert sich vorrangig an Laufen, Walking und Nordic Walking.

Anmeldeadresse: Leichtathletik-Verband Sachsen- Anhalt e. V.

Geschäftsstelle

Dölauer Straße 65

06120 Halle

Telefon: 03 45/5 40 50 51

e-mail: info@lvs.a.de

Aufbaulehrgang: Profil „Bewegungsraum Wasser“ (ca. 30 LE)

Der Aufbaulehrgang vermittelt Kernziele, physikalische Grundlagen und methodische Anleitungen zur Arbeit im Wasser, um die gesundheitlichen Wirkungen des speziellen Gesundheitssporttrainings aufzuzeigen.

„Aquafitness“ wird in all seinen Facetten und Möglichkeiten sowohl für die Stärkung des Herz-Kreislaufsystems wie auch für einen gesunden Stütz- und Bewegungsapparat methodisch-didaktisch vermittelt.

Anmeldeadresse: Landesschwimmverband Sachsen- Anhalt

Geschäftsstelle

Stadtgutweg 7

06128 Halle
Telefon: 03 45/4 70 50 05
e-mail: info@lsvsa.de

Aufbaulehrgang: Profil „Haltung und Bewegung“ (ca. 40 LE)

Der Aufbaulehrgang vermittelt biologische, trainingsmethodische und sportpraktische Grundlagen, um Präventionsangebote „Haltungs- und Bewegungssystem“ qualifiziert und zielorientiert zu gestalten. Die Umsetzung orientiert sich an Angeboten der „Wirbelsäulengymnastik“ und „Rückenschule“ im Verein.

Anmeldeadresse: Landesturnverband Sachsen- Anhalt e.V.
Geschäftsstelle
Manfred-Stern-Straße 7
06128 Halle
Telefon: 03 45/1 20 76 75
e-mail: bildung@ltv-sachsen-anhalt.de

Aufbaulehrgang: Profil „Gesundheitsförderung im Kinderturnen“ (ca. 30 LE)

Aufbauend auf den Inhalten der 1. Lizenzstufe sollen hier die Aspekte der Gesundheitspädagogik, der Psychomotorik, des kindgerechten, spielerischen Ausdauertrainings, der Wahrnehmungsförderung, der Haltungsschulung sowie der Koordinationsschulung vertieft werden. Eine kindgerechte Wissensvermittlung steht dabei im Vordergrund. Die theoretisch vermittelten Inhalte werden eingehend durch praktische Übungseinheiten erläutert und verdeutlicht. Alle Inhalte orientieren sich dabei an einem positiven Gesundheitsverständnis, das neben der körperlichen auch die psychische, soziale Gesundheit umfasst.

Anmeldeadresse: Landesturnverband Sachsen- Anhalt e.V.- siehe oben

Aufbaulehrgang: Profil „Stressbewältigung und Entspannung“ (ca. 30 LE)

Die Übungsleiter/innen lernen aufbauend auf dem erworbenen Basiswissen, Präventionsangebote „Stressbewältigung und Entspannung“ qualifiziert und zielorientiert zu gestalten. In der Ausbildung wird auf die drei Säulen orientiert:

Stressbewältigung durch Sport und Bewegung

Unterstützung beim Stressmanagement in der individuellen Lebensführung (mit Sport)

Stressbewältigung mit Hilfe sportnaher Entspannungstechniken

Teil 1: 12.-14.06.2015
Teil 2: 27.-28.06.2015
Teil 3: 05.09.2015 (LP)

Ort: LandesSportSchule Osterburg/Magdeburg TN-Gebühr: 155,- € (Teil 1 bis 3)

Anmeldeadresse:

Landessportbund Sachsen-Anhalt

Bildung/ Personalentwicklung

Dr. Karola Knorscheidt

PF 110129

06114 Halle

Telefon: 0345/5 27 91 12

e-mail: knorscheidt@lsb-sachsen-anhalt.de