

Sportbildungswerk des LSB NRW e.V.
Verbundaußenstelle Olpe/Siegen-Wittgenstein
Kolpingstr. 14
57462 Olpe



SPORTBILDUNGSWERK
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



QUALIFIZIERUNG IM SPORT
Olpe / Siegen-Wittgenstein

AUS- UND FORTBILDUNG IM SPORT 2020

Finde heraus, was gut für dich ist!



KALENDER 2020

SPORTBILDUNGSWERK
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



2020

	JANUAR					FEBRUAR					MÄRZ						
WOCHE	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	9	10	11	12	13	14	
Montag		6	13	20	27		3	10	17	24		2	9	16	23	30	
Dienstag			7	14	21	28		4	11	18	25		3	10	17	24	31
Mittwoch	1		8	15	22	29		5	12	19	26		4	11	18	25	
Donnerstag	2		9	16	23	30		6	13	20	27		5	12	19	26	
Freitag	3		10	17	24	31		7	14	21	28		6	13	20	27	
Samstag	4		11	18	25	1	8	15	22	29		7	14	21	28		
Sonntag	5		12	19	26	2	9	16	23	1	8	15	22	29			

	APRIL					MAI					JUNI						
WOCHE	14	15	16	17	18	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27		
Montag			6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Dienstag			7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30
Mittwoch	1		8	15	22	29		6	13	20	27		3	10	17	24	
Donnerstag	2		9	16	23	30		7	14	21	28		4	11	18	25	
Freitag	3		10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26		
Samstag	4		11	18	25	2	9	16	23	30		6	13	20	27		
Sonntag	5		12	19	26	3	10	17	24	31		7	14	21	28		

	JULI					AUGUST					SEPTEMBER						
WOCHE	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	36	36	37	38	39	40	
Montag			6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28
Dienstag			7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Mittwoch	1		8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30
Donnerstag	2		9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24	
Freitag	3		10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25	
Samstag	4		11	18	25	1	8	15	22	29		5	12	9	26		
Sonntag	5		12	19	26	2	9	16	23	30		6	13	20	27		

	OKTOBER					NOVEMBER					DEZEMBER							
WOCHE	40	41	42	43	44	44	45	46	47	48	48	49	50	51	52	53		
Montag			5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28	
Dienstag			6	13	20	27		3	10	17	24	24		1	8	15	22	29
Mittwoch			7	14	21	28		4	11	18	25	25		2	9	16	23	30
Donnerstag	1		8	15	22	29		5	12	19	26	26		3	10	17	24	31
Freitag	2		9	16	23	30		6	13	20	27	27		4	11	18	25	
Samstag	3		10	17	24	31		7	14	21	28	28		5	12	19	26	
Sonntag	4		11	18	25	1	8	15	22	29	29		6	13	20	27		

Karfreitag 10.4., Ostern 12.4./13.4., Tag der Arbeit 1.5.,
Christi Himmelfahrt 21.5., Pfingsten 1./2.6., Fronleichnam 11.6.,
Tag der Deutschen Einheit 3.10., Allerheiligen 1.11., Weihnachten 25./26.12.

Schulferien 2020 in NRW

	Erster Ferientag		Letzter Ferientag
Weihnachten	23.12.2019	-	06.01.2020
Ostern	06.04.2020	-	18.04.2020
Sommer	29.06.2020	-	11.08.2020
Herbst	12.10.2020	-	24.10.2020
Weihnachten	23.12.2020	-	06.01.2021

Finde heraus, was gut für dich ist!

INHALTSVERZEICHNIS

Kalender	2
Über uns	4
Hinweise zur Anmeldung	5
Übersicht Qualifizierungswege	6
Weiterbildungseinrichtung und Qualitätsmanagement	7
Vorstufe	8
Sporthelfer*in Ausbildung	8
1. Lizenzstufe Ausbildungen	10
Basismodul ÜL*in-C/ Trainer*in C/ Jugendleiter*in	10
Aufbaumodul ÜL*in-C/ Trainer*in C/ Jugendleiter*in	11
2. Lizenzstufe Ausbildungen	12
ÜL*in-B - Rehabilitation Basismodul	12
ÜL*in-B - Rehabilitation Aufbaumodul Orthopädie	13
ÜL*in-B - Prävention - Ergänzungsausbildung	14
ÜL*in-B - Zertifikat Bewegungsförderung in Sportverein und Kita	15
1. Lizenzstufe Fortbildungen/Lizenzverlängerungen	16
ÜL*in-C - Breitensport	16
2. Lizenzstufe Fortbildungen/Lizenzverlängerungen	26
ÜL*in-B - Rehabilitation	26
ÜL*in-B - Bewegungsförderung	28
Vereinsmanagement	30
Ehrenamtsmanager*in	30
Informationsveranstaltungen	31
Kurz und Gut - Seminare	32
Weitere Angebote	34
Impressum	35



Sylvia Gante

Leitung der Verbundaußenstelle

02761/94298-00
info@ksb-olpe.org



Henning Peuters

Pädagogische Leitung

02761/94298-20
h.peuters@ksb-olpe.org



Jenifer Wacker

Pädagogische Mitarbeiterin

02761/94298-11
j.wacker@ksb-olpe.org



Sibylle Zöllner

Verwaltungsmitarbeiterin
Kreis Olpe

02761/94298-00
info@ksb-olpe.org



Christian Janusch

Verwaltungsmitarbeiter
Kreis Siegen-Wittgenstein

0271/41115
info@ksb-siegen-wittgenstein.de

HINWEISE ZUR ANMELDUNG

Anmeldungen bitte über das Internet unter:
www.sportangebote-olpe.de
oder
www.sportangebote-siegen.de

Alternativ können Anmeldebögen in den Geschäftsstellen der Kreissportbünde abgeholt oder angefordert werden.

Der günstigere Preis gilt für Anmeldungen aus Mitgliedsvereinen der Kreissportbünde Olpe und Siegen-Wittgenstein e.V..

Alle Maßnahmen werden in Veranstanderschaft des Sportbildungswerkes des Landessportbundes NRW Verbundaußenstelle Olpe / Siegen-Wittgenstein durchgeführt. Der Träger der Maßnahmen ist der Landessportbund NRW.

Weitere Informationen zu den Qualifizierungswegen sowie zu weiteren Fortbildungen / Workshops erhalten Sie in den Geschäftsstellen der jeweiligen Kreissportbünde.

Hinweis: Terminänderungen vorbehalten. Aktuelle Termine sind Online einzusehen.

Kreissportbund
Olpe e.V.

Kreissportbund
Siegen-Wittgenstein e.V.

Geschäftsstelle:
Kolpingstr. 14
57462 Olpe
Postanschrift:
Postfach 1547
57445 Olpe
Tel.: 02761-94298 00
Fax: 02761-94298 29
info@ksb-olpe.org
www.ksb-olpe.org

Geschäftsstelle:
Bismarckstr. 45
57076 Siegen
Postanschrift:
Postfach 210422
57028 Siegen
Tel.: 0271-41115
Fax: 0271-2337977
info@ksb-siegen-wittgenstein.de
www.ksb-siegen-wittgenstein.de

Sportjugend:
Tel.: 02761-94298 22
Fax: 02761-94298 29
info@sportjugend-olpe.org

Sportjugend:
Tel.: 0271-41115
Fax: 0271-2337977
info@die-sportjugend.de



QUALIFIZIERÜBERSICHT LANDESSPORTBUND NRW/SPORTJUGEND NRW

Übungsleiter/-in-B Kinder- und Jugendsport	Übungsleiter/-in-B	Übungsleiter/-in-B Rehabilitation Erwachsene
Bewegungsförderung in Verein und Kita	Abenteuer- und Erlebnissport 70 LE	Rehabilitation Neurologie 75 LE
	Selbstbehauptung/ Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen 96 LE	Rehabilitation Innere Medizin 105 LE
60 LE	Prävention Allgemeine Gesundheitsförderung 83 LE	Rehabilitation Orthopädie 90 LE
		Rehabilitation Geistige Behinderung 75 LE
		Rehabilitation Sport in der Krebsnachsorge 45 LE
		Basismodul 15 LE

