



ÜL-B-Prävention Basismodul Erwachsene/Ältere (15 LE)

Das Basismodul ist der Einstieg in alle Ausbildungen der Fachbereiche Prävention und Ältere auf der 2. Lizenzstufe im Erwachsenenbereich.

Einstiegsvoraussetzungen zur Teilnahme:

Übungsleiter/in C (ÜL), Gymnastiklehrer/in, (Diplom-) Sportlehrer/innen, Physiotherapeut/innen

Im Ausbildungsmodul werden folgende Inhalte und Ziele vermittelt:

- Auseinandersetzung mit gesundheitlichen Situationen von Menschen in unterschiedlichen Lebensphasen/Altern als Prozess im Lebenslauf
- Grundsätze zum Aufbau von gesundheitsorientierten Sportstunden, insbesondere Präventionssportstunden
- das Anforderungsprofil des/der Übungsleiter/in Prävention als Anleiter/in, Berater/in und Moderator/in präventiv - gesundheitsfördernden Sportangeboten
- Vertiefung der Zusammenhänge zwischen Gesundheit/Prävention und Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit
- Informationen zum Qualitätssiegel "Sport pro Gesundheit"

Die Teilnahmegebühren beinhalten das ausführliche Lehrgangsmaterial.

Lehrgangsnummer: 275-3501

LSB-Referentinnen Wiebke Schandelle, Harald Schnepfer

Termin/Uhrzeit: Samstag, 20.09.2014, 9.00-16.45 Uhr

Sonntag, 21.09.2014, 9.00-15.00 Uhr

Ort: Sporthalle der Grundschule Pantrings Hof in Herne

Anerkennung: Die Teilnahme ist mit 15 LE für die Verlängerung der ÜL-C-Lizenz anerkannt.

Bonus: Die Teilnehmer/innen erhalten einen Bonus von je 10,00 Euro, wenn sie sich gleichzeitig für eins der zeitlich nachfolgenden Aufbaumodule Gesundheitstraining Prävention Haltungs- und Bewegungssystem (275-3521) oder Prävention Stressbewältigung und Entspannung (275-3522) anmelden.

Gebühr ohne Bonus: € 80,00 Vereinsempfehlung / € 160,00 ohne Vereinsempfehlung

Gebühr mit Bonus: € 70,00 Vereinsempfehlung / € 140,00 ohne Vereinsempfehlung

Teilnehmerzahl: 12 – 20

Anmeldeschluss: 19.08.2014

Anmeldung: eine schriftliche Anmeldung ist notwendig:

www.qualifizierung-im-sport.de/suche/?q=275 oder Sie fordern ein

Meldeformular an unter Tel. 02323 957098, Fax: 02323 10422

email bildungswerk@ssb-herne.de

Hinweis: Mit Abschluss dieses Basismoduls wird noch keine Lizenz erworben.

Veranstalter: Bildungswerk SSB Herne e.V. mit dem Qualifizierungszentrum Ruhr



ÜL-B-Ausbildung Sport in der Prävention

Aufbaumodul Gesundheitstraining Haltungs- und Bewegungssystem (45 LE)

Einstiegsvoraussetzung zur Teilnahme: Basismodul Prävention Erwachsene/Ältere

Im Aufbaumodul werden folgende Inhalte und Ziele vermittelt:

- Vertiefung des anatomischen und physiologischen Grundwissens über den Haltungs- und Bewegungsapparat
- Konsequenzen für die Trainingsgestaltung
- Prinzipien der Planung und Umsetzung von Präventiven, gesundheitsfördernden Sport- und Bewegungsangeboten

Die Übungsleiter/innen lernen Kriterien einer präventiv-gesundheitsfördernden Planung, Durchführung und Auswertung von Sportangeboten im Sportverein unter biologisch-medizinischen Aspekten kennen und können diese umsetzen. Sie reflektieren aktuelle Gesundheitstheorien und wissen, wie die Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit zu initiieren ist. Weiter analysieren sie die besondere Bedeutung von Haltung und Bewegung und ihre Auswirkung auf die Gesundheit.

Ziel ist der Lizenzerwerb der ÜL-B-Lizenz Haltungs- und Bewegungssystem

Hinweis: Der Nachweis der Lizenz ist ein Kriterium für die Zertifizierung von Präventionskursen im Bereich Haltung und Bewegung mit dem Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“. Dieses ermöglicht die Chance, Präventionskurse im Sportverein anzubieten, die von Krankenkassen anerkannt sind.

Die Teilnahmegebühren beinhalten das ausführliche Lehrgangsmaterial.

