

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



SPORTBILDUNGSWERK
NORDRHEIN-WESTFALEN



Qualifizierung im Sport

Ausbildung, Fortbildung **2022**

SPORT BEWEGT NRW!



www.sportinaachen.de
www.sportbildungswerk-nrw.de/aachen

VORWORT

LIEBE VEREINSMITARBEITER*INNEN, LIEBE SPORTINTERESSIERTE,

in den herausfordernden Zeiten bringt Sport ein Stück Lebensqualität und -freude, Gelassenheit und Ausgeglichenheit in den Alltag. Als Ihr Partner im qualifizierten Sport bereiten wir Sie mit bedarfsorientierten Aus- und Fortbildungsangeboten auf ihre Tätigkeit im sportlichen Bereich vor. Dabei nehmen wir vom Kindesalter bis ins hohe Alter alle Zielgruppen in den Blick. Auch im Sportjahr 2022 möchten wir Sie mit unserem Aus- und Fortbildungsangebot in Aachen bestmöglich bei Ihrer täglichen Arbeit in der Sportpraxis und der Vereinsführung unterstützen. Dabei erweitern wir unser digitales Angebot und führen Blended-Learning Formate ein, um das Lernen zeitgemäß zu gestalten.

Erstmalig wird in 2022 die Ausbildung Schwimmlehrerassistent*in in Kooperation mit dem Schwimmverband NRW e.V. angeboten. Dadurch möchte der Stadtsportbund Aachen e.V. dem aktuell erhöhten Bedarf an qualifizierten Übungsleitungen im Anfängerschwimmen gerecht werden und schwimmsporttreibende Vereine unterstützen.

Im Zuge der stetig zunehmenden Bewegungsarmut unserer Kinder unterstützen wir mit dem Programm „NRW bewegt seine KINDER!“ die Menschen, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten und diese für regelmäßigen Sport begeistern. Mit den besonderen Herausforderungen für das Sporttreiben in Schulen und Kindergärten ist ein individueller Qualifizierungsbedarf verbunden.

Unsere ÜL-C Ausbildung wird dieses Jahr noch vielfältiger – wir bieten die bewährten, sportartübergreifenden ÜL-C Lehrgänge sowie den ÜL-C Interkulturell (Schwerpunkte Vielfalt und Integration durch Sport) an. Aufgrund hoher Nachfrage wird in diesem Jahr erneut die ÜL-C Ausbildung Sport der Älteren, mit Unterstützung des Fachbereichs Sport der Stadt Aachen, angeboten.

Den Laufaffinen steht die Ausbildung zum Laufbetreuer / zur Laufbetreuerin (Basic I, II) zur Buchung bereit. In welchem Bereich Sie auch tätig sind, nutzen Sie unsere Angebote für Ihre persönliche oder berufliche Weiterentwicklung und sichern Sie sich auf diesem Wege umfassende Kompetenzen in der Sportpraxis. Wir freuen uns, Sie 2022 in unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen und wünschen uns allen ein angenehmes Sportjahr 2022!

Wenn Sie auch zukünftig auf dem aktuellen Stand hinsichtlich des Vereinssports in Aachen sein möchten, senden Sie uns das Stichwort „**aktuell**“ an rueckmeldung@sportinaachen.de

Bleiben Sie bewegt gesund!



Björn Jansen
Vorsitzender Stadtsportbund Aachen e.V.

IHRE ANSPRECHPARTNERINNEN



DR. OLGA SIEGMUND

Pädagogische Leiterin

Telefon 02 41 / 47 57 95-23

olga.siegmund@sportinaachen.de



SIMONE DELOIE

Verwaltungsmitarbeiterin

Telefon 02 41 / 47 57 95-22

simone.deloie@sportinaachen.de

SportBildungswerk Aachen – Stadtsportbund Aachen e.V.

Reichsweg 30 (Nadelfabrik) · D-52068 Aachen
Tel. 02 41 / 47 57 95-50 · Fax 02 41 / 47 57 95-55
bildungswerk@sportinaachen.de
www.sportbildungswerk-nrw.de/aachen

SPORTBILDUNGSWERK
NORDRHEIN-WESTFALEN



SPORT
STADT
BUND
AACHEN e.V.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

SportBildungswerk des Landessportbundes NRW e.V. – Friedrich-Alfred-Allee 25, 47055 Duisburg
Vorstand: Sebastian Staats
VR 1919 Amtsgericht Duisburg – Ust-IdNr.: DE813879655
Außenstelle Stadtsportbund Aachen e.V. – Reichsweg 30, 52068 Aachen

REDAKTION

Dr. Olga Siegmund

FOTOGRAFIEN

LSB NRW – Andrea Bowinkelmann, Mark Hermenau, Michael Stephan (LSB NRW), Andreas Steindl; Bilddatenbank SBW NRW e.V.

REALISIERUNG

schmitz druck & medien

AUFLAGE

1.500 Exemplare

HAFTUNGSHINWEIS

Der Herausgeber übernimmt für fehlerhafte Angaben keine Verantwortung/Haftung

Die Qualifizierungsangebote des Stadtsportbundes Aachen e.V. werden über seine SportBildungswerk-Außenstelle NRW e.V. durchgeführt und entsprechen den Vorgaben des Weiterbildungsgesetzes NRW, § 11, Absatz 2. Sie finden im Rahmen der Angebotskategorie 8 (Qualifizierung für ehrenamtliche Tätigkeit) statt. Alle zum Zeitpunkt der Durchführung jeweiliger Angebote gültigen Sicherheits- und Corona-Schutzbestimmungen werden berücksichtigt.

Haben Sie Fragen
oder Anregungen zu
unserem Programm?
Dann wenden Sie sich
gerne an unsere
Mitarbeiter*innen.

FAQ / AUSSCHREIBUNG

Eine stets aktuelle Übersicht der Maßnahmen sowie vollständige Ausschreibungstexte finden Sie online unter

<https://www.sportbildungswerk-nrw.de/aachen/>

ANMELDUNG

online unter <https://www.sportbildungswerk-nrw.de/aachen/>, per E-Mail oder Post möglich. Bei fehlerhafter Bankverbindung werden die dadurch anfallenden Gebühren den Teilnehmenden berechnet.

BESTÄTIGUNG / WARTELISTE

Anmeldebestätigung erfolgt per E-Mail (bei fehlender E-Mail-Adresse erfolgt die Kommunikation postalisch). Ca. 2 Wochen vor Lehrgangsbeginn wird die Einladung per E-Mail verschickt. Bei ausgebuchten Lehrgängen erfolgt automatisch eine Anmeldung auf die Warteliste und Benachrichtigung per E-Mail.

LEHRGANGSABSAGE

erfolgt ca. 10 Tage vorher – bereits bezahlte Teilnahmegebühren werden zeitnah zurück überwiesen.

STORNIERUNG

kann ausschließlich schriftlich erfolgen. Es gelten folgende Konditionen:

- bis 14 Tage nach Anmeldebestätigung: kostenfrei;
- bis 14 Tage vor Beginn: 30 % der Gebühr, jedoch mind. 15 Euro;
- 13 Tage bis 2 Tage vor Beginn: 50 % der Kursgebühr;
- ab 2 Tage vor Beginn: 90 % der Kursgebühr;
- bei Vorlage eines ärztlichen Attests mind. 1 Tag VOR Lehrgangsbeginn: kostenfrei;
- bei untenschuldigtem Nichterscheinen: volle Kursgebühr;
- bei Nichterscheinen mit Attest im Nachhinein: 50 % der Kursgebühr.

FREMDLIZENZEN

Bitte erkundigen Sie sich vorher, ob der Verband die Veranstaltung zur Lizenzverlängerung anerkennt. Falls ja, reichen Sie bitte die TN-Bescheinigung beim entsprechenden Verband selbständig ein!

VERSICHERUNG

Mitglieder eines Sportvereins sind im Rahmen des Sporthilfe-Versicherungsvertrages in den Bereichen Unfall und Haftpflicht über den Verein versichert. Für Nichtmitglieder besteht gleicher Versicherungsschutz über den Veranstalter.

DATENSCHUTZ

Wir erheben, verarbeiten und nutzen personenbezogene Daten nur, soweit sie für die Begründung, inhaltliche Ausgestaltung oder Änderung des Rechtsverhältnisses erforderlich sind (Bestandsdaten). Dies erfolgt auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO, der die Verarbeitung von Daten zur Erfüllung eines Vertrags oder vorvertraglicher Maßnahmen gestattet. Personenbezogene Daten über die Inanspruchnahme unserer Internetseiten (Nutzungsdaten) erheben, verarbeiten und nutzen wir nur, soweit dies erforderlich ist, um dem Nutzer die Inanspruchnahme des Dienstes zu ermöglichen oder abzurechnen. Die erhobenen Kundendaten werden nach Abschluss des Auftrags oder Beendigung der Geschäftsbeziehung gelöscht. Gesetzliche Aufbewahrungsfristen bleiben unberührt.

INHALTSVERZEICHNIS

| | |
|---------------------------------------|---|
| Vorwort | 2 |
| Ihre Ansprechpartnerinnen / Impressum | 3 |
| Anmeldung / FAQ | 4 |
| Inhaltsverzeichnis | 5 |
| Lizenzsystem im Sport 2022 | 7 |

VORSTUFENQUALIFIZIERUNGEN

| | |
|-------------------------|---|
| Sporthelfer*in I und II | 8 |
|-------------------------|---|

1. LIZENZSTUFE-AUSBILDUNGEN

| | |
|---|----|
| Qualifizierung zum/zur Sportabzeichenprüfer*in - Schwerpunkt Leichtathletik | 10 |
| Ausbildung Übungsleiter*in-C Interkulturell | 11 |
| Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in | 12 |
| Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport sportartübergreifend | 13 |
| Ausbildung Übungsleiter*in-C Sport der Älteren | 14 |

1. LIZENZSTUFE-BREITENSORTLEHRGÄNGE

| | |
|--|----|
| - in Kooperation mit dem Schwimmverband NRW e.V. | 16 |
| - in Kooperation mit dem Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V. | 18 |

1. LIZENZSTUFE-FORTBILDUNGEN

| | |
|-------------------------------------|----|
| Sportpraxis Kinder und Jugendliche | 19 |
| Sportpraxis Erwachsene | 23 |
| Integration durch Sport | 30 |
| Erste Hilfe (bei Sportverletzungen) | 31 |

1. LIZENZSTUFE – FORTBILDUNGEN

| | |
|------------------------------|----|
| Inklusion im und durch Sport | 32 |
|------------------------------|----|

2. LIZENZSTUFE – AUS- UND FORTBILDUNGEN

| | |
|--------------------|----|
| Bewegungsförderung | 36 |
| Prävention | 39 |
| Rehabilitation | 40 |

LEHRTRAINER-AUSBILDUNGEN

| | |
|--------------|----|
| YogaFitness | 44 |
| KraftFitness | 47 |

VEREINSMANAGEMENT

| | |
|---|----|
| Kurz und Gut Seminare | 48 |
| Monatsübersicht Aus- und Fortbildungen 2022 | 54 |

THERMALBAD
SAUNA
SPA



TRAININGSFREI

PERFEKTE REGENERATION NACH DEM WETTKAMPF

Montags erhalten alle aktiven Vereins-
sportlerinnen und -sportler **25% Rabatt**
auf alle Eintrittspreise und viele
weitere kostenlose Leistungen und
Sonderkonditionen.



Lizenzsystem im Sport 2022

www.qualifizierung-im-sport.de

2. Lizenzstufe B

| Übungsleiter*in-B | | Übungsleiter*in-B | |
|---|---|---|--|
| Kinder- und Jugendsport | Selbstbehauptung/ Selbstverteidigung | Prävention | Rehabilitation Erwachsene |
| Bewegungsförderung in Verein und Kita 60 LE | für Mädchen und Frauen 96 LE | Allgemeine Gesundheitsförderung* ⁵ Haltungs- und Bewegungssystem (HuB) Herz-Kreislaufsystem (HKS) 83 LE | Neurologie 75 LE Innere Medizin 105 LE Orthopädie 90 LE |
| | | Basismodul 15 LE | |
| Praxisjahr | | | |

1. Lizenzstufe C

| Vereinsmanager*in-C** ⁴ | Übungsleiter*in-C Breitensport | | |
|--|---|---|--|
| ... wenn Sie in der Führung, Organisation oder Verwaltung von Sportvereinen mitarbeiten wollen. (8 Basismodule à 15 LE) 120 LE |  Aufbaumodul Kinder und Jugendliche ... wenn Sie eine Breitensport- gruppe mit Kindern oder Jugendlichen betreuen wollen. 90 LE | Aufbaumodul sportartübergreifend ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Personen unterschiedlichen Alters betreuen wollen. 90 LE | Aufbaumodul Schwerpunkt Ältere ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Älteren betreuen wollen. 90 LE |
| Juniormanager*in** ³ |  Sporthelfer*in I und II** ² ... wenn Ihr als junge Engagierte (13-17 Jahre) Sportangebote betreuen wollt. 2x 30 LE | Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C, Jugendleiter*in Basismodul ... wenn Sie in die Ausbildung Übungsleiter*in, Trainer*in-C, Jugendleiter*in einsteigen wollen. 30 LE | |

Hinweise:

¹ JuLeIcA: Die Jugendleiter Card ist die bundesweit einheitliche Qualifizierung für ehrenamtlich in der Jugendarbeit tätige Personen.

² Sporthelfer*innen I und II werden als Basismodul ÜL-C anerkannt.

³ Anerkennung des VM-C Basismoduls Projektbegleiter*in.

⁴ Bei Absolvierung eines der acht zugehörigen Aufbaumodule kann zudem ein VM-Zertifikat erworben werden.

⁵ Die erworbenen Lizenzen inkl. Zertifikaten zu standardisierten Kursprogrammen des LSB NRW, berechtigen zur Leitung von Präventionskursen in Sportvereinen, die die Anforderungen der §§ 20 und 20 a SGB V erfüllen.

• Veranstalter der Qualifizierungen sind der Landessportbund NRW, die Sportjugend NRW, die Stadt- und Kreissportbünde und die Fachverbände.

• Träger der Qualifizierungen sind der Landessportbund NRW, die Sportjugend NRW oder die Fachverbände.

LE = Lerneinheiten à 45 Min.
Stand: August 2020



SPORTHELPER*IN I

*Unterstützer*in und Macher*in werden!*

Du möchtest in (d) einem Sportverein aktiv werden? Als Sporthelfer*in hast du die Möglichkeit, die Übungsleitung bei der Planung und Durchführung von sportlichen Angeboten sowie bei Veranstaltungen und Projekten für Kinder und Jugendliche zu unterstützen. In einer Hospitation lernst du einen Sportverein näher kennen, erlebst Übungseinheiten live mit und erhältst die Möglichkeit, das Gelernte bzw. deine Ideen miteinzubringen.

HINWEISE

- Die Ausbildung richtet sich an Jugendliche im Alter von 13 – 17 Jahren. Eine Vereinsmitgliedschaft ist eine gute Voraussetzung, aber nicht Bedingung.
- Die SH I Ausbildung bietet den Einstieg in das Qualifizierungssystem des organisierten Sports. Im Anschluss an die SH I- Ausbildung kann die SH II- Ausbildung absolviert werden. Damit ist die Anerkennung für das Basismodul der Übungsleiter*in-C-Lizenz geschafft.
- Absolvieren Jugendliche die Ausbildungen SH I, SH II und zusätzlich eine Erste Hilfe (9 Lerneinheiten), können sie die bundesweit einheitliche Jugendleiter*innen - Card (Juleica) online unter www.juleica.de beantragen.

Diese Maßnahme wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans NRW.

INHALTE

Das kommt auf mich zu:

- Aufgaben- und Tätigkeitsfelder
- Hospitation im Sport

Darum will ich mich engagieren:

- Meine Motive!

Damit setze ich mich auseinander:

- Wie ticken Kinder und Jugendliche?

Das brauche ich:

- ein Repertoire an kleinen und großen Spielen.
- Methoden für die Praxis.
- Wie plane ich ein Sportangebot?

Ich nehme mit:

- Kommunikation ist das A und O.
- Grundwissen zu motorischen Grundlagen, z.B. koordinative Fähigkeiten.
- Sicherheit geht vor.
- Reflexion – was klappt gut? Wo fühle ich mich sicher? Mich selbst zu hinterfragen bringt mich voran.