2. Lizenzstufe B

JuLeiCa*

Übungsleiter/-in-C Breitensport

Aufbaumodul Kinder und Jugendliche	Aufbaumodul sportartübergreifend	Aufbaumodul Schwerpunkt Ältere
... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Kindern oder Jugendlichen betreuen wollen.	... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Personen unterschiedlichen Alters betreuen wollen.	... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Älteren betreuen wollen.
90 LE	90 LE	90 LE

1. Lizenzstufe C

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

JuLeiCa*

Sport Helfer/-in I und II *2

... wenn Ihr als junge Engagierte (13 - 17 Jahre) Sportangebote betreuen wollt. 2x 30 LE
--

Vorstufe

WEITERBILDUNGSEINRICHTUNG UND QUALITÄTSMANAGEMENT

Das SportBildungswerk arbeitet auf der gesetzlichen Grundlage des Weiterbildungsgesetzes („WbG“) des Landes NRW aus dem Jahre 1975. Dieses Gesetz regelt und fördert die Weiterbildung in NRW mit dem Ziel, auch nach der ersten Bildungsphase in Kindertagesstätten, Schulen, Ausbildungen und Hochschulen allen Bürgerinnen und Bürgern des Landes Bildungschancen zu ermöglichen. Unsere Qualifizierungsangebote (ausgenommen Sporthelferausbildungen) sind somit nach dem Weiterbildungsgesetz anerkannt.

Stetige Weiterentwicklung im Sinne der Verbesserung unserer Arbeit für den Kunden ist unser Bestreben. Dabei finden wir Unterstützung durch das sogenannte EFQM-Modell (European Foundation for Quality Management - Modell) zur eigenen Bewertung unserer Organisation bzw. unseres Managements. Auf Basis dieser Bewertung können konkrete Verbesserungspotentiale abgeleitet werden. Die EFQM unterstützt diesen stetigen Verbesserungsprozess und bietet einen umfangreichen Managementrahmen, der von mehr als 30.000 Organisationen in Europa genutzt wird. Sie strukturiert und misst die Unternehmensqualität, ermöglicht einen Gesamtblick auf das Unternehmen und arbeitet für den Enthusiasmus der Mitglieder, ihrer Motivation und der erzielten Ergebnisse. Im SportBildungswerk arbeitet man bereits seit einigen Jahren mit dem EFQM-Modell, mit dessen Hilfe eine stetige Weiterentwicklung geschah und geschieht.



VORSTUFE AUSBILDUNGEN IM KINDER- UND JUGENDBEREICH - SPORTHELFER*IN I

Du möchtest in deinem Sportverein aktiv werden? Als Sporthelfer*in hast du die Möglichkeit, die Übungsleitung bei der Planung und Durchführung von sportlichen und außersportlichen Angeboten für Kinder und Jugendliche zu unterstützen.

Du bist zwischen 13 und 17 Jahre alt, bringst Ideen und neue Trends in Spiel-, Sport- und Freizeitangebote ein und gestaltest diese aktiv. Unter Aufsicht und mit fachlicher Begleitung der Übungsleitung führst du selbstständig Stundenanteile oder Projekte und Freizeitaktivitäten mit Kindern oder Gleichaltrigen durch.

11000

TERMIN: Februar/März 2020 (30 LE)
ORT: Bad Laasphe
GEBÜHR: 75€ (140€)

11001

TERMIN: 16./17.05. & 06./07.06.2020 (30 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 75€ (140€)

11002

TERMIN: 26./27.09. & 03./04.10.2020 (30 LE)
ORT: Kreuztal
GEBÜHR: 75€ (140€)

Inhalte:

- Spiele, spielerische Übungsformen, Sportarten und Trends in Theorie und Praxis
- Freizeit- und außersportliche Aktivitäten im Sportverein
- Motive zur Mitarbeit im Sportverein und als Sporthelfer*in
- Grundlagen und Grundsätze der Kommunikation
- Kinder und Jugendliche von heute – Konsequenzen für die Co-Leitung von Gruppen
- Grundlagen der Planung von Vereinsangeboten
- Aufgaben- und Tätigkeitsfelder eines/einer Sporthelfer*in im Sport



VORSTUFE AUSBILDUNGEN IM KINDER- UND JUGENDBEREICH - SPORTHELFER*IN II

11020

TERMIN: 17.01. Vortreffen & 31.01.-02.02.2020
(30 LE) Kompakt
ORT: Wilnsdorf
GEBÜHR: 150€ inkl. Übernachtung & Vollpension

11021

TERMIN: 25./26.09. & 10./11.11.2020 (30 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 75€ (140€)

Inhalte:

- attraktive Spiele und Trendsportarten für Kinder und Gleichaltrige.
- Projekte, Freizeit- und außersportliche Angebote im Sportverein.
- persönliches Sport- und Gesundheitsverständnis entwickeln.
- Planung, Durchführung und Auswertung von kleinen sportlichen und außersportlichen Aktivitäten.
- Mitbestimmung von Kinder- und Jugendrechten im Sport.
- Weitere Qualifizierungsmöglichkeiten im organisierten Sport.

Hinweise:

- Der Nachweis Sporthelfer*in I wird vom Ministerium für Schule und Weiterbildung und dem Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport und den Mitgliedseinrichtungen der anerkannten Landesorganisationen der Weiterbildung in Nordrhein-Westfalen für das Modul E1 anerkannt.
- SH I und SH II - Lehrgänge können aufgrund der inhaltlichen Gliederung nur aufbauend besucht werden.
- Nach erfolgreicher Teilnahme der SH I und SH II-Ausbildung erhalten die Teilnehmenden den Sporthelfer*innen-Ausweis. Dieser wird anerkannt als Basismodul für die ÜL*in-C- /Trainer*in-C- /JL*in-Ausbildung, vorausgesetzt, er ist nicht älter als zwei Jahre.
- Die Teilnahme an einer SH-Fortbildung (8-15 Lerneinheiten) verlängert den Ausweis für die Dauer von zwei Jahren.
- Absolvieren Jugendliche zusätzlich eine Erste-Hilfe-Ausbildung (9 Lerneinheiten), können sie die bundeseinheitliche Jugendleiter*innen-Card (Juleica) online unter www.juleica.de beantragen.



1. LIZENZSTUFE BASISMODUL ÜBUNGSLEITER*IN-C, TRAINER*IN-C, JUGENDLEITER*IN

Die Übungsleiter*in-C-Ausbildung gliedert sich in ein Basismodul (30 LE) und ein Aufbaumodul (90 LE). 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 Teilnehmer*innen, also auf deren Selbstverständnis zurückgegriffen. Reflexionsphasen helfen, die Inhalte auf das Vereinsleben und auf sich selbst als zukünftige Leitungsperson zu beziehen.

