

Basisqualifizierung (30 LE)

Das Einstiegsmodul für Übungsleiter und Trainer

Inhalte (Theorie und Praxis) u. a.:

- Grundlagen zum Aufbau und zur Planung einer Unterrichtsstunde; grundlegende Phasen, Planungsraster, Inhalte, Methoden
- Grundlagen zur Haltungsschulung und Körperwahrnehmung
- Musiklehre; Einsatz von Musik, Struktur
- Methodisches Vermitteln von Inhalten; methodische Grundprinzipien
- Anforderungsprofil eines Trainers, Ehrenkodex, Verbandsstruktur
- Passiver Bewegungsapparat und Arbeitsweisen der Muskulatur
- Trainingslehre; Trainingsprinzipien, Belastungsnormative, Trainingsziele und Trainingswirkungen
- Arbeitsweisen des Herz-Kreislaufsystems, Grundlagen in 1. Hilfe
- Motorische Grundfertigkeiten; konditionelle und koordinative Fähigkeiten

Achtung:

Die Basisqualifizierung schließt nicht mit dem Erwerb einer Lizenz ab. Sie ist die Einstiegsvoraussetzung, um eine ÜL-C, bzw. Trainer-C-Ausbildung zu erwerben.

Hinweis zur Anmeldung: Vollendung des 16. Lebensjahres, Befürwortung durch einen Verein.

Termine: 07./08. November 2020
28./29. November 2020

Zeit: Sa. 9:00 Uhr - 18:00 Uhr
So. 9:00 Uhr – 15:00 Uhr

Ort: Paderborn - Schloß Neuhaus

Kosten: Gau-Mitglieder: 70 Euro,
Externe: 100 Euro

Meldeschluss: Verbindliche Anmeldung bis zum 15. Oktober 2020

Weitere Informationen erteilt Ingrid Knetsch, Telefon 05254/4718

E-Mail: i.knetsch@ibk-online.com

Das Lizenzprofil (90 LE)

Seit 2011 wird die Übungsleiterausbildung im modularen System durchgeführt, d.h. es müssen nicht mehr alle 120 Lerneinheiten an einem Stück absolviert werden, sondern werden in Teil 1, der Basisqualifikation mit 30 LE und Teil 2, des Lizenzprofils mit 90 LE aufgeteilt.

Diese Aufteilung bietet große Vorteile. Die Basisqualifizierung mit einem Umfang von 30 LE vermittelt die allgemeinen Grundlagen einer Übungsleitertätigkeit. Darauf lassen sich die Lizenzprofile

- ÜL-C Allround-Fitness Gymnastik/Turnen/Spiel
- Trainer-C Fitness/Aerobic
- Trainer-C Gymnastik/Rhythmus/Tanz
- Trainer-C Fitness und Gesundheit
- Fitness und Gesundheit Schwerpunkt Ältere
- Kinderturnen

mit 90 LE aufbauen.

Seinen Themenschwerpunkt kann jeder Teilnehmer erst nach dem Basismodul festlegen und sich je nach seinem Interesse entscheiden.

Der erste Schritt zur Übungsleiterausbildung wird also durch unser Angebot einer Basisqualifizierung eingeleitet.

Wer den zweiten Schritt, das Lizenzprofil „ÜL-C-Allround-Fitness Gymnastik/Turnen/Spiel“, gleich anschließen möchte, hat dazu ab Januar 2021 in Schloß Neuhaus an folgenden Wochenenden die Möglichkeit:

Termine:

15./16. Januar 2021
30./31. Januar 2021
20./21. Februar 2021
27./28. Februar 2021
06./07. März 2021

Kosten: Gau-Mitglieder: 170 Euro, Externe Teilnehmer: 250 Euro

Weitere Informationen erteilt Ingrid Knetsch, Telefon 05254/4718

E-Mail: i.knetsch@ibk-online.com