

## Wie werde ich Übungsleiterin bzw. Übungsleiter (ÜL)?

Um die ÜL C Breitensport Lizenz sportartübergreifend zu erlangen, müssen 120 Lerneinheiten (LE) absolviert werden. Dazu kommt ein Erste Hilfe Kurs mit 16 Stunden.

Die 120 LE gliedern sich in **drei Blöcke**:

### **Grundlehrgang (TN - Gebühr für Vereinsmitglieder 105,00 €)**

als Pflichtbaustein mit 40 LE:

### **Aufbaulehrgang (TN - Gebühr für Vereinsmitglieder 105,00 €)**

als Pflichtbaustein mit 40 LE

### **Spezialblocklehrgang oder SpezialBlockBausteine (SBB)**

als Wahlbaustein mit 40 LE:

In diesem dritten Block der Ausbildung können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer selbst wählen, ob sie einen Spezialblocklehrgang von 40 LE besuchen oder einzelne kleinere SBB à 8 - 20 LE belegen und zu insgesamt 40 LE zusammen sammeln. Eine Übersicht über die Anzahl der SBB bietet die Homepage des LSB bzw. die LSB Lehrgangsbroschüre. SBB können auch bereits vor oder zwischen Grundlehrgang und Aufbaulehrgang in beliebigen Ausbildungsbereichen absolviert werden.

**Die SBB werden sowohl zur Ausbildung, als auch zur Fortbildung d. h. Lizenzverlängerung anerkannt.**

## Termine Übungsleiterausbildung in Hildesheim

### Für alle Lehrgänge:

Ort:	Sportlehrstätte Hildesheim - Himmelsthür, Jahnstr. 52, 31137 Hildesheim
Anmeldung:	KSB Hildesheim, Joachim Staffeldt Tel. 05121-270588, Fax. 05121-270589, E-Mail <a href="mailto:ksblehrarbeit@t-online.de">ksblehrarbeit@t-online.de</a>
Infos	s. o. oder Regina Hoffmann Tel 05127 5033 E-Mail: <a href="mailto:hoffmannregina@vr-web.de">hoffmannregina@vr-web.de</a>

### **Grundlehrgang Übungsleiter C Breitensport 11758**

Hier wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern das Basiswissen vermittelt. Über das jeder Übungsleiter- gleich welcher Sportart – verfügen sollte. Dazu gehören allgemeine Themen wie das Organisieren von Übungsstunden, das Leiten von Gruppen und auch das Kennenlernen von Vereins- und Verbandsstrukturen. Verknüpft werden diese Themen mit sportpraktischen Inhalten wie Fitnesstraining, Spiele, Koordination, Bewegungen an und mit verschiedensten Geräten

Termin: 24. – 26.02.12 und 09. - 11.03.12

Gebühr: € 105,00

### **Aufbaulehrgang Übungsleiter C Breitensport 11759**

Hier werden die Themen aus dem GL vertieft, Fragen des sportlichen Trainings, die Bedeutung der Entwicklungsphasen und wie kommuniziert man und steuert als Übungsleiter Gruppenprozesse, runden die Inhalte ab.

Termin: 20. – 22.04.12 und 11. - 13.05.12

Gebühr: € 105,00

## Spezialblockbausteine 2012 Hildesheim

### **Funktionsgymnastik**

Termin: 18. – 19.02.12 15 LE  
Inhalt: Muskelkunde, Trainingsmethoden zum Kräftigen, Dehnen – Wirkung, Techniken, Anwendung, Funktionsgymnastik für spezielle Zielgruppen  
Gebühr: € 50,00

### **Sportabzeichen**

Termin: 14.04.12 10 LE  
Inhalt: Anleitung eines Sportabzeichen – Treffs, Vorbereitung der TN auf die Sportabzeichenprüfung, Prüfkriterien Laufen, Springen, Werfen; Hintergrundwissen/Historisches zum „Breitensportorden“  
Gebühr: € 35,00

### **Gymnastik und Spiele im Wasser**

Termin: 02.06.12 10 LE  
Inhalt: Wassergymnastik bei der neben Spielräumen für Entspannung auch Spielen und Experimentieren im Wasser zugelassen werden  
Gebühr: € 35,00

### **Faszination Team sport**

Termin: 07. – 08.07.12 15 LE  
Inhalt: „mit Mannschaften Spielen können“, vermitteln von Spielfähigkeit, Bedeutung und Anwendung von Spielregeln, Umgang und Variation von verschiedenen Spielgeräten  
Gebühr: € 50,00

### **Rope Skipping**

Termin: 15.09.12 10 LE  
Inhalt: Seilspringen mit Tricks und fetziger Musik, Variationen mit kurzen und langen Seilen, Allein, zu Zweit, in der Gruppe, Musikauswahl  
Gebühr: € 35,00

### **Stationstraining**

Termin: 13..11.12 10 LE  
Inhalt: Trainingsprinzipien/Trainingsmethodik, Möglichkeiten und Ziele, Organisation, Stundenbeispiel  
Gebühr: € 35,00