

A19/09 Übungsleiter C: Sport mit Älteren

Die Fortbildung, bestehend aus Basis- und Aufbaumodul Übungsleiter*in C Breitensport: Schwerpunkt Ältere, wendet sich an diejenigen, die eine Älterengruppe sportlich betreuen wollen. Ein breites Spektrum sportpraktischer Inhalte wird erlebt und anschließend besprochen. Die praktischen Übungen werden durch theoretischen Fachwissen ergänzt. Mit Hilfe vielfältiger Methoden zur Vermittlung von Inhalten gibt es Anregungen, sportliche Angebote abwechslungsreich zu gestalten.

Nach erfolgreicher Teilnahme der sechs Tage erhalten die Teilnehmer*innen die Übungsleiter*in C Lizenz, sofern ein gültiger Erste Hilfe-Nachweis und der unterschriebene Ehrenkodex vorgelegt werden kann. Die ÜL/-in C Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und kann durch den Besuch einer Fortbildung im Umfang von 15 Lerneinheiten um jeweils 4 Jahre verlängert werden.

Inhalte:

- 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
- Sturzprophylaxe, Beweglichkeits-/Krafttraining, Gehirnjogging, Hockergymnastik
- Didaktische und methodische Kenntnisse zur Planung sportlicher Angebote für Ältere
- Realisierung geplanter praktischer Aktivitäten und deren Reflexion
- Anwendung des Erlernten in Planung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen im Lehrgang

Methoden: Vortrag, praktische Anwendung und Übungen

Zielgruppe: Alltagsbegleiter*innen, MA Soziale Betreuung

Dauer: 6 Tage

Termine: 03.09. – 05.09.2019 **und** 08. – 10.10.2019, jeweils von 09:00 – 15:00 Uhr

Orte: AWO Marie-Juchacz-Zentrum, Rhonstr. 5, 50765 Köln, und AWO Hermann-Koch-Seniorenzentrum, Im Weyerfeld 1, 52349 Düren

Leitung: N. N. (in Zusammenarbeit mit dem Bildungswerk des Kreissportbundes Düren)

Kosten: 500,00 € (inkl. Teilnehmermaterial)

Anmeldeschluss: 30.04.2019

Anmeldung bei: AWO Bildungstreff im Kölner Norden des Marie-Juchacz-Zentrums in Zusammenarbeit mit AWO Mittelrhein und AWO GESA Rhonestraße 5, 50765 Köln; Tel.: 0221/7023-345/Fax: 0221/7023-799; E-Mail: dieter.remig@awo-mittelrhein.de oder alice.hauke-pohlmann@awo-mittelrhein.de