



3.2 ÜL B "Sport in der Prävention" (2. Lizenzstufe)



Informationen zur Aus- und Fortbildungskonzeption und zur dezentralen Struktur

Die Qualität gesundheitsorientierter Sportangebote ist abhängig von der Kompetenz der eingesetzten Übungsleiterinnen und Übungsleiter. Um eine qualitativ hochwertige Ausbildung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im gesundheitsorientierten Sport sicherzustellen, hat der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) entsprechende Ausbildungsrichtlinien verabschiedet. Auf ihrer Grundlage bietet der LandesSportBund Niedersachsen in Abstimmung mit dem Niedersächsischen

Turner-Bund Ausbildungslehrgänge mit Lizenzabschluss an. Der Erwerb der Lizenz ÜL B „Sport in der Prävention“ ermöglicht die Leitung von Gruppen im Bereich „Allgemeine Gesundheitsvorsorge“ sowie von speziellen Zielgruppen mit den Schwerpunkten „Gesundheitstraining für das Herz-Kreislauf-System“ oder „Gesundheitstraining für das Haltungs- und Bewegungssystem“.



Gesundheitsorientierte Vereinsangebote können seit Juli 2000 mit dem gemeinsam vom Deutschen Sportbund und der Bundesärztekammer entwickelten Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet werden. Eines der für die Zertifizierung zu erfüllenden Qualitätskriterien sieht für die Gruppenleitung die Ausbildung zur/zum ÜL B „Sport in der Prävention“ vor. Mit dem Qualitätssiegel ausgezeichnete Präventionssportangebote können unter bestimmten Voraussetzungen von den Gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden.

Wer kann teilnehmen?

Voraussetzung für die Teilnahme ist

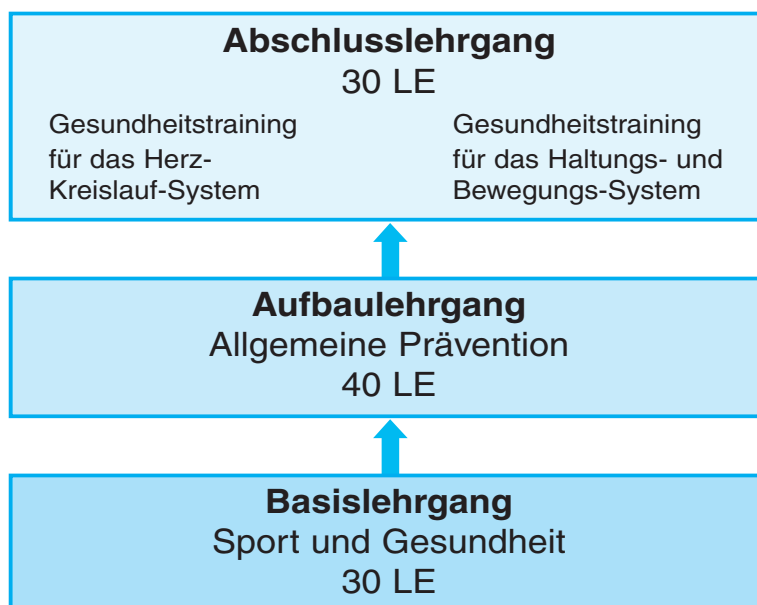
- ein gültiger Lizenzabschluss der 1.Lizenzstufe (ÜL C, Trainerin/Trainer C Breitensport bzw. Trainerin/Trainer C Leistungssport)
- die Tätigkeit in einem LSB-Mitgliedsverein
- die Vollendung des 18. Lebensjahrs

Wie ist die Ausbildung aufgebaut?

Die ÜL B Ausbildung besteht aus drei Abschnitten:

Die einzelnen Ausbildungsmodule bauen aufeinander

Aufbau der Ausbildung ÜL B "Sport in der Prävention"



auf und müssen in der vorgegebenen Reihenfolge absolviert werden.