20000

TERMIN: 25./26.01. & 15./16.02.2020 (30 LE)
ORT: Lennestadt
GEBÜHR: 65€ (130€)

20001

TERMIN: 01./02.02. & 15./16.02.2020 (30 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 65€ (130€)

20002

TERMIN: 29./30.06. & 01.07.2020 (kompakt) (30 LE)
ORT: Attendorn
GEBÜHR: 65€ (130€)

20003

TERMIN: 22./23.08. & 29./30.08.2020 (30 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 65€ (130€)

Inhalte Basis- und Aufbaumodul:

- Anforderungen an Leitungen von Gruppen im Sport
- Der Umgang mit Menschen und das Auftreten vor Gruppen
- Einführung in die Trainingslehre unter Hervorhebung der Hauptbeanspruchungsformen
- Systematischer Aufbau von Sportstunden nach dem Vier-Phasen-Modell
- Ziele und Aufgaben des organisierten Sports in NRW und das Qualifizierungssystem des lizenzierten Sports
- Entwicklungsverlauf von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Älteren im Kontext ihrer Lebens- und Bewegungswelt
- Grundkenntnisse über den Verlauf von idealtypischen Gruppenbildungsprozessen
- Didaktische und methodische Kenntnisse der Planung sportlicher und außersportlicher Angebote
- Anwendung des Erlernten in Planung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen

1. LIZENZSTUFE AUFBAUMODUL ÜBUNGSLEITER*IN-C, TRAINER*IN-C, JUGENDLEITER*IN

Übungsleiter*in-C- Aufbaumodul Breitensport sportartübergreifend
Diese Ausbildung wendet sich an diejenigen, die 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. Ansatzpunkt dieser Ausbildung ist der eigene Erfahrungsschatz. Hierzu werden die Sichtweisen, Einstellungen und Haltungen der Teilnehmenden herangezogen. Zudem wird das Leiten von Gruppen in immer wieder neuen Lernsequenzen geübt und reflektiert.

21150

TERMIN: 29.02./01.03.; 14./15.03.; 28./29.03.;
25./26.04. & 09./10.05.2020 (90 LE)
(Blended learning*)
ORT: Lennestadt
GEBÜHR: 175€ (390€)

21151

TERMIN: 29.02./01.03.; 07./08.03.; 21./22.03.;
04./05.04. & 25./26.04.2020 (90 LE)
(Blended learning*)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 175€ (390€)

21152

TERMIN: 10.-13.10.; 31.10./01.11. &
14./15.11.2020 (90 LE) (Blended learning*)
ORT: Attendorn
GEBÜHR: 175€ (390€)

21153

TERMIN: 05./06.09.; 19./20.09.; 03./04.10.;
07./08.11. & 14./15.11.2020 (90 LE)
(Blended learning*)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 175€ (390€)

* Blended-Learning bedeutet, dass es neben den Präsenzphasen auch online-gestützte Lernphasen gibt.

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. Erst nach Absolvierung beider Teile und dem Erste-Hilfe-Nachweis wird die Übungsleiter*in-C-Lizenz erteilt.
- Die ÜL*in C Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und wird durch den Besuch einer Fortbildung im Umfang von 15 Lerneinheiten um jeweils 4 Jahre verlängert.

2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN - B REHABILITATION BASISMODUL

Der Einstieg in die Rehabilitationsausbildungen

Die Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe Sport in der Rehabilitation beginnt mit dem Basismodul Rehabilitation Erwachsene. Dieses 15 Lerneinheiten umfassende Basismodul ist standardisierter Bestandteil der Gesamtbildung und muss zwingend vor einem Aufbau- modul absolviert werden.

Es beinhaltet die in allen Ausbildungsgängen Rehabilitation identischen Themen unter Berücksichtigung der profilspezifischen Besonderheiten.

Mit dem Abschluss des Basismoduls 2. Lizenzstufe Erwachsene Sport der Rehabilitation wird noch keine Lizenz erworben.

36000

TITEL: REHABILITATION ERWACHSENE
BASISMODUL

TERMIN: 14./15.03.2020 (15 LE)

ORT: Olpe

GEBÜHR: 80€ (160€)

Einstiegsvoraussetzungen:

- Übungsleiter*in-C (ÜL)
- Gymnastiklehrer*in
- (Diplom-) Sportlehrer*in
- Physiotherapeut*in



Hinweise:

- Die Ausbildungen müssen innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbau- modul) abgeschlossen sein.
- Die Lizenz „Rehabilitation Orthopädie“ 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.

2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN - B REHABILITATION AUFBAUMODUL ORTHOPÄDIE

Aufbaumodul Orthopädie (90 Lerneinheiten)

In dem Angebotsbereich „Orthopädie“ werden die Möglichkeiten des Sports und seine Bedeutung für eine gesundheitsförderliche Lebensführung sowie zur Krankheitsverarbeitung bei orthopädischen Erkrankungen genutzt. Sie verhelfen den von einer orthopädischen Erkrankung betroffenen Menschen zu neuem Selbstvertrauen und zu neuer Lebensfreude.

36010

TITEL: REHABILITATION AUFBAUMODUL
ORTHOPÄDIE

TERMINE: 04./05.04., 25./26.04., 09./10.05. &
22.-24.05.2020 (90 LE)

ORT: Olpe

GEBÜHR: 490€ (940€)

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

Die Ausbildung qualifiziert für die Leistungserbringung Rehabilitationssport in den Indikationen:

- Wirbelsäulenerkrankungen
- Osteoporose
- Gelenkschaden, Gelenkersatz
- Morbus Bechterew
- Krebsnachsorge
- Gliedmaßen/Amputationen



2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN - B SPORT IN DER PRÄVENTION ERGÄNZUNGS-AUSBILDUNG

Ergänzungsausbildung zum Erwerb der Lizenzen:

Sport in der Prävention, Profil: Haltungs- und Bewegungssystem und/oder Herz-Kreislaufsystem

Übungsleiter*innen Prävention, die bisher eine Lizenz in diesen Profilen oder im Profil Gesundheitstraining für Ältere besitzen, haben die Möglichkeit, durch den Besuch des Ergänzungsmoduls Prävention die (fehlende/-n) Lizenz/-en Haltungs- und Bewegungssystem oder/und Herz-Kreislaufsystem zu erwerben.

Ein Mehrwert des Ergänzungsmoduls ist es, dass die Übungsleiter*innen nach Abschluss der Ausbildung deutlich vereinfachte Zugangswege zur Anerkennung bezuschussungsfähiger Präventionsangebote erhalten.

In den Bereichen „Allgemeine Kräftigung“ und „Allgemeine Ausdauerförderung“ werden sie im Rahmen der Ausbildung in mindestens zwei ausgearbeitete und anerkannte Kurskonzepte eingewiesen.

35010

TITEL: ERGÄNZUNGS-AUSBILDUNG
PRÄVENTION

TERMIN: 19./20.09.; 10./11.10.&
24./25.10.2020 (60 LE)

ORT: Siegen

GEBÜHR: 250€ (480€)

Inhalte:

- Informationen zum Gesundheitsverständnis des LSB NRW und dessen Umsetzung in SPORT PRO GESUNDHEIT-Kursen
- Allgemeine, gesundheitsorientierte Praxis-Grundlagen: Wahrnehmungsförderung, Ausdauerförderung, Mobilisation, Dehnung, Kräftigung, sportnahe Entspannungsformen
- Funktionalität in gesundheitssportlichen Aktivitäten
- Handlungs- und Effektwissen zu Gesundheit, Gesundheitsförderung und Vermeidung von Bewegungsmangel
- Didaktik/Methodik im Gesundheitssport, Anleitung von Übungen, Reflexionsphasen, Förderung der Gestaltungsfähigkeit
- Belastungsdosierung über das subjektive Belastungsempfinden
- Erarbeitung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen
- Informationen zur Bezuschussungsfähigkeit gemäß §§ 20 und 20a SGB V durch die Krankenkassen

Hinweise:

- Bei erfolgreicher Teilnahme und nach Vorlage des unterschriebenen Ehrenkodexes erhalten Sie die ÜL-B Lizenzen Sport in der Prävention in den Profilen: Gesundheitstraining für das Haltungs- und Bewegungssystem und Gesundheitstraining für das Herz-Kreislaufsystem.
- Die Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und wird durch den Besuch einer Fortbildung Sport in der Prävention im Umfang von 15 Lerneinheiten um jeweils 4 Jahre verlängert.