ZIELE

Die Teilnehmenden

- wachsen in die neue Rolle als Anleiter*in für Kinder- und Jugendgruppen hinein
- lernen, was es heißt einen Lehrgang mitzugestalten
- lernen vor Gruppen zu stehen, und mit diesen Bewegungs-, Spiel- oder Sportangebote durchzuführen
- bekommen Fachwissen, methodische Tipps und Kniffe mit auf den Weg
- erleben mit viel Bewegung in der Ausbildung was es heißt, Sportangebote so anzuleiten, dass alle mitmachen können und Spaß haben
- lernen in ihrem Vereinspraktikum die Einsatzmöglichkeiten im org. Sport kennen und gewinnen einen Einblick in die Tätigkeiten von ÜL

G 2022-11000

Umfang: 30 LE

Termine: Sa., 03.09. – So., 04.09. und

Sa., 17.09. – So., 18.09.2022

Kosten: 55,- €

Veranstalter: Sportjugend im SSB Aachen

Leitung: Günter Speck, Thomas Kaiser



SPORTHELFER*IN II

Selbst gestalten und mitverantworten!

Du bist in deinem Sportverein oder deiner Schule als Sporthelfer*in aktiv? Du hast Erfahrungen mit dem SH gesammelt und möchtest dein Know-How erweitern? Mit dem SH II hast du die Möglichkeit, dich weiter zu qualifizieren, dein Wissen zu vertiefen und in der Praxis zu erleben. In deinem Praktikum lernst du einen Sportverein näher kennen, erlebst Übungseinheiten live mit und erhältst die Möglichkeit, das Gelernte bzw. Deine Ideen mitzubringen.

Mit der Sporthelfer*in II-Ausbildung hast du den Einstieg in die Übungsleiter*in-C-Ausbildung geschafft (s. Hinweise zur Ausbildung Sporthelfer*in I)

INHALTE

Das kommt auf mich zu:

- Noch mehr attraktive Spiele und Trendsportarten.
- Freizeitangebote, Sportpraxis und Projekte im Sportverein.
- Mitgestaltung und Verantwortung übernehmen.

Damit setze ich mich auseinander:

- Gesundheit im Sport.
- So leite ich eine Gruppe an - Führungsstile im Sport.
- Mein Plan und meine Reflexion – was klappt gut? Wo fühle ich mich sicher?
- Grundlagen des Kinder- und Jugendschutzes.
- Kindern und Jugendliche gestalten und bestimmen mit – so klappt das!
- Mein Karriereweg im organisierten Sport.

Das gestalte ich aktiv:

- Mitgestaltung, Mitbestimmung und Mitverantwortung in der Ausbildung.
- Mein eigens Projekt und/oder die Beteiligung an einer Großveranstaltung.



ZIELE

Die SH II-Ausbildung vertieft deine Erfahrungen und dein Know-How in deiner neuen Rolle als Anleiter*in für Kinder- und Jugendgruppen. Du lernst, selbstständig Teilgruppen anzuleiten und auszuwerten. Das nötige methodische und fachliche Wissen vertiefst du, indem du die Aufgaben aktiv mit viel Bewegung umsetzt. Dabei lernst du auch, wie du Kinder und Jugendliche für sportliche und außersportliche Angebote und Projekte motivierst und wie Mitbestimmung von Kindern funktioniert. In deinem eigenen Projekt und/oder durch die Beteiligung an einer Großveranstaltung erfährst du welche Schritte notwendig sind, um eine Veranstaltung oder ein Projekt zu planen, zu organisieren, durchzuführen und auszuwerten.

G 2022-11020

Umfang: 30 LE

Termine: Sa., 29.10. – So., 30.10. und Sa., 12.11. – So., 13.11.2022

Kosten: 55,- €

Veranstalter: Sportjugend im SSB Aachen

Leitung: Günter Speck, Thomas Kaiser



1. LIZENZSTUFE – AUSBILDUNGEN



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

QUALIFIZIERUNG ZUM/ZUR SPORTABZEICHEN PRÜFER*IN – SCHWERPUNKT LEICHTATHLETIK

VERLÄNGERUNG

ÜL-C-Lizenz, Jugendleiter, SdÄ, GH II (15 LE)

Diese Fortbildung gliedert sich in zwei Teile: ein Online-Modul (7LE) zum Selbststudium stellt die intensive Auseinandersetzung mit dem aktuellen Prüfungswegweiser des DOSB sicher.

<https://www.sportbildung-online.de/course/view.php?id=309>

Das Präsenzmodul (8LE) ist der 2. Teil der Ausbildung. Die Zulassungsvoraussetzung ist die Vorlage der Teilnahmebescheinigung am Online-Modul, welche VOR dem Präsenztermin digital oder in Papierform vorzulegen ist.

Nach erfolgreicher TN an den o.g. 15 LE erhält der TN den DSA-Prüferausweis für die Sportart Leichtathletik. Das Online-Modul wird nur in Verbindung mit der 8 LE Präsenzphase Schwerpunkt Leichtathletik anerkannt.

Der DSA-Prüferausweis ist 4 Jahre gültig und kann mit Ablauf des Kalenderjahres nach der Teilnahme der Teilnahme an einer Fortbildung mit 2 LE um weitere 4 Jahre verlängert werden.

ZIELGRUPPE

- Interessierte Sportvereinsmitglieder
- Lehrer*innen mit/ohne Fakultas Sport
- Inhaber*innen der ÜL-C-Lizenz

G 2022-23500

Umfang: 15 LE
(7 LE Online-Modul und 8 LE Präsenzmodul)
Termin: Sa., 21.05.2022
Kosten: 55,- €
(42,- € mit Vereinsempfehlung)
Leitung: Dieter Fischer
Ort: Sportzentrum Haaren



AUSBILDUNG ÜBUNGSLEITER*IN-C INTERKULTURELL

(nur buchbar in Kombination Basismodul 20000 und das Aufbaumodul 21100) – die Gesamtkosten für beide Teile betragen 170 Euro.

Die Ausbildung wird durch die Stadt Aachen gefördert.

Die Teilnahmegebühren beinhalten digitale Teilnehmer*innen - Materialien.

Zu Beginn der Ausbildung muss ein Nachweis über die Absolvierung der Ersten-Hilfe (9 Lerneinheiten) innerhalb der letzten zwei Jahre vorliegen, oder mindestens eine Anmeldebestätigung für eine entsprechende Fortbildung, die vor Ende der Ausbildungszeit stattfindet.

Den vollständigen Ausschreibungstext des Basis- und des Aufbaumoduls finden Sie auf der Homepage:

<https://www.sportbildungswerk-nrw.de/aachen/angebote/qualifizierung/sportpraxis/ausbildungen-1-lizenzstufe/>

Das Modul „Interkulturelle Kompetenz“ findet im Rahmen des Aufbaumoduls statt.



G 2022-20000

(Basismodul)

Umfang: 30 LE

Termine: Sa., 08.01. - So., 09.01. und
Sa., 22.01. - So., 23.01.2022

Kosten: 170,- € (Basis- und Aufbaumodul
sowie Modul Interkulturelle Kompetenz)

Leitung: Christof Gühsgen

G 2022-21100

(Aufbaumodul)

Umfang: 120 LE

Termine: Sa., 05.02. - So., 06.02.,
Sa., 19.02. - So., 20.02., Sa., 05.03.,
Sa., 12.03. - So., 13.03., Sa., 26.03. -
So., 27.03., Sa., 02.04 - So., 03.04. und
Sa., 09.04. - So., 10.04.2022

Leitung: Christof Gühsgen



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

BASISMODUL ÜBUNGSLEITER*IN- C, TRAINER*IN-C UND JUGENDLEITER*IN

Das solide Fundament

Im Basismodul wird für zukünftige Vereinsmitarbeiter*innen das Fundament gegossen, um später mit Blick auf das angestrebte Betätigungsfeld im Sportverein in den verschiedenen Aufbaumodulen darauf aufzustocken. Ein breites Spektrum praktischer und theoretischer Inhalte wird mit Hilfe vielfältiger Methoden erschlossen, ohne dabei den Anspruch auf Vollständigkeit zu erheben. Hierbei wird auf die Sichtweisen, Einstellungen, Haltungen der Teilnehmenden, also auf deren Selbstverständnis zurückgegriffen. Reflexionsphasen helfen, die Inhalte auf das Vereinsleben und auf sich selbst als zukünftige Leitungsperson zu beziehen.

INHALTE

- Anforderungen an Leitungen von Gruppen im Sport
- Der Umgang mit Menschen und das Auftreten vor Gruppen
- Einführung in die Trainingslehre unter Hervorhebung der Hauptbeanspruchungsform Koordination – in Praxis und Theorie

- Systematischer Aufbau von Sportstunden bzw. außersportlicher Aktivitäten nach dem Vier-Phasen-Modell unter Berücksichtigung methodischer Grundsätze und Prinzipien
- Ziele und Aufgaben des organisierten Sports in NRW und das Qualifizierungssystem des lizenzierten Sports

HINWEISE

*Das Übungsleiter*in C, Trainer*in C, Jugendleiter*in Basismodul (30 LE) ist notwendige Voraussetzung für alle Ausbildungen auf der Ersten Lizenzstufe (außer Vereinsmanager) und gilt somit als Einstieg in die jeweilige Ausbildung. Die Ausbildung muss gemäß Rahmenrichtlinien DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.*

Das Basismodul qualifiziert noch nicht für das Leiten von Gruppen und das Planen, Durchführen und Reflektieren von Angeboten. Die Teilnahmegebühren beinhalten digitale Ausbildungsmaterialien.

G 2022-20001

Umfang: 30 LE

Termine: Sa., 05.03. – So., 06.03.,
und Sa., 12.03. – So., 13.03.2022

Kosten: 145,- €

(110,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Christoph Dickeler, Heinz-Willi Gerards

G 2022-20003

Umfang: 30 LE

Termine: Sa., 10.09. – So., 11.09.
und Sa., 17.09. – So., 18.09.2022

Kosten: 145,- €

(110,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Christof Gühngen

AUFBAUMODUL ÜBUNGSLEITER*IN-C BREITENSPIELSPORT SPORTARTÜBERGREIFEND

Diese Ausbildung wendet sich an diejenigen, die sowohl Kinder- bzw. Jugendgruppen als auch Erwachsene und Ältere sportlich betreuen und sich nicht auf eine Altersgruppe festlegen wollen. Die Inhalte werden mit Hilfe vielfältiger Methoden vermittelt, die ihrerseits wiederum Anregung bieten, den Übungsbetrieb im Verein abwechslungsreich zu gestalten.

Ein Ansatzpunkt dieser Ausbildung ist der eigene Erfahrungsschatz. Dazu werden die Sichtweisen, Einstellungen, Haltungen der Teilnehmenden herangezogen. Zudem wird das Leiten von Gruppen in immer wieder neuen Lernsequenzen geübt und reflektiert.

HINWEISE

*Einstiegsvoraussetzungen sind entweder das Basismodul Übungsleiter*in C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in oder der Gruppenhelfer*in-Ausweis oder der Qualifikationsnachweis Sporthelfer*in oder der Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme am Einführungsseminar Freiwilligendienste.*

Die Ausbildung muss gemäß den Rahmenrichtlinien des DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.

*Nach erfolgreicher Teilnahme am Aufbaumodul erhalten die Teilnehmer*innen die ÜL-C Lizenz, sofern der gültige Nachweis der Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) und der unterschriebene Ehrenkodex vorgelegt wurden.*

Die ÜL-C Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren. Der Besuch einer/mehrerer ÜL-C Fortbildung/en im Gesamtumfang von 15 LE verlängert die Gültigkeit um jeweils 4 weitere Jahre. Die Teilnahmegebühren beinhalten digitale Ausbildungsmaterialien.



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

INHALTE

- Auseinandersetzung mit der Vielfalt von Anforderungen an Übungsleiter*innen im Sportverein,
- Entwicklungsverlauf von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Älteren im Kontext ihrer Lebens- und Bewegungswelt und den jeweiligen Interessen/Bedürfnissen,
- Grundkenntnisse über den Verlauf von idealtypischen Gruppenbildungsprozessen und über Maßnahmen, diesen Prozess positiv zu unterstützen,
- vielfältige sportliche und außersportliche Angebote aus den Kategorien gesundheitsfördernde Aktivitäten, Spiel, traditionelle Sportangebote, Sport- und Bewegungstrends, kreative Aktivitäten,
- didaktische und methodische Kenntnisse der Planung sportlicher und außersportlicher Angebote unter Berücksichtigung sicherheitsrelevanter Aspekte,
- Auseinandersetzung mit der Vielfalt von Anforderungen als Übungsleiter*in verschiedener Altersgruppen,
- aktuelle gesellschaftliche Rahmenbedingungen und deren Einfluss auf den Sport und den Sportverein und
- Anwendung des Erlernten in Planung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen.

G 2022-21101

Umfang: 90 LE

Termine: Sa., 26.03. – So., 27.03.,

Sa., 09.04. – So., 10.04.,

Sa., 23.04. – So., 24.04., Sa., 30.04.,

Sa., 07.05., Sa., 14.05. – So., 15.05. und

Sa., 21.05. – So., 22.05.2022

Kosten: 335,- €

(265,- mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Christoph Dickeler,

Heinz-Willi Gerards

Sportliche Vielfalt – flexibel lernen mit 3 Online-Modulen

Die Besonderheit bei dieser Form der ÜL*in-C-Ausbildung besteht darin, dass insgesamt 15 Lerneinheiten online stattfinden, die räumlich und zeitlich flexibel gestaltet werden können. Daher ist neben den formalen Voraussetzungen zusätzlich die Nutzung eines internetfähigen PC oder Laptop 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. Dabei handelt es sich um folgende digitale Themenbereiche: Sicherheit im Sport, Sportabzeichen-Prüfer*in, Verein und Verband. Über den Zeitpunkt der Bearbeitung informiert die jeweilige Lehrgangsentwicklung.

G 2022-21167

Umfang: 90 LE

Termine: Sa., 01.10. – Di., 04.10.,

Fr., 14.10. – So., 16.10., Sa., 22.10. – So., 23.10.,

Sa., 29.10.2022

Kosten: 335,- €

(265,- mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Christof Gühse

AUSBILDUNG ÜBUNGSLEITER*IN-C SPORT DER ÄLTEREN



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

Ältere im Fokus

(nur buchbar in Kombination Basismodul 20002 und das Aufbaumodul 21200) - die Gesamtkosten für beide Teile betragen 170 Euro. Die Ausbildung wird durch die Stadt Aachen gefördert.

Diese Ausbildung wendet sich an diejenigen, die eine Älterengruppe sportlich betreuen wollen. Ein breites Spektrum sportpraktischer Inhalte wird erlebt und anschließend besprochen. Es wird durch theoretisches Fachwissen ergänzt. Mit Hilfe vielfältiger Methoden zur Vermittlung von Inhalten gibt es Anregungen, den Übungsbetrieb für Ältere auch im Sportverein abwechslungsreich zu gestalten. Dazu werden die Sichtweisen, Einstellungen, Haltungen der Teilnehmenden in den Blick genommen. Zudem wird das Leiten von Älterengruppen in immer wieder neuen Lernsequenzen geübt und reflektiert.

HINWEISE

Die Ausbildung muss gemäß den Rahmenrichtlinien des DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.

*Nach erfolgreicher Teilnahme am Basis- und Aufbaumodul erhalten die Teilnehmer*innen die ÜL-C Lizenz, sofern der gültige Nachweis der Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) und der unterschriebene Ehrenkodex vorgelegt wurden.*

Die ÜL-C Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren. Der Besuch einer/mehrerer ÜL-C Fortbildungen/en im Gesamtvolumen von 15 LE verlängert die Gültigkeit um jeweils 4 weitere Jahre. Die Teilnahmegebühren beinhalten digitale Ausbildungsmaterialien.



INHALTE

- die Zielgruppe der Älteren im lebensphasenbedingten Wandel sowie im Kontext zu ihrer Lebens- und Bewegungswelt und den jeweiligen Interessen/Bedürfnissen,
- Auseinandersetzung mit der Vielfalt an Anforderungen als Übungsleiter*in,
- idealtypischer Verlauf von Gruppenbildungsprozessen bei Älteren und Maßnahmen diesen Prozess positiv zu unterstützen,
- vielfältige Bewegungs- und Sportangebote aus den Kategorien Gesundheitssport, Spiel, traditionelle Sportangebote, Trendsport in Praxis und Theorie,
- didaktische und methodische Kenntnisse zur Planung sportlicher Angebote für Ältere,
- Realisierung geplanter praktischer Aktivitäten und deren Reflexion,
- Einfluss gesellschaftlicher Rahmenbedingungen auf den Sport im Alter und auf den Sportverein und
- Anwendung des Erlernten in Planung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen im Lehrgang.