Teilnehmende, die die nachfolgend aufgeführten Voraussetzungen erfüllen, müssen den Basislehrgang nicht absolvieren:

- ÜL C Breitensport, die in ihrer Ausbildung im Spezialblock „Fitness“ die Bausteine „Funktionsgymnastik“, „Körperwahrnehmung/Entspannung“ und „Walking-Laufen“ absolviert haben.
- Trainerinnen /Trainer C Breitensport bzw. Leistungssport, die in Ihrem Landesfachverband entsprechende Einstiegsmodule absolviert haben oder deren Ausbildung auf der 1.Lizenzstufe einen Schwerpunkt im Bereich „Fitness und Gesundheit“ hatte (z.B. FÜL „Fitness und Gesundheit“, NTB).
- Teilnehmende mit spezifischen beruflichen Qualifikationen (Sportlehrkräfte, Therapeutinnen/Therapeuten, Weitere nach persönlicher Rücksprache).

Basis- und Aufbaulehrgang sind inhaltlich mit den entsprechenden Ausbildungsmodulen des NTB abgestimmt. Eine wechselseitige Anerkennung einzelner Ausbildungsabschnitte ist nach persönlicher Rücksprache möglich.

Was lernen die ÜL in der Ausbildung?

Im Rahmen der insgesamt 100 Lerneinheiten (LE) umfassenden Ausbildung zum/zur ÜL B „Sport in der Prävention“ wird an die auf der ersten Lizenzstufe erworbenen Kenntnisse angeknüpft. Die ÜL sollen befähigt werden, vielseitige und zielgerichtete Bewegungsprogramme in allgemeinen Sportgruppen sowie für spezielle gesundheitsorientierte Vereinsangebote zu entwickeln. Dabei richten sich diese Angebote insbesondere an die Zielgruppe gesunder Erwachsener.

Basislehrgang „Sport und Gesundheit“

Im Basislehrgang werden die Grundkenntnisse aus den Ausbildungen der 1.Lizenzstufe zum gesundheits- und fitnessorientiertem Sport aufgearbeitet und vertieft (Funktionsgymnastik, Ausdauertraining, Körperwahrnehmung und Entspannung). Die Gestaltung gesundheitsorientierter Übungsstunden steht dabei im Mittelpunkt.

Aufbaulehrgang „Allgemeine Prävention“

Neben allgemeinen Informationen zum Zusammenhang von Bewegung, Sport und Gesundheit ist im Aufbaulehrgang eine weiterführende Auseinandersetzung mit der Praxis des gesundheitsorientierten Sports mit folgenden Themenschwerpunkten vorgesehen:

- Sport und Gesundheit im Verein
- Präventive Wirbelsäulengymnastik
- Ausdauertraining
- Körperwahrnehmung / Koordination / Entspannung
- Funktionelle Gymnastik

- Sportarten auf dem Prüfstand
- Grundlagen Trainingslehre und Sportmedizin
- Sport und Ernährung

Abschlusslehrgang

Im Abschlusslehrgang werden Gesundheitsprogramme zu den Profilen „Gesundheitstraining für das Herz-Kreislauf-System“ und „Gesundheitstraining für das Haltungs- und Bewegungs-System“ vorgestellt und bearbeitet. Den Schwerpunkt dieses Ausbildungsabschnittes bilden umfangreiche Lehrübungen, mit denen die ÜL auf die Umsetzung der Programme in ihrem Verein vorbereitet werden.

Ein Teil des Lehrgangs (ca. 10 LE) wird von den Teilnehmenden als Projektarbeit im Heimstudium durchgeführt (Ausarbeitung einer Übungsstunde, protokollierte Hospitation).

Was muss für die Erlangung der Lizenz ÜL B „Sport in der Prävention“ geleistet werden?

Eine regelmäßige aktive Teilnahme an allen Ausbildungsabschnitten (100 LE) ist verbindlich. Fehlzeiten müssen nachgeholt werden.

Darüber hinaus müssen während der Ausbildung folgende lehrgangsbegleitende Aufgaben erfüllt werden:

- Vorbereitungsfragen vor Beginn des Basislehrgangs und des Aufbaulehrgangs
- Stundenplanung zum Lehrversuch
- Lehrversuch
- Mittelfristige Planung/ Kursplanung
- Hospitation in einer Vereinsgruppe

Was kostet die Ausbildung?