2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN - B ZERTIFIKAT BEWEGUNGSFÖRDERUNG IN SPORTVEREIN UND KITA

Bewegungsgelegenheiten und -anlässe für Kinder zu schaffen ist eine der großen Herausforderungen im Alltag in Kita und Sportverein. Wir bieten Ihnen mit dieser Qualifizierungsmaßnahme vertiefende Inhalte auf der Basis psychomotorischer Erkenntnisse für eine zeitgemäße Bewegungsförderung auch als Grundlage für das Konzept in Ihrer Kita oder im Sportverein. Erweitern Sie ihr Wissen und lernen Sie das Bewegungsverhalten von Mädchen und Jungen besser einzuschätzen und zu fördern, sowie die Bewegungsbedürfnisse der Kinder gegenüber Eltern und im lokalen Bildungsnetzwerk aufzuzeigen. Ausgangspunkt dieser Qualifizierungsmaßnahme ist Ihre eigene Bewegungsbiografie und Ihre Freude an der Bewegung.

30000

TITEL: ZERTIFIKAT BEWEGUNGSFÖRDERUNG
IN SPORTVEREIN UND KITA
TERMIN: 28.03./29.03; 17.04.-19.04.&
14./15.05.2020 (60 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 175€ (390€)

Inhalte:

- Bedeutung vielfältiger Bewegungserfahrungen und -erlebnisse für Kinder im Hinblick auf ihren Umgang mit dem eigenen Körper, unterschiedlichen Materialien sowie mit anderen Kindern unter besonderer Berücksichtigung ihres kulturellen Hintergrundes
- Erweiterung des Bewegungs-, Spiel-, und Sportrepertoires für vielfältige Bewegungsanlässe
- Planung, Durchführung und Auswertung von Bewegungsangeboten
- Unfallprävention und Sicherheit bei Bewegungsanlässen
- Auseinandersetzung mit Aspekten gelungener Kooperation und Vernetzung, z.B. Anerkannter Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW



1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

23150

TITEL: ERSTE HILFE BEI
SPORTVERLETZUNGEN
TERMIN: 08./09.02.2020 (15 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 50€ (100€)

INFO: In diesem Lehrgang lernen Sie die typischen Verletzungen im Sportbereich kennen. Sie besprechen die Maßnahmen, um Verletzungen zu vermeiden und lernen, wie Sie erlittene Verletzungen fachmännisch versorgen können.

23170

TITEL: ERSTE HILFE BEI
SPORTVERLETZUNGEN
TERMIN: 07.03.2020 (9 LE)
ORT: Drolshagen
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Aktuell bietet das Sportbildungswerk in Kooperation mit der DLRG und dem DRK standardisierte Fortbildungen mit dem Titel „Erste Hilfe bei Sportverletzungen“ mit 9 Lerneinheiten an. Diese Fortbildung kann zur Lizenzverlängerung der ÜL*in-C-Lizenz des Landessportbundes NRW angerechnet werden.

22000

TITEL: ERLEBNISPÄDAGOGIK IN DER HALLE
TERMIN: 07./08.03.2020 (15 LE)
ORT: Freudenberg
GEBÜHR: 50€ (100€)

INFO: Sie möchten Ihre Gruppe oder Klasse mit etwas Neuem überraschen? Nutzen Sie die Hallenausstattung, um herausfordernde Aufbauten zu gestalten, erfinden Sie eine passende Geschichte oder verpacken Sie es in eine spannende Aufgabe. Hier bekommen Sie viele neue Ideen, kostengünstige Materialien und passende Spiele vorgestellt. Ganz nebenbei beschäftigen sich die Teilnehmer*innen mit dem fachgerechten Aufbau der Großgeräte und deren Absicherung.



FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

22700

TITEL: VERÄNDERE DEINE STUNDE -
HIIT - INTERVALLTRAINING
TERMIN: 14.03.2020 (8 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: In dieser Fortbildung erhalten die Teilnehmer*innen neue Impulse für ihre Stunde, ohne dass sie viel Vorbereitung investieren müssen. Bekannte Übungen werden effizient in Intervalle verpackt und der Gruppe angepasst. Durch verschiedene Abwandlungen der Übung kann jedes Fitnesslevel integriert werden und der/die Übungsleiter*in wird allen Teilnehmer*innen gerecht.

22701

TITEL: ABWECHSLUNGSREICHE
KOORDINATIONSFÖRDERUNG
TERMIN: 21.03.2020 (8 LE)
ORT: Wenden
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Koordination ist wichtig - sowohl im Alltag als auch beim Sport. Durch Koordination werden Bewegungen ökonomischer, Bewegungsabläufe sicherer, die Haltung kann verbessert und Verletzungen können vorgebeugt werden.

In dieser Fortbildung lernen die Teilnehmer*innen unterschiedliche Formen der Koordination kennen und wie man sie für den Alltag und Sport und bei verschiedenen Altersgruppen trainieren kann.

TIPP: Kombination mit Kurs **22702**

22702

TITEL: EINFÜHRUNG INS KRAFTTRAINING
MIT KETTLEBELLS
TERMIN: 22.03.2020 (8 LE)
ORT: Wenden
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Das Kraftausdauertraining mit Kettlebells ist ein neuer Trend im Fitness-Bereich. In dieser Fortbildung werden wissenswerte Grundlagen und der richtige Umgang mit den Geräten vermittelt. Zudem werden unterschiedliche Kursstundenkonzepte erarbeitet. Beim Training mit den Kettlebells handelt es sich um ein effektives Ganzkörpertraining, bei dem größere Muskelgruppen angesprochen werden. Die Kugelhantel mit Griff (= Kettlebell) als freies Gewicht ermöglicht Schwung-, Drück- und Halteübungen zur Stärkung der Muskelkraft.

TIPP: Kombination mit Kurs **22701**

ANMELDUNGEN UNTER:
WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

23700

TITEL: FIT FÜR DIE VIELFALT
TERMIN: 28./29.03.2020 (15 LE)
ORT: Freudenberg
GEBÜHR: 30€*

INFO: Jeden Tag begegnen wir Menschen aus anderen Kulturen: Ob bei der Arbeit, beim Einkaufen oder beim Sport. Im Alltag brauchen wir aber nicht nur soziale Fähigkeiten, sondern auch Sensibilität und Verständnis für andere Werte, Ansichten, andere Lebens- und Denkweisen, damit Missverständnisse und Konflikte erst gar nicht entstehen.

*Kurs wird finanziell gefördert



22100

TITEL: KRÄFTE MESSEN - FAIRES
AUSPOWERN FÜR JUGENDLICHE
TERMIN: 16.05.2020 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Kinder und Jugendliche jeglichen Alters haben das Bedürfnis, ihre Kräfte zu messen. Rangeln und Raufen gehört zur Lebenswelt sowohl von Jungen als auch von Mädchen dazu und ist für die psychische, soziale und körperliche Entwicklung bedeutsam. Was können wir zulassen? Wo müssen wir eingreifen? So wenig Regeln wie möglich - so viel Einflussnahme wie nötig! In dieser Fortbildung werden Spiele und Übungen zum Ringen und Raufen gemeinsam mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern erprobt und Einsatzmöglichkeiten in Verein und Schule oder Jugendeinrichtung besprochen.

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

23560

TITEL: PRÄSENZMODUL SPORTABZEICHEN
TERMIN: 16.05.2020 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Das Deutsche Sportabzeichen basiert auf einem sportwissenschaftlich abgesicherten Leistungskatalog in den Sportarten Leichtathletik, Schwimmen, Radfahren und Turnen, die sich in vier Disziplingruppen entsprechend der vier motorischen Grundfähigkeiten Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination wiederfinden. Von ganz entscheidender Bedeutung für den Erwerb des DSA ist die systematische Vorbereitung und die qualifizierte Betreuung der Interessierten. Um den Erwartungen und Bedürfnissen aller gerecht werden zu können, ist es erforderlich, die DSA Prüferinnen und Prüfer entsprechend zu schulen.

