



StadtSportBund  
Dortmund

## **Ausbildung zum Übungsleiter-C für die Arbeit mit Älteren**

Diese Ausbildung wendet sich an diejenigen, die eine Älterengruppe sportlich betreuen bzw. Senioren sportlich aktivieren 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 u. a. auch im Sportverein abwechslungsreich zu gestalten. Dazu werden die Sichtweisen, Einstellungen, Haltungen der Teilnehmenden in den Blick genommen. Zudem wird das Leiten von Älterengruppen bzw. Anleiten von Übungen für Senioren in immer wieder neuen Lernsequenzen geübt und reflektiert.

### **Hinweise**

Die Ausbildung umfasst 120 Lerneinheiten (LE) und wird in zwei Modulen angeboten. Diese gliedern sich in ein Basismodul (30 LE) und ein Aufbaumodul (90 LE). Die Ausbildung muss gemäß Rahmenrichtlinien DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.

Einstiegsvoraussetzung für das Aufbaumodul ist das Basismodul Übungsleiter/-in C, Trainer/-in C, Jugendleiter/-in.

Nach erfolgreicher Teilnahme an den Modulen erhalten Sie die ÜL-C-Lizenz, sofern ein gültiger Erste-Hilfe-Nachweis und der unterschriebene Ehrenkodex vorgelegt werden kann. Die ÜL-C-Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und wird durch den Besuch einer/mehrerer Fortbildung/en im Gesamtumfang von insgesamt 15 Lerneinheiten um jeweils 4 Jahre verlängert.

### **Termine**

#### Basismodul ÜL-C

(LG-NR. G2018-5002-20001)	02.+ 03.03. 2018 (Fr-Sa) + 09. + 10.03.2018 (Fr-Sa) +	30LE
---------------------------	--	------

#### Aufbaumodul ÜL-C

##### Schwerpunkt Ältere:

(LG-Nr.: G2018-5002-21200)	04./05./06. Mai 2018 (Fr-So)	22,5LE
	19.Mai 2018 (Sa)	5 LE
	22. – 26. Mai 2018 (Kompaktwoche)	8LE/Tag
	15./16./17. Juni 2018 (Fr-So)	22,5LE

Bitte nutzen Sie das beiliegende Anmeldeformular und geben Sie die Kursnummern an!!

### **Teilnahmegebühren**

Basismodul: 90,00 €/160,00 € ohne Vereinsempfehlung

Aufbaumodul: 230,00 € mit Vereinsempfehlung/400,00 € ohne Vereinsempfehlung (bei der Buchung inkl. Basismodul: insgesamt 290,00 € mit VE/530,00 € ohne VE). In der Regel wird an Samstagen und an den längeren Lehrgangstagen eine Verpflegung gestellt. Die Teilnahmegebühren beinhalten Teilnehmer/-innen-Materialien.



StadtSportBund  
Dortmund

## 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
- 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.

Weitere Informationen bekommen Sie auf den Seiten [www.ssb-do.de/](http://www.ssb-do.de/) Qualifizierung

Oder auch telefonisch in der Geschäftsstelle

StadtSportBund Dortmund e. V.  
Beurhausstr. 16-18  
44137 Dortmund

Petra Rickelmann  
0231 – 50 11108