

Lizenzbildungen ÜL B „Sport in der Prävention“

Lizenzbildung Übungsleiter B
„Sport in der Prävention“ (2. Lizenzstufe)

Dieser Ausbildungsgang auf der zweiten Lizenzstufe baut auf die Lizenzbildungen der ersten Lizenzstufe (Übungsleiter C und/oder Trainer C) auf.

Im Mittelpunkt der Ausbildung steht die Planung und Durchführung gesundheitsorientierter und präventiver Bewegungsangebote im Sportverein.

Im Einzelnen erwerben die Übungsleiter B „Sport in der Prävention“ für das zielgruppenspezifische Angebot folgende Kenntnisse und Fähigkeiten:

- Sie lernen gesundheitsorientierte Sportangebote inhaltlich kennen, sie zu analysieren und zu begründen;
- Sie entwickeln ihre methodisch-didaktischen Kenntnisse und die zugehörigen Fähigkeiten und Fertigkeiten für die zielgruppengerechte Gestaltung gesundheitsorientierter Sportangebote weiter;
- Sie können Übungs- und Trainingsprogramme unter Berücksichtigung der jeweiligen Rahmenbedingungen und orientiert an einem ganzheitlichen Gesundheitsverständnis planen, anbieten und durchführen;
- Sie lernen Modelle der Umsetzung gesundheitsorientierter Vereinsangebote kennen und können darüber informieren.

Der Abschluss der Ausbildung befähigt nicht zu einer beruflichen Ausübung in medizinischen Hilfs- oder Heilberufen wie z.B. Masseur, medizinischer Bademeister, Physiotherapeut, Krankengymnast.

Die Ausbildung gliedert sich in zwei Ausbildungsabschnitte, einen Grund- und einen Prüfungslehrgang. Sie endet mit der staatlich anerkannten Prüfung zum lizenzierten Übungsleiter B „Sport in der Prävention“.

Inhalte der Grundlehrgänge:

Was ist eigentlich Gesundheit? Was ist gesund oder gefährlich am und im Sport? Gibt es Risiken, wo liegen die Chancen? Unsere Position ist klar: Sporttreiben wirkt präventiv – und ein gesundheitsorientierter und gesundheitsfördernder Sport ist die denkbar beste Medizin. Auf der Basis dieses Grundverständnisses arbeiten wir in dieser Lizenzbildung. Wir setzen uns in der Theorie mit verschiedenen Modellen des gesundheitsorientierten Sports auseinander, zeigen Risiko- und Schutzfaktoren auf, beschäftigen uns mit dem Thema Sport und Ernährung und beleuchten die Zusammenhänge zwischen Lebensweise, Gesundheit und Wohlbefinden. Dazu bieten wir ein breit gefächertes Angebot zur Umsetzung in der Praxis an, das sich schwerpunktmäßig mit den Bereichen Ausdauer-, Kraft- und

Beweglichkeitstraining im Gesundheitssport auseinandersetzt.
Inhalte der Prüfungslehrgänge:

Ergänzung, Vertiefung und Wiederholung des Unterrichtsstoffes, sowie Überprüfung der Lehrbefähigung in der Praxis (Lehrprobe) und der Theoriekenntnisse (Fragebogen).

Für Übungsleiter B mit gültiger Lizenz kann der Verein einen Zuschuss beim Württembergischen Landessportbund beantragen.