HINWEIS:

Diese Fortbildung gliedert sich in zwei aufeinanderfolgende Teile, deren Reihenfolge einzuhalten ist: Die interessierte Person beginnt mit dem Online-Modul (7 LE) zum Selbststudium, welches die intensive Auseinandersetzung mit dem aktuellen Prüfungswegweiser des DOSB sicherstellt. Über den Link <http://www.sportbildung-online.de/login> können Sie sich auf der Lernplattform des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen anmelden und das Selbststudium beginnen. Nach der korrekten Beantwortung von Multiple Choice-Fragen zu jedem Kapitel kann sich jeder TN eine TN-Bescheinigung ausdrucken. Mit dieser meldet er sich bei seinem SSB/KSB zum Präsenzmodul (8 LE) vor Ort an (Schwerpunkt Leichtathletik).

22703

TITEL: SUMMER SPECIAL FITNESS
TERMIN: 06.06.2020 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 40€*

INFO: Probier mal was Neues!

Ein Tag vollen Action, schweißtreibender Workouts und spannender Trends & Themen. Das diesjährige Programm erscheint im April
* inkl. Mittagessen & Getränk



ANMELDUNGEN UNTER:
WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

23760

TITEL: "ERNST MACHT DOCH NUR SPASS!" –
HALTUNG ZEIGEN, ABER WIE?

TERMIN: 20.06.2020 (8 LE)

ORT: Siegen

GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Richtig argumentieren und Haltungssicherheit erlangen bei menschenverachtenden Aussagen und Verhaltensweisen im Sport. „Heute geht's wieder gegen die Knoblauchfresser, da müssen wir uns warm anziehen!“ Solche oder ähnliche Sprüche fallen schon mal in der Umkleidekabine vor dem nächsten Spiel gegen die mehrheitlich migrantisch geprägte Mannschaft. Ist das nur Spaß? Oder steckt doch mehr dahinter? Ist das Ausgrenzung? Ab wann ist es überhaupt Diskriminierung? Wenn ja, wie darauf reagieren? Was dazu sagen? Schweigen? Ignorieren? Widersprechen? Rassistische, islamfeindliche, antisemitische, homophobe, sexistische oder andere menschenverachtende und ausgrenzende Einstellungen begegnen uns alltäglich – auch im Bereich des Sports. Sie machen meistens erstmal sprachlos – und ratlos. (Rechts-) Populistische Äußerungen bringen eine Diskussion häufig zum Erliegen. Oft fehlen Handlungsrepertoire und Fachwissen, um kritische Situationen einzuschätzen, entsprechend handeln zu können, zu argumentieren und vor allem - Haltung zu zeigen. Das führt unweigerlich zu den Fragen: Wie kann ich als Einzelperson menschenfeindlichen Äußerungen und Einstellungen im Sportbereich wie auch im persönlichen Alltag etwas entgegensetzen? Welche kommunikativen Möglichkeiten habe ich, um den Standpunkt des Vereins sowie meinen Standpunkt selbstbewusster zu vertreten? Antworten auf die Fragen sowie das Erlernen von Handlungsmöglichkeiten werden in dieser Fortbildung vermittelt.



FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

22500

TITEL: MENTALCOACHING
TERMIN: 20./21.06.2020 (15 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 50€ (100€)

INFO: Praxisorientiertes Führen und (Mental)- Coachen von Sportgruppen und -Teams. Wie gelingt es einem Gruppenleiter, in seinem Team ein positives und handlungsorientiertes Sozialklima zu erzeugen, unter besonderer Berücksichtigung der mentalen Aspekte beim Gruppenleiter und bei den Teammitgliedern

- Grundlagen, Einsatzbereiche und Nutzen des Mentaltrainings
- Übungen im Bereich Mentaltraining
- Formulierung von Teamzielen
- Grundlagen der Kommunikation
- Wahrnehmung und Wahrnehmungsfilter
- Grundlagen des Teamcoaching
- Lösungsstrategien in Konfliktsituationen
- Übungen zur Stärkung des Teamgefühls
- Umgang mit „schwierigen“ Teammitgliedern
- Gestaltung von Teambesprechungen



23151

TITEL: ERSTE HILFE BEI
SPORTVERLETZUNGEN
TERMIN: 20./21.06.2020 (15 LE)
ORT: Bad Berleburg
GEBÜHR: 50€ (100€)

INFO: In diesem Lehrgang lernen Sie die typischen Verletzungen im Sportbereich kennen. Sie besprechen die Maßnahmen, um Verletzungen zu vermeiden und lernen, wie Sie erlittene Verletzungen fachmännisch versorgen können.

ANMELDUNGEN UNTER:
WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

22001

TITEL: ERLEBNISPÄDAGOGIK DIREKT
VOR DER HAUSTÜR
TERMIN: 12./13.09.2020 (15 LE)
ORT: Freudenberg
GEBÜHR: 50€ (100€)

INFO: In diesem Kurs bekommen die Teilnehmer*innen Anregungen all das zu nutzen, was die Umgebung so bietet: einen Schulhof, den unattraktiven Vorplatz der Turnhalle, eine Wiese, Waldwege oder ein Waldstück in der Nähe. All das bietet unendliche Möglichkeiten, um ein spannendes Angebot zu gestalten, Geschichten mit Leben zu füllen, die Natur zu integrieren und mit wenig Material viel zu erleben. Durch die richtige Auswahl an Spielen können die ÜL*innen ihren Gruppen eine erlebnisreiche Zeit bieten.

23171

TITEL: ERSTE HILFE BEI
SPORTVERLETZUNGEN
TERMIN: 19.09.2020 (9 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 30€ (60€)

23172

TITEL: ERSTE HILFE BEI
SPORTVERLETZUNGEN
TERMIN: 20.09.2020 (9 LE)
ORT: Drolshagen
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Aktuell bietet das Sportbildungswerk in Kooperation mit der DLRG und dem DRK standardisierte Fortbildungen mit dem Titel „Erste Hilfe bei Sportverletzungen“ mit 9 Lerneinheiten an. Diese Fortbildung kann zur Lizenzverlängerung der ÜL*in-C-Lizenz des Landessportbundes NRW angerechnet werden.



FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

22101

TITEL: WASSERGEWÖHNUNG FÜR
KLEINKINDER (3-5 JAHRE)
TERMIN: 19.09.2020 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 40€ (70€)*

INFO: Eine optimale Wassergewöhnung schafft die Voraussetzung für den späteren Schwimmkurs. Erst wenn einige Grundfähigkeiten beherrscht und die Eigenschaften von Wasser erlebt werden, ist das Erlernen und Umsetzen richtiger Schwimmbewegungen möglich. In der Fortbildung werden die verschiedenen Teilbereiche der Wassergewöhnung anhand von spielerischen Übungs- und Bewegungsformen vorgestellt und selbst erfahren. Dabei kommen die unterschiedlichsten Materialien zum Einsatz, um für die Kinder eine Welt zu schaffen, in der sie gerne lernen und sich sicher fühlen. Je besser die Wassergewöhnung eines Kindes gelingt, desto besser erlernt es im Anschluss das Schwimmen.

* Eintritt ins Schwimmbad ist in der Gebühr enthalten

TIPP: Kombination mit Kurs 22704



22704

TITEL: AQUAFIT FÜR ERWACHSENE
TERMIN: 20.09.2020 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 40€ (70€)*

INFO: Neben dem Ausdauertraining an Land bietet auch Wasser die Möglichkeit, sein Herz-Kreislauf-System zu stärken und somit seine konditionellen Fähigkeiten zu verbessern. Hierbei unterstützen die besonderen Eigenschaften dieses Elements.

Im Rahmen der Fortbildung werden die theoretischen und methodischen Kenntnisse vermittelt, die für die Gestaltung eines ganzheitlichen und gesundheitsfördernden Trainingsprogramm im Wasser notwendig sind. Der Einsatz von verschiedenen Materialien sorgt für Abwechslung und neue Belastungsformen. Während der Einheit soll auch der Spaß nicht zu kurz kommen.

