

Basisqualifizierung (32 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 Trainingseffekte
- 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: 09./10. November 2024

16./17. November 2024

Zeit: Sa. 9:00 Uhr - 18:00 Uhr

So. 9:00 Uhr – 15:00 Uhr

Ort: Paderborn - Schloß Neuhaus, Halle an der Memelstraße

Kosten: Gau-Mitglieder: 100 Euro,

Externe Teilnehmer: 150 Euro

Meldeschluss: Verbindliche Anmeldungen bis zum 10. Oktober 2024

nimmt die Gauvorsitzende Ingrid Knetsch, Telefon 05254/4718

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

Das Lizenzprofil (90 LE)

Seit 2011 wird die Übungsleiteraus- und Fortbildung 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 Übungsleiteraus- und Fortbildung 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 2025 in Schloß Neuhaus an folgenden Wochenenden die Möglichkeit:

Termine:

11./12. Januar 2025

25./26. Januar 2025

08./09. Februar 2025

08./09. März 2025

15./16. März 2025

Zeiten jeweils samstags von 9:00 Uhr – 18:00 Uhr u. sonntags von 9:00 Uhr – 15:00 Uhr

Kosten: Gau-Mitglieder: 200 Euro, Externe Teilnehmer: 400 Euro

Anmeldungen sind ab sofort möglich. Sie sind zu richten an die

Gauvorsitzende Ingrid Knetsch, Telefon 05254/4718

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