ZIELE

Die Teilnehmenden

- sind sich ihrer Vorbildfunktion bewusst und verfügen über die Fähigkeit, eigene Einstellungen und Verhaltensweisen in Frage zu stellen und sich weiter zu entwickeln.
- sind sich ihrer Verantwortung als Leiter*in von Älterengruppen bewusst und können dieser Anforderung in ihrem Leitungsverhalten gerecht werden.

- sind in der Lage, Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote ziel- und personenorientiert mittel- und langfristig zu planen und in die Praxis umzusetzen.
- können die Bedeutung angemessener Bewegung für eine gesunde Lebensführung von Älteren vermitteln und zum regelmäßigen Sporttreiben motivieren.
- können Bewegungsabläufe veranschaulichen, analysieren, beobachten und korrigieren.

G 2022-20002

Basismodul

Umfang: 30 LE

Termine: Mo., 25.07. – Do., 28.07.2022

Kosten: 170,- €

Leitung: Dieter Bransch

G 2022-21200

Aufbaumodul

Umfang: 30 LE

Termine: Mo., 01.08. – Do., 04.08.

und Mo., 08.08. – Do., 11.08.,

Mo., 15.08. - Di., 16.08.2022

und Mo., 22.08. - Di., 23.08.2022.

Kosten: bereits im Basismodul bezahlt;

oder bei Quereinstieg 170,- €

Leitung: Dieter Bransch



1. LIZENZSTUFE – BREITENSORTLEHRGÄNGE



SCHWIMMLEHRER- ASSISTENT*IN

*(passgenaue Ausbildung für die Helfer*innen bei der Zertifizierung zur SchwimmGut-Schwimmschule)*

VERLÄNGERUNG

alle C-Trainer*innen-Lizenzen des Schwimmverbandes NRW (Nachweis der Rettungsfähigkeit vgl. DRSA Bronze nicht älter als 2 Jahre erforderlich!) und ÜLC (bis 30 LE). Das Zertifikat als Schwimmlehrerassistent*in muss alle 4 Jahre mit mind. 15 Lerneinheiten verlängert werden.

BASISINFORMATIONEN

Die Ausbildung zum/zur Schwimmlehrerassistent*in umfasst sowohl theoretische als auch praktische Inhalte zu den Themen Wassergewöhnung, Wasserbewältigung und Wassersicherheit. Darüber hinaus werden wichtige Grundlagen der Sportpädagogik sowie der Methodik und Didaktik vermittelt. Organisatorische und rechtliche Grundlagen sowie weiterführendes Material geben den zukünftigen Übungsleiter*innen die nötige Sicherheit mit an die Hand, um den leitenden Trainer*innen im Bereich des Anfängerschwimmens helfend zur Seite zu stehen. Wichtige Querschnittsthemen, wie z.B. Inklusion und Integration sowie Prävention interpersoneller Gewalt ergänzen die Ausbildung zum/zur Schwimmlehrerassistent*in. 10 Lerneinheiten werden von allen Teilnehmer*innen auf der Lernplattform moodle vor Beginn der Online-Seminare bzw. der Präsenztage orts- und zeitunabhängig individuell am PC bearbeitet. Die Inhalte des eLearning dienen als Grundlage für eine qualitativ hochwertige und praxisnahe Ausbildung während der Präsenztage.

INHALTE

- Wassergewöhnung, -bewältigung & -sicherheit
- Aufbau & Planung einer Übungsstunde
- Methodik, Didaktik & Pädagogik im Sport
- Kommunikation & Zusammenarbeit mit den Eltern
- Rechtliche & organisatorische Grundlagen
- Vielfalt
- Prävention interpersoneller Gewalt
- Weiterführende Materialien

LERNZIELE & KOMPETENZEN

Die Teilnehmenden

- können z.B. die Vereine bei der Durchführung der Angebote im Anfängerschwimmen unterstützen.
- besitzen ein umfangreiches Repertoire an Spiel- und Übungsformen um die Ziele des jeweiligen Angebots im Anfängerschwimmen (Wassergewöhnung, -bewältigung oder -sicherheit) zu erreichen.
- wissen, wie eine Übungsstunde aufgebaut ist und worauf sie bei der operativen Durchführung eines Angebotes im Anfängerbereich (Wassergewöhnung, -sicherheit und -bewältigung) im Flach- und Tiefwasser achten müssen.
- kennen die Grundlagen der Sportpädagogik sowie der Methodik und Didaktik und können diese bei der Durchführung eines Angebotes im Anfängerschwimmen anwenden.
- sind sicher in der Kommunikation mit den Eltern und können ihnen wertvolle Tipps mit an die Hand geben.
- sind sicher im Umgang mit Querschnittsthemen des Schwimmsports, wie z.B. den rechtlichen Grundlagen oder der Vielfalt.

ZIELGRUPPE

Diese Ausbildung richtet sich an alle Interessierten, die beim Anfängerschwimmen (Wassergewöhnung, -bewältigung & -sicherheit) z.B. im Verein oder im Schulunterricht helfen wollen, wie z.B. Student*innen, Erzieher*innen, Lehrer*innen, engagierte Eltern, oder Senior*innen usw.

Der/die Schwimmlehrerassistent*in ist die passgenaue Ausbildung für alle Übungsleiter*innen und Helfer*innen am Beckenrand oder im Wasser für die Zertifizierung als SchwimmGut-Schwimmschule und für die Schwimmassistenten-Pools. Für die Ausbildung zum/zur Schwimmlehrerassistent*in sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Alle Teilnehmer*innen müssen das 16. Lebensjahr vollendet haben.

BEMERKUNG

Für die Lernplattform moodle ist ein Zugang zu einem PC mit Internetverbindung erforderlich.

Zu den Präsenzterminen sind Schwimm-sachen mitzubringen.

G 2022-97301

Umfang: 30 LE

Präsenztermine: Sa., 07.05.2022 und Sa., 21.05.2022 (jeweils 09:00-18:00 Uhr)

Kosten: 330,- €

(165,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lehrteam des Schwimmverbandes NRW e.V.



1. LIZENZSTUFE – BREITENSORTLEHRGÄNGE

in Kooperation mit dem Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.



BETREUER*IN BASIC I: LAUFEN

Kooperationslehrgang mit dem LVN

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Lizenz SdÄ (15 LE)

Allgemeine Grundausbildung für Betreuer*innen im Lauf-Treff.

INHALTE

- das Besondere beim Laufen
- die Zielgruppen (vom Laufanfänger bis zum leistungsorientierten Läufer)
- die richtige Lauftechnik
- die richtige Ausrüstung
- das richtige Training
- Basiswissen zur Fitness und Ausdauer
- Gruppenbetreuung
- Chronologie-Leitgedanke und Organisationsform eines TREFFS
- Gestaltung einer TREFF-Übungsstunde für Anfänger
- Versicherungsschutz

G 2022-22501

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 19.03. – So., 20.03.2022

Kosten: 115,- €

Leitung: Lehrteam des Leichtathletik-Verbandes Nordrhein e.V.

BETREUER*IN BASIC II: LAUFEN

Kooperationslehrgang mit dem LVN

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Lizenz SdÄ (15 LE)

VORAUSSETZUNG

Nachweis Laufen Basic I oder ÜL-C Lizenz bei Vorkenntnissen im Laufbereich

INHALTE

- Optimierung der Lauftechnik
- die Analyse des Bewegungsablaufes
- der passive und aktive Bewegungsapparat
- Ernährung und Sport

G 2022-22502

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 02.04. – So., 03.04.2022

Kosten: 115,- €

Leitung: Lehrteam des Leichtathletik-Verbandes Nordrhein e.V.



1. LIZENZSTUFE – FORTBILDUNGEN: SPORTPRAXIS KINDER UND JUGENDLICHE

SPORTJUGEND
LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



HINWEIS

Zur Verlängerung der ÜL-C Lizenz muss alle **4 Jahre** eine Fortbildung von mindestens **15 Lerneinheiten** (entweder eine Wochenendveranstaltung oder zwei Tagesveranstaltungen) besucht werden. Teilnehmer*innen ohne Lizenz erhalten eine Teilnahmebescheinigung.

DIGITAL: KIDS@HOME ZUM SPORT MOTIVIEREN - ONLINE, DRINNEN UND DRAUSSEN

100% online über Zoom

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz (8 LE)

Wie kann man Kinder in dieser besonderen Zeit erreichen, um sie zu Sport und Bewegung zu motivieren? Welche Möglichkeiten habe ich als Bezugsperson/Übungsleiter*in oder Betreuer*in, unter Einhaltung der gesundheitlichen Auflagen zu agieren?

Kern ist die Auseinandersetzung mit gegenwärtigen Problemen, Sorgen, Ängsten und Nöten der großen und kleinen Heranwachsenden.

Gemeinsam werden wir Angebote und deren Bedingungen für Übungsleitende gestalten - sowohl Online-Angebote als auch Angebote für draußen mit Abstand.

G 2022-22101

Umfang: 8 LE

Termin: dienstags, 03.05. und 10.05.2022
(jeweils 17:00-21:00 Uhr)

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Vera van Ool

FUSSBALL IM GANZTAG

Fortbildung in Kooperation mit dem Fußball-Verband Mittelrhein e.V.

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz,
DFB Trainer-C-Lizenz (8 LE)

Immer weniger Kinder treiben in ihrer Freizeit Sport im Verein. Diese Entwicklung ist bereits seit vielen Jahren bekannt und die Auswirkungen sind täglich auf den Fußballplätzen zu spüren. Doch welche Möglichkeiten gibt es, dem entgegenzuwirken?

Eine Möglichkeit ist die Kinder an den Orten abzuholen, in denen sie die meiste Zeit verbringen: der Schule oder Kita.

Hierfür ist es essenziell wichtig, Lehrer*innen, OGS-Mitarbeiter*innen, AG-Leiter*innen, sowie Trainer*innen aus Sportvereinen fachlich weiterzubilden und ihnen Materialien und Spielideen an die Hand zu geben.



Die Fortbildung Fußball im Ganztage richtet sich daher an genau diese Zielgruppe und bietet den Teilnehmenden Handlungsleitfäden, wie ein attraktives Fußballangebot ohne großen Aufwand, auf wenig Raum und mit viel Spaß in der Schule eingesetzt werden kann.

Neben der praktischen Phase erhalten die Teilnehmenden viele wichtige Informationen zur altersgerechten Konzeption von Trainingseinheiten.

Die Veranstaltung richtet sich sowohl an Grundschul-Lehrer*innen, OGS-Mitarbeiter*innen, AG-Leiter*innen und Trainer*innen der Altersklasse U10.

G 2022-22103

Umfang: 8 LE

Termin: Sa., 03.09.2022

Kosten: 55,- €
(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lehrteam des Fußball-Verbandes Mittelrhein e.V.



KEINE ANGST VOR GROSSGERÄTEN!

Barren, Reck und andere Großgeräte auch mal alternativ nutzen

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz (8 LE)

Großgeräte in der Halle sind für viele Übungsleiter immer noch ein Angstthema. Das muss nicht sein! Großgeräte lassen sich wunderbare Abenteuer- und Bewegungslandschaften bauen, wenn man ein paar Sicherheitshinweise beachtet.

In dieser Fortbildung werden „Wackelbrücke“, „Hexenbarren“, „Schluchtensteig“, „Gletscherspalte“ und viele andere Dinge vorgestellt und natürlich aufgebaut und ausprobiert. Viele dieser Elemente lassen sich auch hervorragend in die klassischen Ballspiele wie z.B. Brennball mit einbauen und schaffen so neue und spannende Varianten.

INHALTE

- Knotenkunde
- Sicherheitsaspekte
- Alternativer Aufbau und Nutzung von Großgeräten
- Spielideen mit Großgeräten

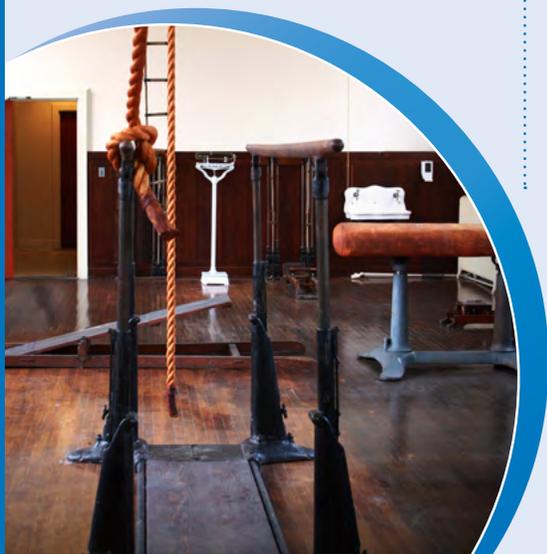
G 2022-22104

Umfang: 8 LE

Termin: So., 11.09.2022

Kosten: 55,- €
(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Thomas Kaiser



KINDERYOGA

Konzentrieren-Bewegen-Entspannen

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz (8 LE)

Yoga schult die Körperwahrnehmung, das Sozial- und Aufmerksamkeitsverhalten sowie die kognitive Entwicklung, mit dem Ziel, dass die Kinder auf Dauer entspannter werden.

Wir fühlen uns ein und sind mal „der Baum“, „der Löwe“, „der Tiger“, „der Storch“, „der Schmetterling“, „der Hase“, „die Sonne“ und „der Mond“. Wir begrüßen uns mit Namaste und lernen Schwingungen kennen, z.B. im Ohmmmm und anderen Liedern.

Durch bekanntes und spielerisches Tun mit Memory, Domino, Bewegungsliedern, Traumreisen, Wahrnehmungsspielen, Mandalas wird Kinderyoga nahegebracht.

SPORTJUGEND
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



INHALTE

- Theorie von Yoga und Kinderyoga
- Vorstellung einer Kinderyoga-Übungsstunde
- Sinnesübungen zum Hören, Riechen, Tasten, Schmecken, Sehen
- Entspannungsgeschichten
- Kinderyoga-Asanas (der Baum, der Löwe, die Katze, der Tiger, die Schlange usw.)
- Kinderyogageschichten
- Massage im Kinderyoga
- Wie setze ich das Gelernte um?
- Die Wichtigkeit der Rituale
- Kinderyoga mit den Eltern als gemeinsame Aktivität

G 2022-22105

Umfang: 8 LE

Termin: Sa., 17.09.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Eva Staerk



TEAMBUILDING – MIT ABSTAND ZU EINEM STÄRKEREN TEAM

Teambuilding mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz (8 LE)

Ein (neues) Team zu fördern und zu fordern ist das Ziel dieses Lehrgangs. Es werden unterschiedliche Werkzeuge vorgestellt, besprochen und natürlich ausprobiert und erlebt.

Kennenlernspiele: Unterschiedliche Kennenlernspiele dienen dazu, dass die Mitglieder einer neuen Gruppe sich miteinander vertraut machen, Hemmungen abbauen und sich dann im weiteren Verlauf eine gewollte Gruppendynamik aufbaut.

Kooperationsspiele: Kooperation innerhalb einer Gruppe ist wichtig, weil nur durch gemeinsames Kooperieren die gesamte Mannschaft/die ganze Gruppe ans Ziel kommt.

Vertrauensspiele: Sie fördern das Selbstvertrauen und vor allem das Fremdvertrauen. Vertrauensspiele sind ein wichtiges Instrument, wenn man im gemeinsamen Spiel versucht, eine Gruppe noch enger zusammenzuführen. Bei Vertrauensspielen sollen die Teilnehmenden merken und erleben, dass sie aufeinander angewiesen sind.

INHALTE

- Vorstellung und ausprobieren kleinerer und größerer Spiele zur Förderung des Teambuildings
- Gruppendynamische Prozesse erkennen und steuern
- Vertrauensspiele, Kooperationsspiele und Kennenlernspiele vorstellen und erleben

G 2022-22106

Umfang: 8 LE

Termin: Sa., 05.11.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Thomas Kaiser

SPIELEN, ERFAHREN, ERLEBEN MIT BALL (U4-U7)

Fortbildung in Kooperation mit dem Fußball-Verband Mittelrhein e.V.