* Eintritt ins Schwimmbad ist in der Gebühr enthalten

TIPP: Kombination mit Kurs 22101

ANMELDUNGEN UNTER:
WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

23152

TITEL: ERSTE HILFE BEI
SPORTVERLETZUNGEN
TERMIN: 07./08.11.2020 (15 LE)
ORT: Drolshagen
GEBÜHR: 50€ (100€)

INFO: In diesem Lehrgang lernen Sie die typischen Verletzungen im Sportbereich kennen. Sie besprechen die Maßnahmen, um Verletzungen zu vermeiden und lernen, wie Sie erlittene Verletzungen fachmännisch versorgen können.

22705

TITEL: RÜCKEN-/CORE-TRAINING
TERMIN: 14.11.2020 (8 LE)
ORT: Wenden
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Über 80 % der Erwachsenen haben „Rücken“ im Laufe eines Jahres. Ursachen sind häufig Fehlhaltungen, einseitige Belastung und zu schwache Rücken- und Core-Muskulatur. In dieser Fortbildung sollen Aufbau und Zusammenhänge der Rücken- und Core-muskulatur vermittelt werden. Dabei erfahren die Teilnehmer*innen, wie diese Muskulatur mit und ohne Hilfsmitteln trainiert und gekräftigt werden kann, um so Rückenbeschwerden vorzubeugen oder zu lindern.

22706

TITEL: BEWEGUNGSKÜNSTLER GELENKE - 1
TERMIN: 21.11.2020 (8 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 30€ (60€)

22707

TITEL: BEWEGUNGSKÜNSTLER GELENKE - 2
TERMIN: 22.11.2020 (8 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Seine vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten verdankt der menschliche Körper seinen Gelenken. Um bis ins hohe Alter davon zu profitieren, ist es wichtig, die Gelenke und die sie bewegende Muskulatur entsprechend zu bewegen und zu trainieren. Dazu gehören vor allem: Bewegungswahrnehmung, funktionelles Üben und angemessene Alltagsbewegungen.

Schwerpunkt Tag 1.: Wirbelsäule / Schultergelenk / Hüftgelenk

Schwerpunkt Tag 2.: Kniegelenk / Fußgelenk

TIPP: Kombination der Kurse **22706 & 22707**

HINWEIS: Fortbildungen können auch separat gebucht werden.

ANMELDUNGEN UNTER:
WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE

1. LIZENZSTUFE ÜL*IN-C FORTBILDUNGEN LIZENZVERLÄNGERUNGEN

22708

TITEL: MATERIAL & STEP AEROBIC
CHOREO MIX

TERMIN: 28.11.2020 (8 LE)

ORT: Attendorn

GEBÜHR: 30€ (60€)

INFO: Choreographien aus Squats, Kicks, Plank & Co? Und das noch kombiniert mit Tüchern, Minibands, Reifen oder Drumsticks? Keine durchlaufende Step-Aerobic Musik, sondern einzelne Lieder, die du selbst bestimmen kannst. Das klassische Zählen fällt weg, denn nur die Länge der Liedsequenzen bestimmt, wie viele Einheiten wiederholt werden.

22501

TITEL: ACHTSAMKEIT -
DIE POWER AUS DEM INNEREN

TERMIN: 05./06.12.2020 (15 LE)

ORT: Olpe

GEBÜHR: 50€ (100€)

INFO: In diesem Kurs werden verschiedene Achtsamkeitstechniken geschult, die auch an die Teilnehmer*innen in den Übungsstunden weitergegeben werden können, von progressiver Muskelentspannung, über verschiedene Meditationen, Yoga sowie Atemtechniken. Auch die eigenen Werte und positiven Eigenschaften werden herausgearbeitet. Was lieben wir an uns und was und wie möchten wir auf dieser Welt leben! Eine ganz besondere Fortbildung zur Entschleunigung, Wahrnehmung, Selbsterkenntnis und natürlich der eigenen Anwendung und Weitergabe an andere.



FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

2. LIZENZSTUFE ÜL*IN-B FORTBILDUNGEN REHABILITATION LIZENZVERLÄNGERUNGEN

36520

TITEL: FASZIEN TRAINING IM REHASPORT
PROFIL: Orthopädie
TERMIN: 25.01.2020 (8 LE)
ORT: Wenden
GEBÜHR: 40€ (80€)

INFO: Faszien, das Bindegewebe des Menschen, verbindet den gesamten Körper miteinander wie ein Spinnennetz. Die Trainingsmethoden im Faszientraining: Dehnen über dreidimensionale Achsen, propriozeptive Trainingsreize sowie Kraft und die Speicherkapazität des Bindegewebes können die Gelenke entlasten und als präventive Maßnahme gegen Arthrose eingesetzt werden. Auch im Rehabilitationssport werden diese Trainingsmethoden eingesetzt, um im Alltag durch eine verbesserte Bewegungsfreiheit und reduziertes Schmerzverhalten mehr Lebensqualität zu erreichen. In dem Anforderungsprofil Orthopädie werden alltagsgetreue Bewegungsmuster analysiert und in orthopädische Herausforderungen über die Leitsymptome und Kontraindikationen in die Sportpraxis umgesetzt.

36660

TITEL: STURZPROPHYLAXE – SCHULUNG
DES DYNAMISCHEN GLEICHGEWICHTS
PROFIL: Orthopädie, Innere Medizin & Neurologie
TERMIN: 09./10.05.2020 (15 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 70€ (140€)

INFO: Neben der Kraft und der Ausdauer zählt die Schulung des „dynamischen Gleichgewichts“ zu den Hauptinhalten der Sturzprophylaxe. Der zentrale Risikobereich für Stürze ist der Gang (Einbußen der motorischen Qualität, wie Gehgeschwindigkeit, Schrittlänge, seitliche Abweichung und Schritthöhe). Daneben spielen die psychischen Faktoren wie Depressionen und Angst vor Stürzen eine ebenso große Rolle. Die meisten Stürze ereignen sich bei Bewegungsaktivitäten und stehen ursächlich im Zusammenhang mit der Einschränkung der motorischen Leistungsfähigkeit. Es gibt sportliche Aktivitäten, die eine besonders enge Beziehung zur Sturzprophylaxe aufweisen. Das ergibt sich aus der spezifischen Belastungsstruktur dieser Aktivitäten (z.B. das Tanzen). Es gilt, Bewegungen anzubieten, die mit einer ständigen Verlagerung des Schwerpunktes einhergehen (Schrittwechsel, Richtungswechsel, usw.) und damit das dynamische Gleichgewicht schulen.

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.
ALTERNATIV SIND AUCH 2x 8 LE MÖGLICH.

2. LIZENZSTUFE ÜL*IN-B FORTBILDUNGEN REHABILITATION LIZENZVERLÄNGERUNGEN

36661

TITEL: FUNKTIONELLE BEWEGUNG
MIT FOKUS HWS & SCHULTER
PROFIL: Orthopädie, Innere Medizin & Neurologie
TERMIN: 13./14.07.2020 (15 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 70€ (140€)

INFO: Der Einstieg erfolgt über Bewegungsangebote, die sich sowohl auf die Haltungsverbesserung des Rumpfes als auch auf die Stabilität der unteren Extremität beziehen. Das Hauptaugenmerk liegt aber speziell im Bereich der Problematiken der HWS- und Schulterregion. Inhalte: Anatomie der HWS und des Schultergelenkes, sowie Funktionen und Krankheitsbilder der Schulter, funktionelle ÜF sowohl im Sitz, Stand und in der Fortbewegung mit unterschiedlichen Übungsgeräten.