1. Basislehrgang (30 LE) € 90,00 (€ 360,00) *
2. Aufbaulehrgang (40 LE) € 100,00 (€ 400,00) *
3. Abschlusslehrgang (30 LE) € 75,00 (€ 300,00) *

Alle Preise incl. Lehrgangsmaterialien

Fortbildungen ÜL B „Sport in der Prävention“

Wie die Fortbildungen der 1.Lizenzstufe dienen die Fortbildungen „Prävention“ dazu, die während der Ausbildung erworbenen Kenntnisse zu vertiefen und zu erweitern.

Zurzeit müssen ÜL B innerhalb von vier Jahren mindestens 15 LE Fortbildung nachweisen, um die Gültigkeit ihrer Lizenz aufrecht zu erhalten.

Die Kosten für eintägige Fortbildungen betragen € 20,00 (€ 50,00)*, für mehrtägige Maßnahmen € 35,00 (€ 90,00)*.

* = für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die nicht in Mitgliedsvereinen des LSB organisiert sind, wird ein erhöhter Betrag (Klammer) erhoben.

Was wann wo?

Aus- und Fortbildungen für ÜL B „Sport in der Prävention“ werden in dezentralen Ausbildungsstellen

sowie in der Akademie des Sports in Hannover durchgeführt.

Weitere Aus- und Fortbildungsangebote für diesen Lizenzabschluss sowie für den Bereich „Sport in der Rehabilitation“ hält der Niedersächsische Turner-Bund bereit. Qualifikationen für den Rehabilitationssport können auch über den Behinderten – Sportverband Niedersachsen (BSN) erworben werden.

Für weitere Informationen stehen die jeweiligen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner in den Ausbildungsorten, im LandesSportBund sowie in der Landesturnschule Melle zur Verfügung (siehe Kapitel 3.3). Nachfolgend werden die Termine der Ausbildungslehrgänge aufgeführt.

Termine der Fortbildungslehrgänge können über das Internet abgerufen werden: www.lsb-niedersachsen.de.

Inhaltliche Fragen beantwortet: Bernd Grimm, Tel.: 0511-1268-163, E-Mail: bgrimm@lsb-niedersachsen.de

Termine

Basislehrgänge "Sport und Gesundheit"

Nr.: 8347

Termine: 19.01. bis 20.01.2008
02.02.2008

Ausbildungsbereich: Stade

Ort: Stade

Kontakt: Elke Kolovos

Nr.: 8615

Termine: 19.01. bis 20.01.2008
26.01. bis 27.01.2008

Ausbildungsbereich: Lastrup

Ort: Sportschule Lastrup

Kontakt: Jörg Roth

Nr.: 8488

Termine: 28.04. bis 30.04.2008

Ausbildungsbereich: Goslar/Osterode

Ort: Clausthal-Zellerfeld

Kontakt: Andreas Doros

Nr.: 8035

Termine: 03.05. bis 04.05.2008
17.05. bis 18.05.2008

Ausbildungsbereich: Sögel

Ort: Sportschule Emsland / Sögel

Kontakt: Günter Klene

Nr.: 8579

Termine: 13.06. bis 15.06.2008

Ausbildungsbereich: Helmstedt

Ort: Helmstedt

Kontakt: Martin Roth

Nr.: 8072

Termine: 19.09. bis 20.09.2008
26.09. bis 27.09.2008

Ausbildungsbereich: Hannover-Stadt

Ort: Hannover

Kontakt: Anika Brehme

Nr.: 8698

Termine: 06.09. bis 07.09.2008
13.09. bis 14.09.2008

Ausbildungsbereich: Aurich

Ort: Aurich

Kontakt: Olav Görnert-Thy

Nr.: 8213

Termine: 12.09. bis 14.09.2008
26.09. bis 27.09.2008

Ausbildungsbereich: Uelzen

Ort: Uelzen

Kontakt: Olaf Balcke

Nr.: 8634

Termine: 10.10. bis 13.10.2008

Ausbildungsbereich: Göttingen

Ort: Göttingen

Kontakt: Fendina Lau