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz, DFB Trainer-C-Lizenz (8 LE)

Kinder im Kindergarten-Alter haben meist einen großen Bewegungs- und Spieldrang, sind in der Regel aber nicht ausdauernd und ermüden daher sehr schnell. Sie laufen, toben, springen, klettern, werfen und schießen mit diversen Materialien und haben eine blühende Fantasie. Diese Elemente sind daher Hauptbestandteil der Fortbildung „Spielen, Erfahren, Erleben mit Ball“.

INHALTE

Durch das spielerische Erleben des Balles und weiterer Materialien erhalten die Teilnehmenden einen ersten Einblick in die Welt des Sports/ Fußballs, ohne dabei ein fußballerisches Können voraussetzen und konkrete Techniken zu erlernen.

Der Spaß und die allgemeine motorische Förderung stehen hier im Vordergrund und sind besonders im Vorschulalter essenziell wichtig.

Die Veranstaltung richtet sich sowohl an Erzieher*innen, Mitarbeiter*innen in Kitas und Trainer*innen der Altersklassen U4- U7. Diese Anerkennung gilt ebenso für teilnehmende Erzieher*innen aus „Anerkannten Bewegungskindergärten des LSB NRW“, die der geforderten Qualitätssicherung in Form einer Fortbildung nachkommen.

G 2022-22107

Termin: Sa., 12.11.2022

Umfang: 8 LE

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lehrteam des Fußball-Verbandes Mittelrhein e.V.



1. LIZENZSTUFE – FORTBILDUNGEN: SPORTPRAXIS ERWACHSENE



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

HINWEIS

Zur Verlängerung der ÜL-C Lizenz muss alle **4 Jahre** eine Fortbildung von mindestens **15 Lerneinheiten** (entweder eine Wochenendveranstaltung oder zwei Tagesveranstaltungen) besucht werden. Teilnehmer*innen ohne Lizenz erhalten eine Teilnahmebescheinigung.

INDOOR WORKOUT

Neue Anregungen für ein Training in der Sporthalle

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (8 LE)

In diesem sehr praxisorientierten Lehrgang, bringen wir Ihnen einen „bunten Blumenstrauß“ an verschiedenen Workouts für die Sporthalle mit. Durch Ihre eigenen Erfahrungen lassen wir den Blumenstrauß zusätzlich noch bunter und größer werden. Bitte Handtuch als zusätzliche Auflage mitbringen!

INHALTE

- Übungen mit dem Rendondoball
- Training mit Theraband® und Tubes
- Callanetics, dass Training für die Tiefenmuskulatur
- Tabata, Intervalltraining mal anders
- Freeletics, der eigene Körper als Trainingsgerät
- Pezziballtraining, er ist nicht nur zum sitzen da

G 2022-22702

Umfang: 8 LE

Termin: Sa., 07.05.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Detlef Gerth

FITNESS XXL

Training mit und für Menschen mit Adipositas

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (8 LE)

Deutschland wird runder und die Zahl der übergewichtigen Teilnehmenden an Sportangeboten in Vereinen nimmt zu. Menschen mit Adipositas mit und ohne den Wunsch der Gewichtsreduktion haben trotz eventueller, körperlicher Beeinträchtigungen in der Regel Spaß an der Bewegung. In dieser Fortbildung werden viele Ideen vermittelt, wie Ausdauer, Kraft, Koordination und Gleichgewicht verbessert und geschult werden können.

INHALTE

- Theoretische Hintergründe zum Sport mit übergewichtigen Teilnehmenden
- gesundheitliche Auswirkungen von Übergewicht
- Übungen für Breitensportstunden für diese Zielgruppe
- Anpassung von Trainingsideen an die Anforderungen von Menschen mit Adipositas
- Besonderheiten des Trainings für Menschen mit Adipositas

G 2022-22703

Umfang: 8 LE

Termine: Sa., 27.08.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Vera van Ool

MASSAGE FÜR ALLE

Entspannung für Körper und Geist, Lockerung von Verspannungen

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (8 LE)

Massage ist mehr, als nur Berührung. Massage ist eine wirksame Behandlung gegen typische Alltagsbeschwerden.

Viele Probleme lassen sich auf diese Weise lindern; z.B.: Stress, Verspannungen, Schlafstörungen, Kopfschmerzen und einiges mehr.

Massieren lässt sich leicht erlernen. Es sind nur wenige Grifftechniken oder Hilfsmittel nötig, um eine wirksame Wohlfühlmassage durchführen zu können.

Der Fokus dieser Fortbildung basiert auf Grundlage der klassischen Massage (Schwedische Massage).

Materialbedarf: 2 Tennis- oder Igelbälle und ein großes Handtuch (Sauna- oder Strandtuch).

INHALTE

- Wirkung von Massagen
- Kleine Anatomiekunde
- Kontraindikationen
- Ablauf einer Massage
- Anwendung vcm Kurs
- Büromassage

G 2022-22704

Umfang: 8 LE

Termine: Sa., 27.08.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Detlef Gerth

WEITERFÜHRUNG ZUR SPORTMASSAGE

Aufbaukurs für alle, die Vorerfahrungen haben oder „Massage für alle“ besucht hatten

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (8 LE)

Die Sportmassage ist eine Ergänzung der klassischen (schwedischen Massage), die speziell die Bedürfnisse von Sportlerinnen und Sportlern abdeckt. Sie ist etwas intensiver als eine Wellnessmassage und wird gerne in Verbindung mit passiven Dehnungselementen angewendet. In der Sportmassage wird lokal und zielorientiert massiert - als Vorbereitung vor sportlichen Aktivitäten oder als Nachbereitung eines Trainings, um die Muskelerholung zu verbessern und den Muskelkater nicht zu groß werden zu lassen. Sie ist aber auch bestens für alle „Nichtsportler*innen“ geeignet, die intensiver als in einer Wellnessmassage massiert werden wollen.

In dieser Fortbildung werden die bereits erlernten Grundlagen der klassischen Massage (schwedische Massage) erweitert und vertieft.



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Materialbedarf: 1 großes Handtuch
(Sauna- oder Strandtuch), 1 Duschhandtuch,
1 kleines Kissen, 1 Decke

INHALTE

- Anatomiekunde
- Welche Muskeln werden bei welcher Sportart hauptsächlich beansprucht?
- Kontraindikationen bei einer Sportmassage
- Ablauf einer Sport-Massage
- Passives Dehnen
- Anwendungsbereiche
- Unterschiede zwischen Wellness-Massage und Sport-Massage

G 2022-22705

Umfang: 8 LE

Termine: So., 28.08.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Detlef Gerth

RÜCKEN CHI – ASIATISCHE BEWEGUNGSKÜNSTE UND RÜCKENSCHULE



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

VERLÄNGERUNG:

ÜL-C Lizenz, SdÄ (15 LE)

INHALTE

Mit Hilfe von fernöstlichen Bewegungsarten wie Yoga, Qi Gong u.a. sowie der japanischen Entspannungsmassage Shiatsu wird hier ein präventiv wirkendes Sportprogramm vorgestellt. In Kombination mit Elementen der Wirbelsäulengymnastik sollen Übungen vorgestellt werden, um das klassische Rückenschulangebot zu erweitern. Zusätzlich werden biologische und physiologische Grundlagen in einem kurzen Theorieblock vermittelt.

G 2022-22507

Umfang: 8 LE

Termine: Sa., 24.09. – So., 25.09.2022

Kosten: 80,- €

(65,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Stephan Vogt



SCHLAGFERTIG: RESILIENZTRAINING

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (8 LE)

In diesem Training lernen Sie Resilienz als wegweisende Fähigkeit kennen, die zu einem erfüllteren und gesunderen Leben führt. Sie lernen sich selbst und Ihre Reaktionen besser kennen. Das Resilienztraining schult die Wahrnehmung und stärkt Ihre Achtsamkeit. Angriff und Widerstand rauben uns oft Energie, Souveränität und Sicherheit im Umgang mit den Herausforderungen des (Sport -) Alltags. In einer Konfliktsituation können wir z.B. unsere Aufmerksamkeit auch darauflegen, die destruktiven Worte und Verhaltensweisen unseres Gegenübers ins Leere laufen zu lassen und zu lernen, die Energie des anderen im Sinne einer lösungsorientierten sowie konstruktiven Auseinandersetzung umzuleiten.

In diesem Seminar werden mit Hilfe von fernöstlichen Bewegungskünsten wie Qi Gong, Karate u.w. Strategien erarbeitet, die den selbstsicheren und entspannten Umgang mit Herausforderungen als Lösungsweg beinhalten.



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

Gerade die asiatischen Kampfkünste bieten mit ihren Grundphilosophien, Wertvorstellungen, Einsichten und Anwendungen eine hervorragende Übertragbarkeit in unseren Alltag und somit eine Vielzahl von bisher nicht praktizierten Lösungen und Chancen für das eigene Verhalten.

INHALTE

Strategieentwicklung zur Ressourcennutzung mit Hilfe

- Praktischer Karateübungen
- Achtsamkeitsübungen
- Kommunikationsmodellen
- Gruppen- und Einzelarbeiten

G 2022-22707

Umfang: 8 LE

Termin: Sa., 29.10.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Stephan Vogt





FASZIENTRAINING

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (15 LE)



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

Faszientraining entwickelte sich aus einem Bewegungstrend zu einem festen Bestandteil der Übungseinheiten im Breitensport, Prävention und Therapie. Viele besitzen eine oder mehrere Faszienrollen und -bälle, die bei großen und kleinen Muskelgruppen regelmäßigen Einsatz finden. Dieser Lehrgang dient dazu, Faszientraining zur Selbsthilfe anzubieten. Es werden einfache Übungen vorgestellt, die an die Kursteilnehmer*innen weitergegeben werden können.

INHALTE

- Anatomie: Theoretische Grundkenntnisse
- Funktionsketten
- Methodik
- „Sanfter“ Einstieg ins Faszientraining mit der Poolnudel
- Anwendung in Kursen in Breitensport- (und Präventionskursen)
- Erarbeiten eines Programms mit der Faszienrolle

G 2022-22508

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 29.10. - So., 30.10.2022

Kosten: 80,- €

(65,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Alexander Andreas Herling

FIT BIS INS HOHE ALTER – TRAINING FÜR KOPF UND KÖRPER



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

Trainingsideen für den Sport der Älteren

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (15 LE)

Bewegung bis ins hohe Alter hält nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit. Die Anzahl der älteren Teilnehmer*innen in Breitensportstunden ist steigend, daher sind auch Ideen und Hintergrundwissen zu Übungsstunden mit dieser Altersgruppe wichtig für die Übungsleiter*innen. In dieser Fortbildung werden viele Ideen vermittelt, wie Ausdauer, Kraft, Koordination, Reaktionsfähigkeit und Gleichgewicht altersgerecht geschult und verbessert werden können. Dazu gehen wir auf die Verbesserungsmöglichkeiten der Gedächtnisleistung durch Bewegung und Spiel ein. So werden Übungsleiter*innen auf die Arbeit mit älteren Teilnehmenden in Theorie und Praxis vorbereitet.

INHALTE

- Theoretische Inhalte zum Thema Alter
- Ideen für die Stundengestaltung mit älteren Teilnehmern
- Alternative Bewegungs- und Trainingsmöglichkeiten im Alter
- Alterserkrankungen und deren Einfluss auf die Stundengestaltung
- Besonderheiten des Trainings im Alter
- Spiele zur Verbesserung der Ausdauer-, Koordinations- und Gedächtnisleistung

G 2022-22509

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 12.11. – So., 13.11.2022

Kosten: 80,- €

(65,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Vera van Ool

WINTER FIT

bewegt durch die kalten Tage

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (8 LE)

Um gesund und fit den Winter zu überstehen, muss man den inneren Schweinehund recht oft überwinden. Diese praxisorientierte Fortbildung präsentiert Beispiele an Übungen und Stundengestaltung, um die Sportgruppe im Fitnessstudio oder im Sportverein auch in der kalten Jahreszeit in Bewegung zu halten. Auch für Zuhause werden spannende Übungen ohne Kleingeräte vorgestellt, die zusätzlich motivieren.

- Vielfältige Übungen für den ganzen Körper
- Vorstellung einfacher Übungssequenzen mit dem eigenen Körpergewicht ohne Geräte
- Einsatz der Hilfsmittel / Kleingeräten
- Zusammensetzung der Übungen zu effektiven Workouts
- Einsatz von Musik

G 2022-22708

Termin: So., 20.11.2022

Umfang: 8 LE

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Claudia Adler

PILATES BASICS

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (15 LE)

„Nach 10 Stunden spürst du es, nach 20 Stunden siehst du es, nach 30 Stunden hast du einen neuen Körper“ von Josef Pilates. Im Mittelpunkt der Qualifizierungsmaßnahme stehen die Grundprinzipien der Gestaltung der Pilates-Übungseinheiten. Josef Pilates entwickelte ein Ganzkörpertraining, welches Dehn- und Kräftigungsübungen beinhaltet, die den ganzen Körper gleichmäßig und individuell stärken, formen und so die Haltung und das Befinden sehr schnell verbessern. Er nutzte das „Powerhouse“ als Grundlage seiner Methode. Nach der Vorstellung der Philosophie und der Besonderheiten der Pilates-Methode wird eine breite Palette an Grundübungen und deren Variationen gezeigt und erläutert.

INHALTE

- Kennenlernen der Pilates-Methode
- Prinzipien des Pilatestraining
- Einführung in die Atemübungen nach Josef Pilates
- Körperwahrnehmung
- Grundübungen im Stand
- klassische Übungen in der Seit- und Bauchlage
- klassische Übungen in der Rückenlage
- Stundenaufbau mit Musik
- beispielhafte Pilates-Stunden

G 2022-22510

Termine: Sa., 10.12. - So., 11.12.2022

Umfang: 15 LE

Kosten: : 80,- €

(65,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Claudia Adler



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



TAPING UND FLOSSING

Klebebänder effektiv eingesetzt

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (15 LE)

Nicht nur für Leistungssportler*innen und Profis sind die bunten Klebebänder oder Flossbänder hilfreich. Hobbysportler*innen, ältere Menschen sowie Menschen, die Probleme mit dem Bewegungsapparat haben, können vom Einsatz dieser Hilfsmittel profitieren.

Aber wie kann ich möglichst effektiv die Bänder anlegen? Warum wirkt es überhaupt? Kann ich die Bänder am ganzen Körper nutzen? Warum gibt es unterschiedliche Farben? Dies sind Fragen, die in diesem sehr praxisorientierten Lehrgang beantwortet werden.

In der Lehrgangsgebühr sind die Kosten für das Übungs-Material enthalten!

Bitte mitbringen: Eine Matte oder Decke! Die Tapes werden im Lehrgang gegenseitig oder an sich selbst angelegt - bitte denken Sie daher an entsprechende Kleidung, um sich am Rücken und / oder am Bein tapen zu lassen, sowie an ggfs. an eine Rasur.

INHALTE

- Erlernen der Einsatzzwecke von den Tapingbändern
- Einsetzen von Tapingbändern und erleben der Wirkung am eigenen Körper
- Verstehen der unterschiedlichen Farben
- Anlegen und ausprobieren nach ausgewählten Beschwerdebildern. Zum Beispiel Schmerztape, Fingertape und auch Knietape
- Flossingbänder, deren Wirkung und Einsatzmöglichkeiten

ZIELE

- Die Teilnehmer*innen lernen diverse Anlegetechniken von Klebebändern in Partnerarbeit kennen
- Die Teilnehmer*innen können zielorientiert die geeigneten Techniken anwenden.
- Sicherer Umgang mit den Tapebändern.

G 2022-22511

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 10.12. - So., 11.12.2022

Kosten: 110,- €

(90,- € mit Vereinsempfehlung) –
Materialkosten enthalten!

Leitung: Alexander Andreas Herling





1. LIZENZSTUFE – FORTBILDUNGEN: INTEGRATION DURCH SPORT



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

DIGITAL: FIT FÜR DIE VIELFALT MIT 8 LE

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ, Jugendleiter-Lizenz (8 LE)

Sie fragen sich vielleicht, warum soll ich fit für die Vielfalt werden? Oder Sie sagen sich: Vielfalt, ja klar, das ist ein Thema für mich und für meinen Verein - aber wie, bitteschön, gehe ich das praktisch an? Als hauptberufliche*r und ehrenamtliche*r Mitarbeiter*in in einer Sportorganisation oder sozialen Einrichtung sind Sie bei FIT FÜR DIE VIELFALT genau richtig! Das Seminar vermittelt Hintergründe und konkrete Handlungsmöglichkeiten und schärft den Blick für die Potenziale von Vielfalt.