36662

TITEL: ALLTAGSBEWEGUNGEN
PROFIL: Orthopädie, Innere Medizin & Neurologie
TERMIN: 15./16.08.2020 (15 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 70€ (140€)

INFO: Alltagsbewegungen fördern und stabilisieren. Die Aktivitäten des täglichen Lebens sind die Tätigkeiten, die ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen. Diese zu fördern und zu stabilisieren ist eines der wichtigsten Ziele des Rehasports, der Alltagsbezug der Übungen muss in jeder Rehabilitationsstunde hergestellt werden. Viele Aktivitäten des alltäglichen Lebens können gerade mit Mitteln des Sports sehr gut und vielfältig geübt und stabilisiert werden.

36521

TITEL: AUFWÄRM- UND AUSKLANGPHASEN
IM WASSER
PROFIL: Orthopädie
TERMIN: 14.11.2020 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 50€ (90€)*

INFO: Aufwärm- und Ausklangphasen im Bewegungsbad können einen wichtigen Teil dazu beitragen, Ziele auf allen Ebenen (kognitiv, emotional, psychisch, sozial) im Rehabilitationssport zu erreichen. Diese Fortbildung soll einen Teil dazu beitragen, das häufige „Laufen im Kreis“ zu durchbrechen und Impulse geben, die auch von „Spielmuffeln“ angenommen werden. Zum Einsatz kommen typische Geräte, die im Hallenbad zu finden sind (Poolnudeln, Bälle, Hanteln, Bretter...) sowie ein bis zwei Mitbringsel.

* Eintritt ins Schwimmbad ist in der Gebühr enthalten

ANMELDUNGEN UNTER:
WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE

2. LIZENZSTUFE ÜL*IN-B FORTBILDUNGEN BEWEGUNGSFÖRDERUNG

31100

TITEL: VON WEGEN WILDE KERLE, FRECHE
GÖREN – PSYCHOMOTORISCHER
UMGANG MIT AGGRESSIONEN

TERMIN: 09.05.2020 (8 LE)

ORT: Olpe

GEBÜHR: 40€ (80€)

INFO: Oft geht es hoch her in Bewegungseinheiten mit Kindern – sowohl in der Kita als auch im Sportverein. Stimmungen und Verhaltensweisen, wie Freude aber auch Wut, gehören zum Menschen dazu. Deshalb sollte man sie in gewissem Rahmen auch ausdrücken dürfen. Besonders Kinder befinden sich hier im Lernprozess und reagieren auf für sie unangenehme Situationen häufig mit körperlich aggressivem Verhalten. Der Wut Ausdruck zu verleihen, hilft ihnen, Spannungen abzubauen. Als Übungsleiter*in oder Erzieher*in fühlen wir uns diesen Situationen oft nicht gewachsen. Hilfreiche Antworten und Impulse bietet der psychomotorische Ansatz, den kennen lernen und praktisch anwenden werden.



FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

2. LIZENZSTUFE ÜL*IN-B FORTBILDUNGEN BEWEGUNGSFÖRDERUNG

31101

TITEL: KIDS IM GLEICHGEWICHT -
ENTWICKLUNG DER KOORDINATIVEN
FÄHIGKEITEN IM KITA-ALTER
TERMIN: 20.06.2020 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 40€ (80€)

INFO: Koordination ist das abgestimmte Zusammenwirken aller Einzelbewegungen zu einer ökonomisch ablaufenden Gesamtbewegung. Welche Fähigkeiten sind zur Entwicklung der Koordination notwendig und wie kann ich diese üben – auch schon mit kleinen Kindern? Was heißt das nun für den Aufbau von Bewegungseinheiten? Die Teilnehmer*innen dieser Fortbildung lernen die koordinativen Fähigkeiten und deren Eigenschaften kennen. Außerdem erhalten sie Beispiele, wie man diese mit Kindern in Kita und Sportverein trainieren kann und wie man sie sinnvoll in eine Bewegungsstunde einbindet.



31102

TITEL: FIT WIE EIN TURNSCHUH
TERMIN: 28.11.2020 (8 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: 40€ (80€)

INFO: Konditionelles Training kann Kindern richtig Spaß machen, wenn es kindgerecht mit motivierenden Bewegungsideen „verpackt“ wird und jedem Kind Erfolgserlebnisse ermöglicht. In dieser Fortbildung werden Bewegungsbeispiele für ein effektives Übungstraining konsequent mit methodischen Prinzipien wie Differenzierung und Individualisierung umgesetzt, um so allen Kindern einer Gruppe Erfolgserlebnisse und Bewegungsfreude zu ermöglichen.

ANMELDUNGEN UNTER:
WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE

VEREINSMANAGEMENT EHRENAMTSMANAGER*IN BASIS- UND AUFBAUMODUL

Wer kann die Kindersportgruppe übernehmen? Wie können wir Personen finden, die uns bei unserer Arbeit unterstützen? Wie können Eltern und Mitglieder für ein Ehrenamt gewonnen werden? Wie können wir Ehrenamtliche fördern? Wie können Aufgaben umverteilt werden? Wie sollen wir das alles noch schaffen? Diese und viele ähnliche Fragestellungen stehen immer wieder im Mittelpunkt der Vereinsarbeit.

46118

TITEL: EHRENAMTSMANAGER*IN
BASISMODUL
TERMIN: 20.02.2020 (15 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: kostenlos



Im Basismodul werden die Grundlagen für ein systematisches Ehrenamtsmanagement im Sportverein gelegt, um die Gewinnung und Bindung von Engagierten sicherzustellen. Die Zertifikatsausbildung „Ehrenamtsmanager*in“ ist aufgebaut in ein Basis- und Aufbaumodul. Das Basismodul wird im Blended-Learning-Format durchgeführt. Dies bedeutet, dass es neben den Präsenzphasen auch online-gestützte Lernphasen gibt.

46418

TITEL: EHRENAMTSMANAGER*IN
AUFBAUMODUL
TERMIN: 18.04.2020 (15 LE)
ORT: Siegen
GEBÜHR: kostenlos

Die Zertifikatsausbildung „Ehrenamtsmanager*in“ ist aufgebaut in ein Basis- und Aufbaumodul. Das Basismodul ist zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Aufbaumodul. Das Aufbaumodul wird im Blended-Learning-Format durchgeführt. Dies bedeutet, dass es neben den Präsenzphasen auch online-gestützte Lernphasen gibt.

Inhalte:

- Wie können neue Ehrenamtliche gewonnen und an den Sportverein gebunden werden?
- Welche Dinge müssen dafür verändert werden?
- Wie kann ein Einstieg in ein Ehrenamt vereinfacht werden?
- Welche Rolle hat ein*e Ehrenamtsmanager*in im Verein?
- Wo liegen Aufgabenschwerpunkte im Verein?
- Welche Aufgaben können umverteilt werden?
- Wie kann Anerkennung und Unterstützung für ehrenamtliche Tätigkeit aussehen?
- Wie kann die Weiterentwicklung von Ehrenamtlichen organisiert werden?
- Welche Rolle spielt die Verabschiedung von Ehrenamtlichen?

VEREINSMANAGEMENT KOSTENLOSE INFORMATIONSVORANSTALTUNGEN

47506

TITEL: SPORTRÄUME UND
VEREINSEIGENE ANLAGEN
TERMIN: 10.02.2020 (3 LE)
ORT: Olpe

INFO: Ein großer Teil der Sportvereine nutzt kommunale Sportanlagen und ist dadurch oft in seinen Entfaltungsmöglichkeiten eingeschränkt. Sowohl bei den traditionellen, genormten Sportstätten als auch bei anderen Sporträumen sind bedarfsgerechte und zukunftsorientierte Konzepte und Lösungen erforderlich. Hier sind die Sportvereine gefordert, mit ihrem Wissen und mit kreativen Ideen Lösungen zu finden und Entwicklungen zu begleiten. Eine positive Mitarbeit bei diesem Thema wird Voraussetzung für eine erfolgreiche Vereinsarbeit auf kommunaler Ebene sein.