Lehrgangsnummer: 275-3521

LSB-Referentinnen Wiebke Schandelle, Harald Schnepfer

Termin/Uhrzeit: 1./2.11., 22./23.11. und 6./7.12.2014

Samstag, 09:00 - 16:00 Uhr, Sonntag, 9:00-15:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Grundschule Pantrings Hof

Gebühr ohne Bonus: € 190,00 Vereinsempfehlung / € 380,00 ohne Vereinsempfehlung

Gebühr mit Bonus: € 180,00 Vereinsempfehlung / € 370,00 ohne Vereinsempfehlung

Die Teilnehmer/innen erhalten einen Bonus von 10,00 Euro, wenn sie am zeitlich vorgeschalteten Basisbaumodul Prävention Erwachsene/Ältere in Herne teilnehmen.

Teilnehmerzahl: 12 – 20

Anmeldeschluss: 30.10.2014

Anmeldung: eine schriftliche Anmeldung ist notwendig: www.qualifizierung-im-sport.de/suche/?q=275 oder Sie fordern ein Meldeformular an unter Tel. 02323 957098, Fax: 02323 10422, email bildungswerk@ssb-herne.de

Veranstalter: Bildungswerk SSB Herne e.V. mit dem Qualifizierungszentrum Ruhr sowie mit dem SSB Dortmund

Lizenzverlängerung: Prävention Gesundheitstraining für Ältere, Prävention Gesundheitstraining Herz-Kreislaufsystem, Prävention Stressbewältigung und Entspannung, Sport der Älteren, Übungsleiter/in-C

Bildungswerk des LSB NRW Außenstelle des SSB Herne e.V.



ÜL-B-Ausbildung Sport in der Prävention

Aufbaumodul Gesundheitstraining Prävention Stressbewältigung und Entspannung (45 LE)

Einstiegsvoraussetzung zur Teilnahme: Basismodul Prävention Erwachsene/Ältere

Die vielfältigen Anforderungen unserer Gesellschaft führen bei vielen Menschen zu Reaktionen der Überforderung und damit zu Stress. Die Fähigkeit, den zur Bewältigung des Alltags notwendigen Spannungszuständen auch Phasen der Entspannung entgegenzusetzen, haben viele Menschen mittlerweile verloren. Über Bewegung und Sport lassen sich gesundheitsbeeinträchtigende Verhaltensmuster bewusst machen, Verhaltensalternativen entwickeln und spezifische Gesundheitstechniken vermitteln.

Im Aufbaumodul werden folgende Inhalte und Ziele vermittelt:

- Vertiefung des anatomischen und physiologischen Grundwissens
- Konsequenzen für die Trainingsgestaltung
- Prinzipien der Planung und Umsetzung von präventiven, gesundheitsfördernden Sport- und Bewegungsangeboten

Die Übungsleiter/innen lernen Kriterien einer präventiv-gesundheitsfördernden Planung, Durchführung und Auswertung von Sportangeboten im Sportverein unter biologisch-medizinischen Aspekten kennen und können diese umsetzen. Sie reflektieren aktuelle Gesundheitstheorien und wissen, wie die Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit zu initiieren ist. Sie analysieren die besondere Bedeutung von Stress und Entspannung und ihre Auswirkung auf die Gesundheit. Sie kennen die individuellen und gesellschaftlichen Anforderungen von präventiv-gesundheitsfördernden Sportangeboten an den Verein und an den ÜL.

Ziel ist der Lizenzerwerb der ÜL-B-Lizenz Stressbewältigung und Entspannung. In der Ausbildung wird über Möglichkeiten der Zertifizierung von Präventionskursen im Zusammenhang mit dem Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ gesprochen.

Die Teilnahmegebühren beinhalten das ausführliche Lehrgangsmaterial.

Lehrgangsnummer: 275-3522

LSB-Referentinnen Gabi Pohontsch, Wiebke Schandelle

Termin/Uhrzeit: 3./4./5.10. und 15/16.11.2014, Freitag, Samstag, Sonntag 09:00 - 16:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Grundschule Pantrings Hof

Gebühr ohne Bonus: € 190,00 Vereinsempfehlung / € 380,00 ohne Vereinsempfehlung

Gebühr mit Bonus: € 180,00 Vereinsempfehlung / € 370,00 ohne Vereinsempfehlung

Die Teilnehmer/innen erhalten einen Bonus von 10,00 Euro, wenn sie am zeitlich vorgeschalteten Basisbaumodul Prävention Erwachsene/Ältere in Herne teilnehmen.

Teilnehmerzahl: 12 – 20

Anmeldeschluss: 01.09.2014

Anmeldung: eine schriftliche Anmeldung ist notwendig: www.qualifizierung-im-sport.de/suche/?q=275 oder Sie fordern ein Meldeformular an unter Tel. 02323 957098, Fax: 02323 10422, email bildungswerk@ssb-herne.de

Veranstalter: Bildungswerk SSB Herne e.V. mit dem Qualifizierungszentrum Ruhr sowie mit dem SSB Dortmund

Lizenzverlängerung: Prävention Gesundheitstraining für Ältere, Prävention Gesundheitstraining Herz-Kreislaufsystem, Prävention Stressbewältigung und Entspannung, Sport der Älteren, Übungsleiter/in-C

Bildungswerk des LSB NRW Außenstelle des SSB Herne e.V.