BESONDERE HINWEISE

*Ein Programm im Vorfeld wird nicht zugesandt, da das Seminar prozess- und teilnehmer*innenorientiert konzipiert ist.*

INHALTE

Das Tagesseminar ist eine kompakte und gleichzeitig eine intensive Trainingseinheit in Theorie und Praxis. Sie führt nicht an das Thema heran, sondern in es hinein. Denn das Interesse an Verschiedenheit, an ihrer

Wahrnehmung und Wirkung, weckt das Seminar selbst. Es verknüpft theoretische Hintergründe mit praktischen Übungen und ermöglicht den Teilnehmenden, die oft überraschende Reflexion ihres eigenen Verhaltens erfahren. So unterstützt es die tägliche Arbeit ganz unterschiedlicher Teilnehmer*innen-Gruppen. Übungsleiter*innen, Trainer*innen und FSJler*innen profitieren von den Seminaren ebenso wie die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen von Vereinen oder Verbänden oder Sozialarbeiter*innen mit Sportbezug.

ZIELE

Interkulturelle Kompetenzen durch praktische Übungen und Reflexionen
Kennenlernen von

- verschiedenen Lebensmodellen und –konzepten
- interkulturellem Lernen
- Möglichkeiten und Grenzen der Integration im Sportverein

G 2022-23710

Termine: Di., 15.02. und Do., 17.02.2022
(jeweils 18:00-21:00 Uhr)

Umfang: 8 LE

Kosten: 0,- €

Leitung: Ümit Agirman

1. LIZENZSTUFE – FORTBILDUNGEN: ERSTE HILFE (BEI SPORT-VERLETZUNGEN)

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ, Jugendleiter (9 LE)

In diesem Lehrgang lernen Sie Notfälle zu erkennen und in Notfallsituationen richtig zu handeln. Neben den allgemeinen Themen, wie z.B. „Reanimation“, „stabile Seitenlage“ und „Helmabnahme“, gehen wir in diesem Kurs speziell auf Sportverletzungen und Notfälle ein, die oftmals mit körperlichen Anstrengungen in Verbindung stehen.

HINWEISE

Der Lehrgang wird in Kooperation mit Lernimpuls-Aachen (berufsgenossenschaftlich ermächtigter Ausbildungsträger) durchgeführt. Die Teilnahmebescheinigung können Sie weitreichend nutzen (ÜL-C -

*Lizenzverlängerung, Fahrerlaubnisbewerber*innen, betriebliche Ersthelfer*innen, Erzieher*innen, Tagesmütter / Tagesväter etc.)*

*Die Unfallverhütungsvorschrift „Grundsätze der Prävention“ (DGUV-Vorschrift 1) verpflichtet den Vorstand, dafür zu sorgen, dass bei zwei bis zu 20 anwesenden Versicherten mindestens ein(e) Ersthelfer*in zur Verfügung steht. Die VBG und der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) sind der Auffassung, dass jede Übungsleitung in der Ersten Hilfe aus- und fortgebildet sein muss.*

Die Lehrgangsgebühren für die Ausbildung und Fortbildung der Ersthelfer werden von der VBG übernommen (§ 23 Abs. 1 und 2 SGB VII). Das Formular erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung. Bitte lassen Sie dieses Formular von Ihrem Verein ausfüllen und abstempeln und reichen Sie dieses im Original beim SportBildungswerk Aachen, spätestens jedoch im Lehrgang, ein.

INHALTE

- Gefahren erkennen und beachten
- Notruf absetzen
- Maßnahmen zur psychischen Betreuung Verletzter
- Störung von Bewusstsein, Atmung, Kreislauf
- Kontrolle von Bewusstsein und Atmung
- Stabile Seitenlage
- Herz-Lungen-Wiederbelebung mit AED
- Helmabnahme beim Bewusstlosen
- Verletzungen des Bewegungsapparates
- Versorgung von Verletzungen
- Überlastungsschäden
- Vermeidung von Sportunfällen

G 2022-23171

Termine: Mi., 02.03. und 09.03.2022
(18:00-22:00)

Für alle EH-Lehrgänge gilt:

Umfang: 9 LE

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung, kostenfrei mit VBG Abrechnungsformular)

Leitung: in Kooperation mit Lernimpuls-Aachen

G 2022-23172

Termine: Mi., 11.05. und 18.05.2022
(18:00-22:00)

G 2022-23173

Termin: Sa., 24.09.2022 (09.00-17:00)

G 2022-23174

Termin: Sa., 19.11.2022 (09.00-17:00)



FORTBILDUNGEN: INKLUSION IM UND DURCH SPORT



INKLUSION IM UND DURCH DEN SPORT – LEICHTER ALS DU DENKST

*Fortbildung in Kooperation mit dem
Behinderten- und Rehabilitations-
sportverband NRW e.V.*

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (8 LE)

Inklusion – im Allgemeinen ist der Begriff zeitgerecht und umfasst ein sehr komplexes Thema.

Die Fortbildung zeigt, wie Inklusion im Verein, in der Gruppe, aber auch im privaten Umfeld gelingen kann.

Neben der Selbsterfahrung und dem Erlebnis des Sports mit Sinnesbehinderungen, kognitiven Beeinträchtigungen oder verschiedenen funktionellen Beeinträchtigungen steht das didaktisch-methodische Handeln im Vordergrund. Dazu werden spielerische Übungsformen und kleine Bewegungsspiele als Grundlage genutzt.

In der Fortbildung werden Ideen zur Stundengestaltung, die Abwandlung von Spielen, sowie Differenzierungsmöglichkeiten im Sport dargestellt und mit den Teilnehmenden gemeinsam erarbeitet.

Neue Spiele wie Cross-Boccia, Kin-Ball oder Tischvolleyball mitsamt der Variationen werden in der Gruppe selbst erlebt und reflektiert.

Durch das Vorhandensein verschiedener Hilfsmittel (Rollatoren, Rollstühle) gibt es auch die Möglichkeit, diese in die Planung der Sport- und Bewegungsangebote mit einzubeziehen und Ideen direkt auszuprobieren.

Die Inhalte werden praxisnah dargestellt und auch theoretisch (z.B. über ausgewählte Behinderungsarten und Krankheitsbilder) eingerahmt. Einige der vorgestellten Spiele und Spielideen werden im Skript mitgegeben.

ZIELGRUPPE

Übungsleiter*innen C, Referent*innen, Lehrer*innen, Therapeut*innen und Fachkräfte der pädiatrischen Rehabilitation

INHALTE

- Sport mit Sinnesbehinderungen, kognitiven oder verschiedenen funktionellen Beeinträchtigungen
- spielerische Übungsformen und kleine Bewegungsspiele
- Ideen zur Stundengestaltung
- neue Spiele, die Abwandlung von Spielen und Differenzierungsmöglichkeiten im Sport

G 2022-22701

Umfang: 8 LE

Termin: Sa., 02.04.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lehrteam des BRSNW e.V.



DIGITAL: IMPULSE FÜR DEN KONSTRUKTIVEN UMGANG MIT HERAUSFORDERNDEM VERHALTEN

100% online über Zoom

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz (8 LE)

Die Rahmenbedingungen in Schule und Sport haben sich in den letzten Jahren verändert. „Störendes“ Verhalten von Kindern und Jugendlichen wird zunehmend als Hauptbelastungsfaktor erlebt. Beziehungsarbeit ist und bleibt eine Herausforderung. In diesem Seminar wollen wir einen ressourcenorientierenden und wertschätzenden Standpunkt einnehmen und die Ursachen von auffälligem und weniger auffälligem Verhalten beleuchten. Wir werden reflektieren, was pädagogische Systeme leisten können. Und, wir wollen pädagogische Ansätze und Interventionsmethoden zusammentragen, die geeignet sind, um auf unterschiedliches Sozialverhalten konstruktiv einzugehen. In diesem Live-Online-Seminar müssen wir auf den sportpraktischen Teil verzichten.

INHALTE

- theoretischer Einstieg zum Themenkomplex „herausforderndes Verhalten“
- systemische Herangehensweise
- inklusive und wertschätzende Haltung
- praktische Tipps im Umgang mit „herausforderndem Verhalten“
- pädagogische Interventionsmethoden

HINWEISE

Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer oder Tablet mit Audio- und Videofunktion. Smartphone können wir nicht empfehlen. Alle weiteren Informationen werden nach der Anmeldung zugeschickt. Kenntnisse für ZOOM sind nicht erforderlich. Es gibt zu Beginn eine Einweisung, so dass alle teilnehmen können.

G 2022-22102

Umfang: 8 LE

Termine: Sa., 21.05.2022 (09:30-16:00 Uhr)

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Elisabeth Franke, Oliver Klar



DIGITAL: STARKE ÜBUNGS- LEITUNG: METHODISCH- DIDAKTISCHER AUSTAUSCH FÜR INKLUSIVEN SPORT

100% online über Zoom

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz (4 LE)

Wie leite ich eine heterogene Sportgruppe an? Diese Frage gewinnt an zusätzlicher Bedeutung, mit den Bemühungen Inklusion im Sport umzusetzen. Oliver Klar, Übungsleiter in inklusiven Sportgruppen bei Pfeffer-sport e.V. (Berlin), redet über Rahmenbedingungen und eine inklusive Haltung, als Voraussetzungen für inklusive Praktiken. Er wird außerdem methodisch-didaktische Vorüberlegungen teilen und einen Überblick über Veröffentlichungen zu Inklusivem Sport geben. Im Zentrum steht der Erfahrungsaustausch und die gemeinsame Suche nach Lösungsansätzen.

INHALTE

- Rahmenbedingungen für inklusives Arbeiten
- Kriterien für eine inklusive Haltung
- Modell zur Anpassung von Sport und Bewegung
- didaktische Prinzipien für inklusiven Sport

G 2022-22201

Umfang: 4 LE

Termine: Mi., 21.09.2022 (18:00-21:15 Uhr)

Kosten: 27,- €

(20,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Elisabeth Franke, Oliver Klar

Erstmalig hat der Stadtsportbund Aachen e.V. einen Wegweiser für Inklusion im Sport entwickelt.

Für weitere Informationen besuchen Sie die Internetseite des Stadtsportbundes oder kontaktieren Sie uns unter:

info@sportinaachen.de



BEWEGUNG, SPIEL UND SPORT IM ROLLSTUHL

*Fortbildung in Kooperation mit dem
Behinderten- und Rehasportverband
NRW e.V.*

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (8 LE)

Das Hilfsmittel Rollstuhl stellt bei verschiedenen Krankheitsbildern und Behinderungsarten eine wesentliche Mobilitätshilfe dar. In der Fortbildung vermitteln wir die didaktisch-methodischen Grundlagen der Rollstuhlnutzung für Nutzer*innen und Begleitpersonen sowie Einblicke in verschiedene Sportarten.

Im Fokus stehen hier neben ausgewählten Krankheitsbildern die Einsatzmöglichkeiten im Rehabilitationssport. Alltagspraktische Übungen mit Einsatz eines Parcours sowie die rechtlichen Rahmenbedingungen zur Anschaffung eines Hilfsmittels runden die Fortbildung inhaltlich ab.

Es besteht die Möglichkeit, Spiel, Sport und Bewegung im Rollstuhl selbst zu erleben, Erfolgserlebnisse zu erzielen und diese Eindrücke auf die Teilnehmenden in den Gruppen zu übertragen.



Besonderes Augenmerk liegt hier auf der Akzeptanz des „Hilfsmittels“ Rollstuhl.

Die Teilnehmenden erkennen die Unterschiede zwischen einzelnen Arten von Rollstühlen und erhalten Einblick in die Spezifikationen der Rollstühle.

INHALTE:

- didaktisch-methodischen Grundlagen der Rollstuhlnutzung für Nutzer*innen und Begleitpersonen
- Arten und Spezifikationen der Rollstühle
- Rollstuhl-Sportarten
- ausgewählten Krankheitsbilder
- Einsatzmöglichkeiten im Rehabilitationssport
- rechtliche Aspekte

G 2022-22706

Termin: Sa., 24.09.2022

Kosten: 55,- €

(42,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lehrteam des BRSNW e.V.



2. LIZENZSTUFE – AUS- UND FORTBILDUNGEN BEWEGUNGSFÖRDERUNG



BEWEGUNGSFÖRDERUNG IN DER KINDERTAGESPFLEGE

*Bewegung und Spiel für die Kleinsten (U3)
(Zertifikat)*

Vom Krabbeln zum Laufen, vom Brabbeln zum Sprechen, vom Experimentieren zum Spielen – wie gelingt es die natürlichen Bedürfnisse und Interessen der Kleinsten zu nutzen und zu fördern und mit Bewegung und Spiel ganzheitlich in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen?

In dieser Qualifizierung erleben sie praxisnah und theoretisch fundiert, welche Bedeutung Bewegung und Spiel für die kindliche Entwicklung hat. Bewegung ist der Motor zur Bewältigung vieler Entwicklungsaufgaben der Kinder. Bewegungsförderung wird immer auch als Element der Beziehungspflege verstanden. Sie lernen alltagsintegrierte Bewegungsanlässe und Bewegungsangebote im häuslichen Umfeld und in der Umgebung zu erkennen, zu nutzen und zu initiieren.

HINWEISE:

Die Ausbildung umfasst 40 Lerneinheiten inklusive Selbstlernphasen und Projekte:

32 LE als Präsenzveranstaltung; 8 LE für individuelle praxisorientierte Projektarbeit

Die Teilnehmenden erhalten nach erfolgreichem Abschluss das Zertifikat „Bewegungsförderung in der Kindertagespflege“.

INHALTE

- Anforderungsprofil und Selbstverständnis für mehr Bewegung und Spiel im Alltag
- Spielthemen als Zugang für vielfältige Bewegungserfahrungen
- Grundlagen der kindlichen Entwicklung
- Planung, Durchführung und Auswertung von alltagsintegrierten Bewegungsanlässen in der Tagesstruktur
- Raumgestaltung
- Elternbildung
- Lokale Kooperationsmöglichkeiten

ZIELE

Die Teilnehmenden

- wissen um die Bedeutung ihrer eigenen Einstellung und reflektieren ihr Bild vom Kind,
- nutzen entwicklungstheoretische Grundlagen zur Planung und Gestaltung von Bewegungsanlässen,
- entwickeln ein Ideenrepertoire zur Unterstützung von Körper- und Materialerfahrung
- können Eltern zum Thema Bewegungsförderung informieren und
- wissen um Kooperationspartner für das gemeinsame Ziel der Bewegungsförderung.

G 2022-16000

Termine: Sa., 30.04. - So., 01.05.2022 und
Sa., 14.05. - So., 15.05.2022

Umfang: 40 LE

Kosten: 180,- €

Leitung: Bärbel Hofmeister



BEWEGUNGSFÖRDERUNG IN SPORTVEREIN UND KITA

*Bildung bewegt gestalten für
0 bis 6-jährige Kinder*

VERLÄNGERUNG

*ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Aufbaumodul, ÜL-B
Lizenz Kinder und Jugendliche, BiKuV, BESS,
GfK (15 LE)*

Erweitern Sie ihr Wissen und lernen Sie, Bewegung als Medium der Entwicklungsförderung sowie als Basis für die Entwicklung eines positiven Selbstkonzepts für 0- bis 6-Jährige verstehen. Selbsterfahrungen und Praxisanregungen werden mit entwicklungspsychologischen Grundlagen verknüpft. Wir bieten Ihnen vertiefende Inhalte auf der Grundlage psychomotorischer Erkenntnisse für eine zeitgemäße Bewegungsförderung im Kitaalltag, im Sportverein und für die Ausgestaltung einer pädagogischen Schwerpunktsetzung im „Anerkannten Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW“.

