



ÜBUNGSLEITER/IN C - SPORTARTÜBERGREIFENDER BREITENSPORT SCHWERPUNKT ERWACHSENE /ÄLTERE Sportbildungsstätte Sensenstein (bei Kassel)

Ausbildung im Blended Learning Format in Modulen

Welche Ziele hat die Ausbildung?

Als Teilnehmer/-in dieser Ausbildung qualifizieren sie sich, Breitensportgruppen im Sportverein zu leiten. Sie erlernen die Grundlagen, um Übungsstunden zu planen, durchzuführen und auszuwerten. Die Ausbildung ist sportartübergreifend ausgerichtet und speziell für die Zielgruppe Erwachsene/Ältere konzipiert. Nach Erbringen verschiedener Leistungsnachweise schließt die Ausbildung mit C-Lizenz des DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) ab. Die Ausbildung wird von einem festen Lehrteam betreut.

Wie ist die Ausbildung aufgebaut?

Die Ausbildung umfasst insgesamt 120 Lerneinheiten, die auf drei Module aufgeteilt sind. Alle Module sind einzeln buchbar oder als Kompaktbuchung für alle drei Module im Jahr 2023. Für den erfolgreichen Abschluss mit einer DOSB-C-Lizenz im Breitensport müssen alle Module innerhalb von 24 Monaten absolviert werden.

Der Lehrgang findet im Blended Learning Format statt. Das ist ein Lehrgangsformat, in dem Online-Arbeitsphasen und Präsenztage kombiniert werden. Die Nutzung eines internetfähigen PCs oder Laptops sind daher zwingend Voraussetzung. Zudem erfordert diese Art der Ausbildung die Bereitschaft, sich ausgewählte Themen eigenverantwortlich in unserer Online-Lernumgebung zu erarbeiten (z. B. von zu Hause aus) und die Kenntnisse in die Präsenzphasen einzubringen.

In den Online-Phasen werden gestellte Aufgaben innerhalb eines vorgegebenen Zeitrahmens eigenständig bearbeitet. Darüber hinaus gibt es verpflichtende Live-Online-schulungen mit Zoom und Präsenztermine vor Ort in der Sportbildungsstätte Sensenstein bei Kassel.

Welche Ziele und Inhalte haben die Ausbildungsmodule?

Basismodul

Im Basismodul (30 LE) werden erste Grundlagen für eine qualifizierte Tätigkeit als Übungsleiter/in oder Trainer/in im Sportverein vermittelt. Das Basismodul ist als Einstiegsqualifikation in eine Übungsleitertätigkeit oder als Grundlage für eine anschließende Trainerlizenz bei einem Fachverband geeignet.

„Aufwärmen gestalten – Spiele erproben“

- | Kommunikation
- | Sportspiele
- | Aufwärmen
- | Biologische Grundlagen

„Bewegungsabläufe verstehen – Übungen vermitteln“

- | Stundenplanung
- | Bewegungslehre
- | Grundlagen der Trainingslehre
- | Anatomie
- | Sportorganisation und Sportversicherung

Aufbaumodul

Im Aufbaumodul (75 UE) werden umfassende Inhalte für eine qualifizierte Übungsleitertätigkeit vermittelt. Voraussetzung für die Teilnahme ist das Basismodul.

„Ausdauer trainieren – mit und ohne Musik“

- | Ausdauertraining
- | Bewegen mit Musik
- | Biologische Grundlagen II
- | Lehrproben

„Training planen – Bewegung gezielt einsetzen“

- | Trainingslehre
- | Funktionelles Bewegen
- | Anleiten
- | Trends

„Koordination schulen – Sport mit Älteren anleiten“

- | Koordinationstraining
- | Zirkeltraining
- | Sport mit Älteren

| Entspannung

„Kraft trainieren – Bewusstsein bilden“

| Krafttraining
| Ernährung
| Sport für die Vielfalt
| Offene Fragen

Prüfungsmodul:

Das Prüfungsmodul (15 LE) umfasst eine praktische Lehrprobe im Sportverein und eine mündliche Erfolgskontrolle der erworbenen Fähigkeiten und Kenntnisse. Die Teilnehmer/-innen erhalten einen Überblick über weitere Qualifizierungswege im Sport und wichtige Hinweise für Ihren Start als lizenzierte/r Übungsleiter/in. Einblicke in Trendsportarten runden das Prüfungsmodul ab. Voraussetzung für die Teilnahme sind das Basis- und Aufbaumodul.

Was kostet die Ausbildung?

Die Teilnahmegebühr für eine Kompaktbuchung aller drei Module im Jahr 2023 beträgt 490,00 € inkl. Übernachtung, Verpflegung und Unterrichtsmaterial.

Einzelbuchungen:

Basismodul	160,00 €
Aufbaumodul	280,00 €
Prüfungsmodul	100,00 €

Alle Lehrgangsgebühren inkl. Übernachtung, Verpflegung und Unterrichtsmaterial.

ÜL E/Ä Nr. LBP 3012923 Kassel/Sensenstein

Basismodul:

ÜL C 1: 24. – 26.03.2023 Präsenz
Selbstlernphase (onlinegestützt)

ÜL C 2: 05.05.2023 ab 18 Uhr Onlineseminar
06.05. – 07.05.2023 Präsenz
Selbstlernphase (onlinegestützt)

Aufbaumodul:

ÜL C 3 03.06.2023 Präsenz
Selbstlernphase (onlinegestützt)

ÜL C 4 15.-16.07.2023 Präsenz
Selbstlernphase (onlinegestützt)

ÜL C 5 09.09.2023 Präsenz
Selbstlernphase (onlinegestützt)

Prüfungsmodul:

ÜLC 6 23.-24.09.2023 Präsenz
Vereinsbesuch nach Vereinbarung

Technische Voraussetzungen für die Teilnahme

Computer, Laptop oder Tablet mit aktuellem Browser und Office Programm | Webcam und Mikrofon (oder Headset) | Internetanschluss

Voraussetzung zur Teilnahme

Mitgliedschaft in einem hessischen Sportverein | Mindestalter 17 Jahre | schriftliche Befürwortung der Teilnahme durch den Verein | Beratungstermin mit Lehrgangsleitung vorab

Lizenzvoraussetzungen

Nachweis über einen Erste-Hilfe-Lehrgang (nicht älter als 2 Jahre) | Verhaltenskodex zum Kindeswohl | Erklärung zum Datenschutz

Information und Anmeldung:

Landessportbund Hessen e.V., Isb h Geschäftsstelle Nord, Franciska Bachmann Auedamm 2, 34121 Kassel, Tel. 05 61.73 94-660, E-Mail: fbachmann@lsbh.de