47507

TITEL: KOOPERATIONEN - FUSIONEN -
ABSPALTUNGEN
TERMIN: 18.05.2020 (3 LE)
ORT: Olpe

INFO: Zukunftschance für Vereine

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? Schwerpunkte dieses Seminars sind die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Zusammenarbeit und deren rechtlichen und steuerrechtlichen Konsequenzen. Es werden Wege aufgezeigt, um im eigenen Verein systematisch eine Kooperation / Fusion / Abspaltung durchzuführen und die Teilnehmer erhalten einen Überblick über verschiedene Kooperations-, Fusions-, Abspaltungs- und Ausgliederungsmodelle.

47508

TITEL: MODERNE ORGANISATIONS-
STRUKTUREN FÜR SPORTVEREINE
TERMIN: 30.09.2020 (3 LE)
ORT: Olpe

INFO: Die Rahmenbedingungen für Vereine werden immer komplexer und schwieriger. Die Bereitschaft zum ehrenamtlichen Engagement im Verein ist rückläufig. Die Anforderungen hinsichtlich Recht, Steuern und Sozialversicherung steigen stetig an. Veränderte Freizeit- und Berufswelt, Trendsportarten, kommerzielle Mitbewerber, Mitgliederschwund, Kostensteigerungen - der Druck, der auf den Sportvereine lastet, ist enorm. Die Vereinsführung ist vor diesem Hintergrund im Rahmen der tradierten Vereinsstrukturen vielfach nicht mehr zu bewältigen. Die Herausforderungen der Gegenwart und Zukunft können nicht mit Instrumenten der Vergangenheit bewältigt werden. Um den Verein zukunftsfest zu machen, empfiehlt sich ein Umdenken mit strategischer Ausrichtung.

VEREINSMANAGEMENT KOSTENLOSE KURZ UND GUT - SEMINARE

45270

TITEL: FINANZMANAGEMENT IM
SPORTVEREIN
TERMIN: 13.02.2020 (4 LE)
ORT: Siegen

INFO: Die zunehmende Knappheit der finanziellen, materiellen und personellen Ressourcen zwingt die Sportvereine dazu, Maßnahmen zu ergreifen, die eine dauerhafte Existenzsicherung gewährleisten. Eine wichtige Voraussetzung zum Erreichen dieses Zieles ist eine solide Finanzsituation.

45390

TITEL: BRENNPUNKTE DES VEREINSRECHTS
(DATEN - BILDER - INTERNET)
TERMIN: 12.03.2020 (4 LE)
ORT: Siegen

INFO: „Die Bedeutung des Internets, aber auch die des Datenschutzes nimmt zu und macht vor den Vereinen nicht halt: Die Schwimmabteilung möchte Ergebnislisten und Fotos ihres Wettbewerbs im Internet veröffentlichen. Der Abteilungsleiter möchte eine Telefonliste aller Abteilungsmitglieder verteilen, um Fahrgemeinschaften bilden zu können. Ein Sponsor bittet um eine Liste aller Mitglieder, um diese zu bewerben. Der Verein unterhält einen Social-Media-Auftritt, in dem Kommentare abgegeben werden können.

Der Vorstand ist verantwortlich für den Umgang mit den Daten aller derer, die mit dem Verein in Berührung kommen. Auch beim Auftritt des Vereins im Internet sind zahlreiche rechtliche Aspekte zu beachten. Viele Vereine betreten hier Neuland und setzen sich damit auch einem Haftungsrisiko aus. Anhand konkreter Beispiele werden zahlreiche Tipps für die Umsetzung in der Praxis gegeben.“

45250

TITEL: PRÄVENTION SEXUALISIERTE GEWALT
TERMIN: 14.05.2020 (4 LE)
ORT: Siegen

INFO: Das Thema „Kindeswohlgefährdung - Sexualisierte Gewalt an Mädchen und Jungen“ ist ein gesellschaftliches Querschnittsproblem, 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 Trainerin oder Trainer, 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 Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen gehört ebenso Maßnahmen zur Prävention und Intervention sexualisierter Gewalt im Sport zu erarbeiten, diese zu kennen und innerhalb unserer Vereinsstrukturen zu verankern.

VEREINSMANAGEMENT KOSTENLOSE KURZ UND GUT - SEMINARE

45120

TITEL: SOCIAL MEDIA - CHANCEN FÜR
SPORTVEREINE IM WEB 2.0
TERMIN: 24.09.2020 (4 LE)
ORT: Siegen

INFO: Das Thema Social-Media hat in den vergangenen Jahren eine rasante Entwicklung durchlebt und ist damit sicherlich nicht nur eine Modeerscheinung. Für viele Menschen gehört die Nutzung von Social-Media schon zum täglichen Leben dazu, doch nutzen Sie diese Instrumente auch schon in Ihrem Verein? Kennen Sie die Chancen von Facebook, Twitter, Youtube & Co., die sich für Ihren Verein ergeben? 78 % aller Konsumenten vertrauen der Meinung ihres Sozialen Umfelds. Social-Media verändert das Kommunikationsverhalten der Menschen - verpassen Sie nicht die Möglichkeit mit geringem Aufwand einen großen Teil der Zielgruppe Ihres Vereins anzusprechen!

45500

TITEL: ACHTSAM STATT NEUNMALKLUG –
DAMIT AUSGRENZUNG IM
SPORT(VEREIN) KEINE CHANCE HAT!
TERMIN: 18.11.2020 (4 LE)
ORT: Olpe

INFO: Der öffentliche Diskurs in Deutschland hat sich verändert. Viele Menschen sind aufgrund der gesellschaftlichen Veränderungen verunsichert, manche offenbaren diskriminierende bis menschenverachtende Positionen. Die Debatten um Neuzugewanderte sind nur das herausragende Beispiel dieser Entwicklung, die vor dem organisierten Sport (natürlich) nicht Halt macht. Es kam und kommt sogar vor, dass besonders engagierte Vereinsmitglieder oder Vorstände aufgrund ihrer weltoffenen Art angefeindet werden.



- Vereinsinterne-Fortbildung?
- Qualifizierung vor Ort?
- Interne Beratung zu Themen des Vereinsmanagements?
- Informationsbedarf?

Wir helfen gerne!

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, im Rahmen von „Inhouse-Schulungen“ speziell auf Ihre Wünsche abgestimmte Themen bei Ihnen vor Ort zu organisieren. Dies gilt sowohl für Qualifizierungen, als auch für Beratungen und Schulungen im Bereich des Vereinsmanagements.

Sollten Sie in Ihrem Verein, eventuell auch in Zusammenarbeit mit Ihren Nachbarvereinen, entsprechenden Bedarf haben, dann sprechen Sie uns gerne an! Gemeinsam finden wir einen Termin und organisieren die passgenaue Maßnahme.



IMPRESSUM

Impressum

Aus- und Fortbildung im Sport 2020

Herausgeber

SportBildungswerk des Landessportbundes NRW e.V.

Friedrich-Alfred-Straße 25

47055 Duisburg

Vorstand: Wolfgang Jost, Klaus Lang, Martin Wonik

Telefon: 0203 7381-769

Fax: 0203 7381-3769

E-Mail: bildungswerk@blsb-nrw.de

VR 1919 Amtsgericht Duisburg

Ust-IdNr. DE813879655

Außenstelle

Redaktionsleitung der Verbundaußenstelle:

Jenifer Wacker

E-Mail: j.wacker@ksb-olpe.org

Tel.: 02761/94298-11

Außenstelle:

Verbundaußenstelle Olpe/Siegen-Wittgenstein

Kolpingstraße 14

57462 Olpe

Stand

10/2019, Auflage 3.500

Druck

kay – Print. Medien. Logistik.

Druckhaus Kay GmbH

Hagener Straße 121

57223 Kreuztal

Bildnachweise:

© Sportbildungswerk © Bilddatenbank Landessportbund NRW e.V.