HINWEISE

*Diese Qualifizierung richtet sich besonders an Fach- und Ergänzungskräfte aus Tageseinrichtungen für Kinder (§ 26 Abs. 3 Nr. 3 Kinderbildungsgesetz NRW) sowie an Übungsleiter*innen der 1. Lizenzstufe.*

*Fach- und Ergänzungskräfte erhalten nach erfolgreichem Abschluss das Zertifikat „Bewegungsförderung in Verein und Kita“, Übungsleiter*innen C erhalten das Zertifikat und die Lizenz Übungsleiter*in B Kinder- und Jugendsport. Das Zertifikat verliert seine Gültigkeit nicht.*

INHALTE

- Vom Selbstverständnis/Bewegungsbiografie zur professionellen Haltung im Anwendungsbereich Bewegung, Spiel und Sport

- Erweiterung des Bewegungs-, Spiel-, und Sportrepertoires für vielfältige Bewegungsanlässe
- Bildungspotentiale im/durch Bewegung, Spiel und Sport
- Sicherer Umgang mit Großgeräten, Risiko- und Wagnissituationen einschätzen
- Planung, Durchführung und Auswertung von Bewegungsangeboten/-anlässen mit Kindern
- Konzepte für die Bewegungsförderung in lokalen Bildungsnetzwerken

ZIELE

Die Teilnehmenden

- entwickeln eine professionelle Haltung im Anwendungsbereich Bewegung, Spiel und Sport
- lernen Bewegungsabläufe genauer einzuschätzen und in einen Lern- und Übungsprozess zu integrieren
- vertiefen verschiedene Vermittlungskonzepte und didaktische Prinzipien einer allgemeinen Bewegungsförderung für Kinder unter 7 Jahren
- sind sich der Bildungsmöglichkeiten von Bewegung, Spiel und Sport bewusst
- können Möglichkeiten zur Förderung von Bewegung in lokalen Bildungsnetzwerken erkennen und aufgreifen.

G 2022-30001

Umfang: 60 LE

Termine: Mi., 18.05. - Fr., 20.05.

und Mi., 08.06. - Fr., 10.06.2022

Kosten: 380,- €

(315,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lars Abelshausen, Vera van Ool

G 2022-30002

Umfang: 60 LE

Termine: Mi., 26.10. - Fr., 28.10. und

Mi., 23.11. - Fr., 25.11.2022

Kosten: 380,- €

(315,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lars Abelshausen, Vera van Ool

DIGITAL: ENTSPANNUNG FÜR KINDER

100% online über Zoom

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz, ÜL-B
Bewegungsförderung, ÜL B BiKuV (8 LE)

Mit phantasievollem Ansatz werden Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren durch Spannungselemente zu Stille und Entspannung geführt. Erprobt werden Wahrnehmungsspiele, Lieder und Geschichten. Die Fortbildung richtet sich besonders an pädagogische Fachkräfte in Kindertagesstätten.

INHALTE

- Spielerische Entspannung mit Massagegeschichten
- Progressive Muskelentspannung
- Wahrnehmungsspiele
- Kleine Bewegungsspiele
- Fantasiereisen
- Kinder spielen Yoga
- Entspannungsgeschichten

G 2022-31101

Umfang: 8 LE
Termine: Fr., 11.03.2022 und Fr., 18.03.2022
(jeweils 17:00-20:00 Uhr)
Kosten: 70,- €
(55,- € mit Vereinsempfehlung)
Leitung: Jolante Reimer



DIGITAL: WENIG PLATZ – VIEL SPASS: BEWEGUNGS- IDEEN FÜR KLEINE RÄUME

100% online über Zoom

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz, ÜL-B
Bewegungsförderung, ÜL B BiKuV (8 LE)

In dieser Fortbildung geht es um Bewegungsangebote für Kinder, die auch in kleinen Räumen stattfinden können. Dabei werden neben kleineren Spielen mit und ohne Ball auch Bewegungsangebote zur Musik und kleinere Entspannungsangebote vorgestellt, die ohne Probleme in kleinen Räumen mit Kindern im Vorschulalter durchgeführt werden können.

Es wird gezeigt, wie man Tischspiele mit einbinden kann in das Spiel und wie der Stuhlkreis auch zu Bewegungsspielen genutzt werden kann. Auch Aufräumspiele werden gezeigt, so können kleine Räume schnell wieder anders genutzt werden.

INHALTE

- Vorstellung der Spiele mit und ohne Ball im kleinen Raum
- Bewegungsangebote zur Musik
- Kleinere Entspannungsangebote
- Möglichkeiten der Anpassung der Tischspiele und des Stuhlkreises
- Aufräumspiele

G 2022-31102

Umfang: 8 LE
Termine: Fr., 06.05.2022 und Fr., 13.05.2022
(jeweils 17:00-20:00 Uhr)
Kosten: 70,- €
(55,- € mit Vereinsempfehlung)
Leitung: Jolante Reimer

2. LIZENZSTUFE – AUS- UND FORTBILDUNGEN: PRÄVENTION



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

YOGA UND PILATES IM PRÄVENTIONSSPORT

neue Übungsideen zur Bereicherung Ihrer Kurse!

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, ÜL-B Prävention Hub / HKS / SuE / GfÄ, ÜL B SdÄ (15 LE)

Zulassungsvoraussetzung für diese Fortbildung ist der Besitz einer Übungsleiter*in-B-Lizenz Sport in der Prävention.

Eine attraktive Auswahl an Pilates- und Yogaübungen kann Bewegungsangebote im gesundheitsorientierten Sport bereichern und dazu führen, mehr Teilnehmende zu gewinnen. In dieser Fortbildung wird eine Auswahl an neuen Ideen kurzweilig vermittelt.

INHALTE

- Effektive Pilates- und Yogaübungen zum gezielten Einsatz in gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten kennenlernen
- Bildhafte Sprache nutzen
- Anregung der Reflexion zu den erlernten Praxiseinheiten
- Neues aus der Prävention

G 2022-35201

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 26.11. – So., 27.11.2022

Kosten: 135,- €

(90,- € mit Vereinskempfehlung)

Leitung: Margit Vonderbank

Die ÜL-B Ausbildung „Prävention“ wird in 2022 vom RegioSportBund Aachen angeboten.

PRÄVENTIONSAUSBILDUNG

Termine:

21.-24.04., 29.04.-01.05.,
06.-08.05.2022.

Infos unter 02403/7497060



2. LIZENZSTUFE – AUS- UND FORTBILDUNGEN: REHABILITATION



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

ÜL*IN-B REHA: DER EINSTIEG IN DIE REHABILITATIONS- SPORTAUSBILDUNG

Basismodul mit 15 LE

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (15 LE)

Zulassungsvoraussetzung für diese Ausbildung ist der Nachweis einer mindestens 1-jährigen Übungsleiter*innen-Tätigkeit im Sportverein. Bitte kontaktieren Sie diesbezüglich vor Ihrer Anmeldung den Veranstalter.

Darüber hinaus gelten folgende Zulassungsvoraussetzungen:

- Übungsleiter*innen C (ÜL),
- Gymnastiklehrer*innen (Diplom),
- Sportlehrer*innen oder
- Physiotherapeut*innen

Die Ausbildungen „Sport in der Rehabilitation“ des Landessportbundes NRW beginnen mit dem Basismodul Rehabilitation Erwachsene. In diesem Modul sind die gemeinsamen Inhalte der Rehabilitationsausbildungen Innere Medizin, Orthopädie und Neurologie zusammengefasst und damit verpflichtender Bestandteil der Gesamtbildung.

Mit dem Abschluss des Basismoduls wird keine Lizenz erworben.

Übungsleiter*in- C, die bereits eine gültige Lizenz Innere Medizin, Orthopädie, Neurologie, Geistige Behinderung, Sport in der Krebsnachsorge, Sport bei Diabetes oder Sport in Herzgruppen erworben haben, können direkt mit dem Aufbaumodul der jeweiligen Rehabilitationsausbildung einsteigen.

Die Teilnahmegebühren beinhalten digitale Teilnehmer*innen-Materialien.

INHALTE

- Ziele und allgemeine Inhalte der Rehabilitationssportstunden
- Die Besonderheiten der Zielgruppen und die Anforderungen an den*die ÜL
- Die Gestaltung der Rehabilitationssportstunden in der Praxis
- Organisatorische Aspekte von Rehabilitationsangeboten
- Anerkennungsverfahren als Leistungserbringer von Rehabilitationssport

ZIELE

Das Basismodul ist der Einstieg in alle Ausbildungen des Fachbereichs Rehabilitation der 2. Lizenzstufe im Erwachsenenbereich. Die Teilnehmer*innen verfügen nach Abschluss des Moduls über das Grundlagenwissen für alle profilspezifischen Aufbaumodule (Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie).

G 2022-36000

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 29.01.– So., 30.01.2022

Kosten: 150,- €

(110,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Margit und Mathias Vonderbank



ÜL-B REHA AUFBAUMODUL MIT 90 LE PROFIL: ORTHOPÄDIE

In dem vom Landessportbund Nordrhein-Westfalen betreuten Angebotsbereich „Orthopädie“ werden die Möglichkeiten des Sports und seine Bedeutung für eine gesundheitsförderliche Lebensführung sowie zur Krankheitsverarbeitung genutzt. Bewegung und Sport leisten einen Beitrag zur physischen, psychischen und sozialen Rehabilitation. Sie verhelfen den von einer orthopädischen Erkrankung betroffenen Menschen zu neuem Selbstvertrauen und zu neuer Lebensfreude. Zugleich hilft die Gruppe, Lebensgewohnheiten so zu verändern, dass Sport und andere Aspekte einer gesundheitsorientierten Lebensweise zu selbstverständlichen Bestandteilen der persönlichen Lebensführung werden. Die „Rehabilitationssportgruppen im Bereich „Orthopädie“ stellen somit einen wesentlichen Bestandteil der Rehabilitation am Wohnort dar.

EINSTIEGSVORAUSSETZUNGEN

Übungsleiter*innen-C, Gymnastiklehrer*innen, (Diplom-) Sportlehrer*innen, Physiotherapeut*innen, Ergotherapeut*innen, die am Basismodul Rehabilitation Erwachsene erfolgreich teilgenommen haben oder im Besitz einer gültigen DOSB-Lizenz „Sport in der Rehabilitation“ sind. Diese Nachweise (Kopie) sind unaufgefordert bei/unmittelbar nach der Anmeldung beim Veranstalter einzureichen.

Die Ausbildung muss gemäß Rahmenrichtlinien DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.

Bei erfolgreicher Teilnahme und nach Vorlage des unterschriebenen Ehrenkodex sowie der Ersten Hilfe-Bescheinigung (nicht älter als 2 Jahre) erhalten Sie die ÜL-B Lizenz Sport in der Rehabilitation; Profil: Orthopädie. Die Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und wird durch den Besuch einer Fortbildung

Sport in der Rehabilitation im Umfang von 15 LE um jeweils 4 Jahre verlängert.

Die Teilnahmegebühren beinhalten digitale Teilnehmer*innen-Materialien.

INHALTE

- Hintergrundwissen zu den Zielgruppen
- Physiologische Grundlagen / altersbedingte Veränderungen
- Konsequenzen für die Gestaltung von Bewegungsangeboten
- Beitrag des Sports zur Krankheitsverarbeitung
- Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit mit den Mitteln des Sports
- Grundlagen der Planung von Sportstunden in der Krebsnachsorge

ZIELE

Die Übungsleiter*innen lernen, Orthopädie-Sportgruppen sportpädagogisch qualifiziert zu betreuen. Dazu gehört die Vermittlung spezifischer Inhalte bezogen auf folgende Zielgruppen: Amputationen, Gliedmaßenmißbildungen, Gelenkschäden, Gelenkersatz, Morbus Bechterew, Osteoporose, Wirbelsäulenerkrankungen, Krebserkrankungen.

Schwerpunktmäßig werden die oben aufgeführten Erkrankungen bearbeitet sowie deren Auswirkungen auf die medizinische sowie psychosoziale Ausgangssituation der Betroffenen. Sie erarbeiten sich das notwendige Wissen, um differenzierte zielgruppenorientierte Rehabilitationsportstunden gestalten zu können.

G 2022-36010

Umfang: 90 LE

Sa., 05.02. – So., 06.02., Sa., 12.02. – So., 13.02., Sa., 05.03. – So., 06.03., Sa., 12.03. – So., 13.03. und Sa., 19.03. – So., 20.03.2022

Kosten: 820,- €

(545,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Margit und Mathias Vonderbank

FORTBILDUNGEN REHABILITATION



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

STURZPROPHYLAXE IN REHASPORTANGEBOTEN

*in Neurologie-, Innere Medizin- und
Orthopädie-Rehagruppen*

VERLÄNGERUNG

*ÜL-C Lizenz, ÜL-B Reha Orthopädie /
Innere Medizin / Neurologie / Diabetes /
Krebsnachsorge / Herzgruppen (15 LE)*

Durch alters- und krankheitsbedingte Veränderungen steigt die Sturzgefahr. Durch gezielte Sturzprophylaxe kann eine Verringerung dieser Gefahr erreicht werden. Das entsprechende Training sollte ganzheitlich unter Berücksichtigung der Kernelemente Kraft- und Balancetraining durchgeführt werden. Fließende Bewegungsabläufe im Idealfall als Lagerungstraining und ein verhaltenstensorientierter Alltagstransfer runden das Komplettpaket ab. Es ist sinnvoll diese spezielle Handlungskompetenz als Übungsleitung für den Rehasport zu erlangen und in diversen Profilen umzusetzen.

INHALTE

Grundlagenwissen zur Sturzprophylaxe und Differenzierungsmöglichkeiten in Rehabilitationssportgruppen:

- Wiederholung der physiologischen Alterungsprozesse und daraus resultierender Beschwerden

- Definition, Ursachen und Folgen von Stürzen
- Merkmale der posturalen Instabilität
- Definition und Merkmale des Postfall-Syndroms
- Konsequenzen für Bewegung und Sport (incl. Kontraindikationen)
- Wahrnehmungsschulung, Koordinations-schulung speziell Gleichgewicht, Multitasking-Training
- Funktionelle Übungen (Kräftigung und Dehnung)
- Einbindung von Übungseinheiten zur Sturzprävention in andere Rehabilitationsprofile
- Aspekte von Sicherheits- und Hilfestellung
- Alltagsmotorik, Alltagsbezug
- Notfallmanagement
- Tipps und Übungen für zu Hause

ZIELE

Die Übungsleiter*innen von Rehabilitationssportgruppen erweitern und vertiefen ihr Wissen und ihre Handlungskompetenzen im Hinblick auf die Förderung übergeordneter und individueller Rehabilitationsziele im Thema Sturzprophylaxe über die Inhalte der Qualifizierung.

G 2022-36661

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 19.02. – So., 20.02.2022

Kosten: 135,- €

(90,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Mathias Vonderbank



ATTRAKTIVES KOORDINATIONS- UND GEHIRNTRAINING

ÜL-B REHA profilübergreifende Fortbildung mit 15 LE Innere Medizin, Orthopädie und Neurologie

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, ÜL-B Reha Orthopädie / Innere Medizin / Neurologie / Diabetes / Krebsnachsorge / Herzgruppen (15 LE)

AUSSCHREIBUNG

Koordinations- und Gehirntraining ist für alle Altersbereiche wichtig, um im Alltag und Beruf fit und leistungsfähig zu bleiben. Mit zunehmendem Alter lassen Merkfähigkeit und weitere Gedächtnisleistungen nach. Operative Eingriffe mit Narkosen sowie die Einnahme von bestimmten Medikamenten können zudem Gedächtnisleistungen mindern. Resultierend können Teilnehmer*innen in Rehasportgruppen über Konzentrationsstörungen klagen, Gleichgewichtsübungen fallen ggf. schwerer und das Sturzrisiko steigt. Mit den Mitteln des Sports können die kognitiven und koordinativen Fähigkeiten auf einem hohen Leistungsstand gehalten werden.

In dieser Fortbildung werden neben den theoretischen Hintergründen zielführende Übungen vorgestellt.

Zulassungsvoraussetzung für diese Fortbildung ist der Besitz einer Übungsleiter*in-B-Lizenz Sport in der Rehabilitation.



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

INHALTE

- Grundlagen der Gehirnalterung
- Geeignete Übungs-/Spielformen zur attraktiven Umsetzung von Koordinations- und Gehirntraining für die jeweilige Zielgruppe
- Förderung der koordinativen Fähigkeiten durch sportliche Angebote
- Koordinationstraining mit/ohne Kleingeräte
- Kombinationsmöglichkeiten von Gehirn- und Koordinationstraining
- ausgewählte Indikationen der 3 Profile
- Kennenlernen neurologischer (Begleit-) Erkrankungen und Erfahrungsaustausch
- Notfallmanagement
- Aktuelles zum Rehabilitationssport in NRW

ZIELE

Die ÜL*innen erweitern und vertiefen ihre Fähigkeiten und Kenntnisse hinsichtlich des Themas Koordinations- und Gehirntraining.

Die ÜL*innen erweitern ihre Handlungskompetenzen bzgl. des sinnvollen Einsatzes und der Modifizierung von Übungen in den drei Profilen.

G 2022-36662

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 04.06. – So., 05.06.2022

Kosten: 135,- €

(90,- € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Mathias Vonderbank

LEHRTRAINER-AUSBILDUNGEN

LEHRTRAINER YOGAFITNESS

SPORTBILDUNGSWERK
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Yoga und speziell das „Yoga für die westliche Welt“ hat sich zu einem festen Bestandteil des Fitness- und Wellness- Marktes entwickelt. Keine andere „Sportart“ hat eine solche umfangreiche Wirkung auf Körper und Geist. Ob Stressabbau, Ausgleichen, Anregen, Kraftaufbau oder auch die Milde- rung von ganzen Krankheitsbildern –Yoga hat in vielen Studien und Anwenderberichten die Wirkung auf den Körper und den Geist bewiesen.

Im Fokus stehen dabei die Yoga-Übungen – die Asanas, welche die Muskelkraft verbessern, das Gleichgewicht schulen, die Flexibilität erhöhen und die Durchblutung fördern. Durch die Wechselwirkung zwischen den Übungen, ein logisches und fließendes Aneinanderreihen der Asanas, hin zu einem dynamischen Vinyasa Yoga sowie der Verbesserung des vegetativen Nervensystems wird die Grundlage geschaffen, sich leichter zu entspannen, Belastungen besser Stand zu halten, Stress abzubauen, Situationen gelassener anzugehen und neue Energie zu mobilisieren. Und das in jeder Lebensphase für alle sportgesunden Menschen!

Diese Qualifizierung zum „LehrTrainer YogaFitness“ orientiert sich an dem Yoga für die westliche Welt – dem Hatha Yoga. In den Veranstaltungen stehen hauptsächlich die Asanas, deren richtige Ausführung, die Anpassung an die verschiedenen Teilnehmergruppen und der Stundenaufbau im Fokus.

YOGAFITNESS PRE-CLASS I

Grundlagenseminar

In der ersten Veranstaltung werden die Grundlagen des Hatha Yoga und die ersten 5 Grundübungen genau erläutert, demonstriert und erlernt. In Übungsphasen können die Teilnehmenden ihre Ausführung korrigieren und die verschiedenen Variationen erlernen.

INHALTE

- Grundlagen des Hatha Yoga
- 5 erste Asanas / Übungen
- technisch richtige Ausführung
- Yoga Atmung
- korrekter Auf- und Abbau der Asanas
- erste Meditationsübungen

G 2022-75604

Umfang: 10 LE

Termin: So., 06.02.2022, 10:00-19:00 Uhr

Kosten: 90,00 €

(65,00 € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Vera Winter



YOGAFITNESS PRE-CLASS II

Aufbauseminar

Aufbauend auf den Inhalten der Pre-Class I wird das Übungspotential um weitere 5 Asanas erweitert. Darüber hinaus werden die Technik, Ausführung und der korrekte Auf- und Abbau der Bewegungsfolge korrigiert und optimiert. Tipps und Trick aus der Praxis für die Praxis erleichtern das eigene Üben.

VORAUSSETZUNG

YogaFitness Pre-Class I

INHALTE

- Erweiterung der Grundlagen
- Wiederholung, Korrektur und Variation der bisher erlernten Übungen
- 5 weitere Asanas / Übungen
- technisch richtige Ausführung
- Yoga Atmung
- korrekter Auf- und Abbau der Asanas
- Achtsamkeitsübungen und Entspannungstechniken

G 2022-75654

Umfang: 10 LE

Termin: So., 13.02.2022, 10:00-19:00 Uhr

Kosten: 90,00 €

(65,00 € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Vera Winter

YOGAFITNESS PRE-CLASS III

Erweiterungsseminar

In der letzten Vorbereitungsmaßnahme werden weitere 5 Übungsfolgen vermittelt, so dass eine ausreichende Anzahl von Yoga-Übungen als Basiswissen für die Ausbildung zum LehrTrainer YogaFitness vorausgesetzt vorhanden sind. Die technisch einwandfreie Ausführung sowie die dazugehörenden methodisch/didaktischen Kenntnisse werden in dieser Pre-Class komplettiert. Darüber hinaus werden Achtsamkeit und Entspannungstechniken des Yogas vertieft.

VORAUSSETZUNG

YogaFitness Pre-Classes I und II

INHALTE

- Erweiterung der Grundlagen
- Wiederholung, Korrektur und Variation der bisher erlernten Übungen
- 5 weitere Asanas / Übungen
- technisch richtige Ausführung
- Yoga Atmung
- korrekter Auf- und Abbau der Asanas
- erweiterte Achtsamkeitsübungen und Entspannungstechniken

G 2022-75704

Umfang: 10 LE

Termin: So., 20.02.2022, 10:00-19:00 Uhr

Kosten: 90,00 €

(65,00 € mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Vera Winter



LEHRTRAINER YOGAFITNESS B-CLASS

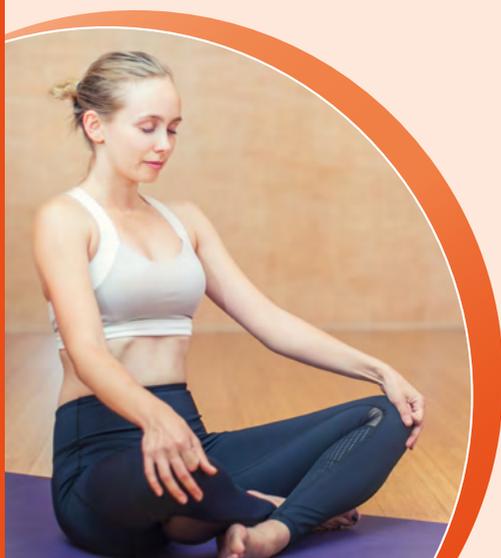
Ausbildung zum LehrTrainer YogaFitness B

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (15 LE)

Zunächst werden alle Grundübungen zu einem Übungs-Pool verbunden und zu Stundenbeispielen und Kursinhalten zusammengefasst. Beispielhaft werden für unterschiedliche Teilnehmergruppen und Übungsstunden verschiedene Inhalts-Konzepte erläutert und durchlaufen. Sowohl das eigene Zusammenstellen als auch das Anleiten eines Yoga-Kurses wird hier erlernt und gefördert. Einzelne Segmente einer YogaFitness Stunde werden im Detail in Theorie und Praxis erarbeitet.

Das Festigen der Grundlagen durch Supervision stehen im Fokus und befähigen die Teilnehmenden, einen eigenen Kurs zu entwerfen und zu leiten. Ergänzt wird die praktische Arbeit mit theoretischen Inhalten wie z.B. den anatomischen und physiologischen Anpassungsprozessen des Yogas. Darüber hinaus werden die Historie, die Philosophie und die Prinzipien der YogaFitness beleuchtet.



SPORTBILDUNGSWERK
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Die B-Class YogaFitness schließt mit einer theoretischen und einer praktischen Prüfung ab. Bei erfolgreicher Prüfungsteilnahme erhalten die Teilnehmenden die Lizenz YogaFitness LehrTrainer B.

VORAUSSETZUNG ZUR TEILNAHME

YogaFitness Pre-Classes I bis III

INHALTE

- Zusammenführen und Korrektur der Asanas
- Variation und Modifikation für verschiedene Teilnehmergruppen
- Physische und psychische Anpassungsprozesse
- Atmung- und Bewegungskontrolle
- Positionen/Körperhaltungen
- Übungs- Transfer- und Präsentationsphasen mit Supervision
- Stundeninhalte und Stundenkonzepte
- Anpassung und das Arbeiten mit unterschiedlichen Teilnehmer-Voraussetzungen
- Anleiten, Korrektur und Coaching im Yoga
- Energielehre
- Supervision und Präsentation
- Allgemeine Historie und Philosophie des Yogas
- Theoretische Hintergründe der YogaFitness

G 2022-75756

Umfang: 60 LE

Termine: Sa., 12.03.-So., 13.03., Sa., 26.03.-So., 27.03. und Sa., 30.04.-So., 01.05.2022

Kosten: 695,- €

(485,- mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Vera Winter, Maren Gerstenkorn

LEHRTRAINER-AUSBILDUNGEN

LEHRTRAINER KRAFTFITNESS

SPORTBILDUNGSWERK
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Ob Gesundheits-, Zirkel-, oder Muskelaufbautraining – das Trainieren an Kraft-Großgeräten ist ein fester Bestandteil der Fitness. Längst hat sich das Trainieren an Kraft-Großgeräten vom reinen Muskelpumpen gelöst und sich zu einem echten Gesundheits-Sport entwickelt. Lernen Sie in diesem LehrTrainer Segment alles über ein ausgewogenes Kraft- und Kraftfitness-Training. Vom Eingangstest bis zum individuellen Trainingsplan werden hier alle Segmente genau durchleuchtet.

KRAFTFITNESS PRE-CLASS I

Grundlagenseminar

Erlernen Sie hier in der ersten Pre Class die Grundlagen eines allgemeinen Krafttrainings.

G 2022-75404

Umfang: 10 LE
Termin: Sa., 12.03.2022, 10:00-19:00 Uhr
Ort: Hochschulsportzentrum der RWTH Aachen
Kosten: 90,00 €
(65,00 € mit Vereinsempfehlung)
Leitung: Jochen Jendry

KRAFTFITNESS PRE-CLASS II

Aufbauseminar

VORAUSSETZUNG

KraftFitness Pre-Class I

Aufbauend auf die Pre-Class I werden hier die Übungsfolgen an Kraftgroßgeräten wiederholt, vertieft und bewegungstechnisch optimiert. Darüber werden Übungen mit Freihanteln und Kabelzügen demonstriert und in den Trainingslauf mit integriert.

G 2022-75454

Umfang: 10 LE
Termin: So., 13.03.2022, 10:00-19:00 Uhr
Ort: Hochschulsportzentrum der RWTH Aachen
Kosten: 90,00 €
(65,00 € mit Vereinsempfehlung)
Leitung: Jochen Jendry

KRAFTFITNESS B-CLASS

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, SdÄ (15 LE)

VORAUSSETZUNG

Kraft-Fitness Pre Classes I bis II

In diesen 3 Wochenendseminaren werden die Grundlagen von Kraft-Fitness weiter ausgebaut und variiert. Alle wichtigen Trainingsmethoden und Trainingsformen werden sowohl in der Theorie, als auch praktisch durchlaufen. Verschiedene Trainingspläne geben Variationen auf und komplettieren das Trainingsprogramm. Eine praktische und theoretische Prüfung schließt die B-Class ab.

G 2022-75504

Umfang: 60 LE
Termine: Sa., 26.03.-So., 27.03., Sa., 09.04.-So., 10.04. und Sa., 23.05.-So., 24.05.2022
Ort: Hochschulsportzentrum der RWTH Aachen
Kosten: 695,- €
(485,- mit Vereinsempfehlung)
Leitung: Daniel Aßmus, Jochen Jendry

Anmeldung und
inhaltliche Beratung
SportBildungswerk Essen,
Frau Sabine Aßmus
(0201-8746-103)

VEREINSMANAGEMENT

KURZ UND GUT SEMINARE

Die Seminare richten sich an Vorstände und Vereinsmitarbeiter*innen, die sich zu bestimmten Themenbereichen fortbilden möchten. Ziel der Kompaktseminare ist es, in gebündelter Form Grundlagenwissen zu wichtigen Themen des Vereinsmanagements zu vermitteln und auf aktuelle Fragen einzugehen. Die genannten Lerneinheiten gelten als Fortbildung für Inhaber*innen der VM-C-Lizenz.

DIGITAL: MARKETING IM SPORTVEREIN

*Eine wichtige Führungsaufgabe –
100% digital über Zoom*

VERLÄNGERUNG

VM-C-Lizenz (4LE)

Marketing ist eine Strategie, die hilft, Kund*innen zu gewinnen und zu binden. Sie beschäftigt sich mit Zielgruppen, Produkten, Werbung und Verkauf.

Heutzutage brauchen Sportvereine nicht nur konkurrenzfähige Angebote, sie müssen von ihren Zielgruppen wahrgenommen werden. Gute Ideen alleine reichen auch nicht mehr aus, um am Markt bestehen zu können.

Der Verein muss sich zudem der großen Herausforderung stellen, auch gegen kommerzielle (Sport)Anbieter anzutreten und zu bestehen.

Marketing ist Teil eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses. Der Vorstand selbst ist gefordert, die Prozesse anzustoßen und zu begleiten. In unserem KURZ UND GUT-Seminar „Marketing im Sportverein“ wird das dafür erforderliche Basis-Wissen vermittelt.

INHALTE

- Analysephase – Wo stehen wir?
- Strategiephase – Wo wollen wir hin?
- Gestaltungsphase – Was können wir unternehmen?
- Realisierungsphase – Welche Maßnahmen ergreifen wir?
- Kontrollphase – Sind wir angekommen?

ZIELE

Die Teilnehmer*innen haben mit Hilfe der Marketing-Management-Methode das notwendige Werkzeug, um Marketing im Sportverein professionell umzusetzen. Sie sind durch das im Seminar vermittelte Know-how in der Lage, zielgerichtet und konsequent auf die Erwartungen von Kund*innen zu reagieren, die Angebotspalette des Vereins attraktiv weiterzuentwickeln sowie das Profil des Vereins bei den Mitgliedern und der Öffentlichkeit durch gezielte Kommunikation zu schärfen.

G 2022-45080

Termin: Di., 08.02.2022 (18:00- 21:15 Uhr)

Umfang: 4 LE

Kosten: 0,00 € (nur für Teilnehmende mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lehrteam des LSB NRW e.V

KOOPERATIONEN – FUSIONEN – ABSPALTUNGEN

Zukunftschance für Vereine

VERLÄNGERUNG

VM-C-Lizenz (4LE)

Immer mehr Vereine beschäftigen sich z.B. aus strategischen Überlegungen mit dem Thema Kooperationen (u.a. Spielgemeinschaften), Fusionen und Abspaltungen.

Welche Vor- und Nachteile bzw. welche Risiken können diese Veränderungen mit sich bringen und wie werden die entsprechenden Prozesse sinnvoll gestaltet?

INHALTE:

- Abläufe im Vereinsentwicklungsprozess
- Verschiedene Umwandlungsmöglichkeiten
- Vorteile/Nachteile von Kooperationen, Fusionen und Abspaltungen
- Mögliche Kooperationen
- Darstellung verschiedener Fusions-/Kooperations-/Abspaltungsmodelle
- Rechtliche Grundlagen
- Steuer- und versicherungsrechtliche Konsequenzen
- Umsetzungsstrategien/Strategische Konzeptionen für den eigenen Verein
- Vorgehensweise bei geplanter Kooperation oder Fusion

G 2022-45480

Umfang: 4 LE

Termin: Do., 12.05.2022 (18:00-21:15 Uhr)

Kosten: 0,00 € (nur für Teilnehmende mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Elmar Lumer

STEUERN, GEMEINNÜTZIGKEIT UND SPENDEN IM SPORTVEREIN

VERLÄNGERUNG

VM-C-Lizenz (4LE)

Sie sind Schatzmeister*in, Kassierer*in oder Geschäftsführer*in in Ihrem Verein oder interessiert Sie das Thema Finanzen und Steuern generell? Dann sollten Sie sich zu diesem Seminar anmelden. Es werden Themen rund um die Finanzen des Sportvereins behandelt. Vom Finanzmanagement über steuerliche Zusammenhänge bis hin zur Buchführung. In diesem Seminar erhalten die Teilnehmer*innen neben der Vermittlung allgemeiner Grundlagen die Möglichkeit, ihre Fragen und Erfahrungen aktiv einzubringen.

INHALTE

- Übersicht zum Finanzmanagement im Sportverein
- Steuerliche Tätigkeitsbereiche
- Gemeinnützigkeit
- Spendenrecht
- Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten

G 2022-45330

Umfang: 4 LE

Termin: Di., 15.11.2022 (18:00- 21:15 Uhr)

Kosten: 0,00 € (nur für Teilnehmende mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Ronnie Goertz

EHRENAMTSMANAGER*IN (BLENDED LEARNING)

*Mitarbeiter*innen für die Vereinsarbeit gewinnen*

Diese Qualifizierung wird vom RegioSportBund Aachen e.V. angeboten.

INFOS UND ANMELDUNG UNTER

Regiosportbund Aachen e.V.
 Marienstraße 15
 52249 Eschweiler
 Tel. 02403/7497060
 Fax: 02403/7497065
 E-Mail:
 katrin.goertz@regiosportbund-aachen.de
 Internet: www.regiosportbund-aachen.de

DIE ZERTIFIKATSAUSBILDUNG

„Ehrenamtsmanager*in“ ist aufgebaut in ein Basis- und Aufbaumodul. Ein Zugang zu einem PC und Internet sind für die Teilnahme an dieser Qualifizierungsmaßnahme erforderlich.

Im **Basismodul** werden die Grundlagen für ein systematisches Ehrenamtsmanagement im Sportverein gelegt, um die Gewinnung und Bindung von Engagierten sicherzustellen.

G 2022-2100-46118

Umfang: 15 LE
 Termine: ab 08.01.2022 online und am 22.01.2022 in Präsenz
 Kosten: 0,- €
 Leitung: Ronnie Goertz, Heike Arlt

Im **Aufbaumodul** geht es um spezifische Schritte für die Entwicklung eines systematischen Ehrenamtsmanagements im Sportverein insbesondere unter dem Gesichtspunkt der Bindung und Entwicklung von ehrenamtlichem Engagement.

G 2022-2100-46418

Umfang: 15 LE
 Termine: ab 19.02.2022 online und am 05.03.2022 in Präsenz
 Kosten: 0,- €
 Leitung: Ronnie Goertz, Heike Arlt

QUALIFIZIERUNG VON ANSPRECHPERSONEN ZUM SCHUTZ VOR SEXUALISierter GEWALT IM SPORT DER BÜNDE, FACHVERBÄNDE UND VEREINE



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

Qualitätsbündnis zum Schutz vor sexualisierter Gewalt im Sport

VERLÄNGERUNG

ÜL-C Lizenz, Jugendleiter-Lizenz, ÜL-B Selbstbehauptung, SdÄ, VM-C, VM-B Vereinsführung, SH II

Die Fortbildung richtet sich an Personen, die Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für das Thema der Prävention von und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Sport in ihrem Bund/Fachverband oder Verein sind.

Die Fortbildung setzt sich zusammen aus der Basisschulung: „Grundlagen der Prävention von und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Sport“, der Aufbauschulung: „Aufgabenfeld und Rollenverständnis der Ansprechperson“ und einer eintägigen Fortbildung zum Thema Krisenintervention“.

Bei Veranstaltungen mit Übernachtung werden bei Nichtanreise bzw. nicht rechtzeitiger Absage die Übernachtungs- und Verpflegungskosten in Rechnung gestellt.

INHALTE

Basisschulung:

Grundlagen der Prävention von und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Sport

Aufbauschulung:

Meine Rolle als Ansprechperson (AP) im Bund/Fachverband/Verein

Inhalte der Krisenintervention:

- Interventionsplan: Was ist zu tun im Fall eines Falles?
- Konkrete Krisensituationen – Grundsätze der Intervention
- Vor – während – nach der Krise: Was ist zu tun? Interventions- und Handlungsschritte
- Notwendige Vernetzung und Kooperationen vor Ort
- Schutzpläne und Netzwerkaufbau konkret – intern und extern

G 2022-38524

Umfang: 15 LE

Termine: Sa., 11.06. – So., 12.06.2022

Kosten: 0,- €

Leitung: Hannah Frorath





Prävention sexualisierter Gewalt im Sport in Aachen

Der Stadtsportbund Aachen e.V. und seine Sportjugend stellen sich hinter das 10-Punkte-Aktionsprogramm des Landessportbundes NRW und der Sportjugend NRW zur Prävention und Intervention sexualisierter Gewalt im Sport.

- Ihr Verein sieht es als Selbstverpflichtung, sich den Kinderschutz und die Prävention sexualisierter Gewalt dauerhaft zur Aufgabe zu machen?
- Sie möchten, dass der Sportverein ein geschützter Raum für Kinder und Jugendliche ist und bleibt?
- Sie möchten sich mit Ihrem Verein dem Qualitätsbündnis des Organisierten Sports anschließen?

Dann kontaktieren Sie uns!

Ihre Ansprechpartnerin beim Stadtsportbund Aachen e.V.

Nadine Frey

Telefon: 0241 / 4557 9511

E-Mail: [nadine.frey\(at\)sportinaachen.de](mailto:nadine.frey(at)sportinaachen.de)



Informationen unter:

www.sportinaachen.de/unsere-handlungsfelder/praevention-gegen-sexualisierte-gewalt

PRÄVENTION SEXUALISierter GEWALT

VERLÄNGERUNG

VM-C-Lizenz (4LE)

Das Thema „Kindeswohlgefährdung - Sexualisierte Gewalt an Mädchen und Jungen“ ist ein gesellschaftliches Querschnitts-Problem, dem sich auch der organisierte Sport als wichtiger Teil unserer Gesellschaft stellen muss und auch tatsächlich stellt.

Es ist unser Schutzauftrag als Verbände und Vereine sowie als Trainer*in, eine gewaltfreie Atmosphäre im Verein zu schaffen, die Mitglieder und Mitarbeiter*innen für das Thema sexualisierte Gewalt an Mädchen und Jungen im Sport aufzuklären und zu sensibilisieren. Zum Schutzauftrag der Sportvereine und Sportverbände für die besonders zu schützende Gruppe der Kinder und Jugendlichen, gehört es ebenso, Maßnahmen zur Prävention und Intervention sexualisierter Gewalt im Sport zu erarbeiten, diese zu kennen und innerhalb unserer Vereinsstrukturen zu verankern.

Kinder haben häufig vertrauensvolle Beziehungen zu den Übungsleiter*innen und Trainer*innen sowie zu den Jugendgruppenleiter*innen und anderen Mitarbeiter*innen der sportlichen und außersportlichen Kinder- und Jugendarbeit in den Sportvereinen. Ihnen vertrauen sich Kinder und Jugendliche gerade in schwierigen Situationen am ehesten an. Für die Angesprochenen stellt sich dann die Frage: „Was ist jetzt zu tun – wie gehe ich damit um?“

Weitere Inhalte sind die Klärung folgender Fragestellungen: „Wie erkenne ich entsprechende Signale von Kindern und Jugendlichen, wie ist meine eigene Wahrnehmung und wie gehe ich damit um?“

Aus Angst, etwas Falsches zu tun, geschieht oftmals gar nichts.

Aber: Schweigen schützt die Täter*innen, nicht den Sport und erst recht nicht die Kinder und Jugendlichen.

INHALTE

- Was ist sexualisierte Gewalt?
- Woran erkenne ich sexualisierte Gewalt?
- Formen der Prävention
- Interventionsmöglichkeiten
- Tipps für den Alltag
- Rechtliche Aspekte

ZIELE

die Seminarteilnehmer*innen

- setzen sich mit dem Gesellschaftsproblem sexualisierter Gewalt in der Jugendarbeit im Sportverein auseinander,
- wissen, dass die Enttabuisierung des Themas die Qualität der Jugendarbeit mitbestimmen wird,
- sind für sexualisierte Übergriffe sensibilisiert,
- kennen die rechtlichen Grundlagen so wie Zahlen, Daten und Fakten,
- wissen, welche Aspekte bei der Erarbeitung von Präventions- und Interventionsmaßnahmen notwendig sind und zugrunde gelegt werden und
- können die erarbeiteten Konzepte für ihre Jugendarbeit real im eigenen Verein/ Verband umsetzen und sind handlungsfähig gemacht worden.

G 2022-45250

Umfang: 4 LE

Termin: Di., 18.10.2022 (18:00-21:15 Uhr)

Kosten: 0,00 € (nur für Teilnehmende mit Vereinsempfehlung)

Leitung: Lehrteam des LSB NRW e.V.

| Kursbeginn | Kurstitel | Kursnummer | Seite |
|----------------|--|----------------|-------|
| Januar | | | |
| 08.01.22 | Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in Interkulturell | G 2022 - 20000 | 11 |
| 08.01.22 | Ehrenamtsmanager*in (Blended Learning) Basismodul | | 50 |
| 29.01.22 | ÜL*in-B Reha: Der Einstieg in die Rehabilitationssportausbildung | G 2022 - 36000 | 40 |
| Februar | | | |
| 05.02.22 | Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport Interkulturell | G 2022 - 21100 | 11 |
| 05.02.22 | ÜL*in-B REHA Aufbaumodul mit 90 LE Profil: Orthopädie | G 2022 - 36010 | 41 |
| 06.02.22 | LehrTrainer YogaFitness Pre-Class I | G 2022 - 75604 | 44 |
| 08.02.22 | Marketing im Sportverein | G 2022 - 45080 | 48 |
| 13.02.22 | LehrTrainer YogaFitness Pre-Class II | G 2022 - 75654 | 45 |
| 15.02.22 | DIGITAL: Fit für die Vielfalt mit 8 LE | G 2022 - 23710 | 30 |
| 19.02.22 | Sturzprophylaxe in Rehasportangeboten | G 2022 - 36661 | 42 |
| 19.02.22 | Ehrenamtsmanager*in (Blended Learning) Aufbaumodul | | 50 |
| 20.02.22 | LehrTrainer YogaFitness Pre-Class III | G 2022 - 75704 | 45 |
| März | | | |
| 02.03.22 | Erste Hilfe bei Sportverletzungen - gilt auch als Nachweis zum Lizenzerwerb | G 2022 - 23171 | 31 |
| 05.03.22 | Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in | G 2022 - 20001 | 12 |
| 11.03.22 | DIGITAL: Entspannung für Kinder | G 2022 - 31101 | 38 |
| 12.03.22 | LehrTrainer YogaFitness B-Class | G 2022 - 75756 | 46 |
| 12.03.22 | LehrTrainer KraftFitness Pre-Class I | G 2022 - 75404 | 47 |
| 13.03.22 | LehrTrainer KraftFitness Pre-Class II | G 2022 - 75454 | 47 |
| 19.03.22 | Lauf-Betreuer Basic I | G 2022 - 22501 | 18 |
| 26.03.22 | Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport sportartübergreifend | G 2022 - 21101 | 13 |
| 26.03.22 | LehrTrainer KraftFitness B-Class | G 2022 - 75504 | 47 |
| April | | | |
| 02.04.22 | Lauf-Betreuer Basic II | G 2022 - 22502 | 18 |
| 02.04.22 | Inklusion im und durch den Sport – leichter als du denkst | G 2022 - 22701 | 32 |
| 21.04.22 | ÜL*in-B Prävention | | 39 |
| 30.04.22 | Bewegungsförderung in der Kindertagespflege | G 2022 - 16000 | 36 |
| Mai | | | |
| 03.05.22 | DIGITAL: Kids@home zum Sport motivieren - online, drinnen und draußen | G 2022 - 22101 | 19 |
| 06.05.22 | DIGITAL: Wenig Platz – Viel Spaß: Bewegungsideen für kleine Räume | G 2022 - 31102 | 38 |
| 07.05.22 | Indoor Workout | G 2022 - 22702 | 23 |
| 07.05.22 | Schwimmlehrerassistent*in | G 2022 - 97301 | 16 |
| 11.05.22 | Erste Hilfe bei Sportverletzungen – gilt auch als Nachweis zum Lizenzerwerb | G 2022 - 23172 | 31 |
| 12.05.22 | Kooperationen – Fusionen – Abspaltungen | G 2022 - 45480 | 49 |
| 18.05.22 | Bewegungsförderung in Verein und Kita | G 2022 - 30001 | 37 |
| 21.05.22 | DIGITAL: Impulse für den konstruktiven Umgang mit herausforderndem Verhalten | G 2022 - 22102 | 33 |
| 21.05.22 | Qualifizierung zum* zur Sportabzeichen Prüfer*in – Schwerpunkt Leichtathletik (15 LE) mit Blended Learning | G 2022 - 23500 | 10 |

| Kursbeginn | Kurstitel | Kursnummer | Seite |
|------------------|---|----------------|-------|
| Juni | | | |
| 04.06.22 | Attraktives Koordinations- und Gehirntraining | G 2022 - 36662 | 43 |
| 11.06.22 | Qualifizierung von Ansprechpersonen zum Schutz vor sexualisierter Gewalt im Sport der Bünde, Fachverbände und Vereine | G 2022 - 38524 | 51 |
| Juli | | | |
| 25.07.22 | Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in Ältere | G 2022 - 20002 | 14 |
| August | | | |
| 01.08.22 | Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport: Schwerpunkt Ältere | G 2022 - 21200 | 14 |
| 27.08.22 | Fitness XXL | G 2022 - 22703 | 23 |
| 27.08.22 | Massage für alle | G 2022 - 22704 | 24 |
| 28.08.22 | Weiterführung zur Sportmassage | G 2022 - 22705 | 24 |
| September | | | |
| 03.09.22 | Sporthelfer*innen I | G 2022 - 11000 | 8 |
| 03.09.22 | Fußball im Ganztag | G 2022 - 22103 | 19 |
| 10.09.22 | Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in | G 2022 - 20003 | 12 |
| 11.09.22 | Keine Angst vor Großgeräten! | G 2022 - 22104 | 20 |
| 17.09.22 | Kinderyoga | G 2022 - 22105 | 21 |
| 21.09.22 | DIGITAL: Starke Übungsleitung: Methodisch-Didaktischer Austausch für inklusiven Sport | G 2022 - 22201 | 34 |
| 24.09.22 | Rücken Chi – asiatische Bewegungskünste und Rückenschule | G 2022 - 22507 | 25 |
| 24.09.22 | Bewegung, Spiel und Sport im Rollstuhl | G 2022 - 22706 | 35 |
| 24.09.22 | Erste Hilfe bei Sportverletzungen – gilt auch als Nachweis zum Lizenzerwerb | G 2022 - 23173 | 31 |
| Oktober | | | |
| 01.10.22 | Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport sportartübergreifend (15 LE Blended Learning) | G 2022 - 21167 | 14 |
| 18.10.22 | Prävention sexualisierter Gewalt | G 2022 - 45250 | 53 |
| 26.10.22 | Bewegungsförderung in Verein und Kita | G 2022 - 30002 | 37 |
| 29.10.22 | Sporthelfer*in II | G 2022 - 11020 | 9 |
| 29.10.22 | Faszientraining | G 2022 - 22508 | 27 |
| 29.10.22 | Schlagfertig: Resilienztraining | G 2022 - 22707 | 26 |
| November | | | |
| 05.11.22 | Teambuilding – mit Abstand zu einem stärkeren Team | G 2022 - 22106 | 22 |
| 12.11.22 | Spielen, Erfahren, Erleben mit Ball | G 2022 - 22107 | 22 |
| 12.11.22 | Fit bis ins hohe Alter- Training für Kopf und Körper | G 2022 - 22509 | 27 |
| 15.11.22 | Steuern, Gemeinnützigkeit und Spenden im Sportverein | G 2022 - 45330 | 49 |
| 19.11.22 | Erste Hilfe bei Sportverletzungen - gilt auch als Nachweis zum Lizenzerwerb | G 2022 - 23174 | 31 |
| 20.11.22 | Winter Fit – bewegt durch die kalten Tage | G 2022 - 22708 | 28 |
| 26.11.22 | Yoga und Pilates im Präventionssport | G 2022 - 35201 | 39 |
| Dezember | | | |
| 10.12.22 | Pilates Basics | G 2022 - 22510 | 28 |
| 10.12.22 | Taping und Flossing | G 2022 - 22511 | 29 |

SportBildungswerk Aachen
StadtSportbund Aachen e.V.

Reichsweg 30 (Nadelfabrik)
D-52068 Aachen
Tel. 02 41/47 57 95-50
Fax 02 41/47 57 95-55
bildungswerk@sportinaachen.de
www.sportbildungswerk-nrw.de/aachen

SPORT
STADT
BUND
AACHEN e.V.


PARTNER des
Aachener SPORTS

 Sparkasse
Aachen

 STAWAG

CAROLUS  THERMEN