

Lizenzausbildung

ÜL-B – Sport in der Prävention

Allgemeines Gesundheitstraining mit den Schwerpunkten:

Haltungs- und Bewegungssystem, Herz-Kreislaufsystem

Inhalte und Ziele:

Im Rahmen eines gemeinsam getragenen zeitgemäßen Verständnisses von Gesundheitsförderung durch Bewegung haben die DLRG Nordrhein gemeinsam mit dem Landessportbund NRW, in Abstimmung mit dem DOSB diese neue Präventionsausbildung entwickelt.

Die Absolventen sind nach erfolgreicher Teilnahme der Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe in der Lage, eigenständig gesundheitsorientierte Angebote in den Gliederungen zu platzieren, die den Anforderungen des Qualitätssiegels SPORT PRO GESUNDHEIT entsprechen.

Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten die Absolventen die ÜL B-Lizenzen Sport in der Prävention in den Profilen:

1. Gesundheitstraining für das Haltungs- und Bewegungssystem
2. Gesundheitstraining für das Herz-Kreislaufsystem
3. die Bescheinigungen über die Einweisung in zwei standardisierte Programme.

Ein Mehrwert dieser Ausbildung ist es, dass die Absolventen nach Abschluss der Ausbildung deutlich vereinfachte Zugangswege zur Anerkennung bezuschussungsfähiger Präventionsangebote erhalten. Sie sind berechtigt, damit das entsprechende Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT zu beantragen.

Folgende Inhalte werden den Teilnehmenden vermittelt:

- Informationen zum Gesundheitsverständnis und dessen Umsetzung in SPORT PRO GESUNDHEIT-Kursen
- Allgemeine, gesundheitsorientierte Praxis-Grundlagen: Wahrnehmungsförderung, Ausdauerförderung, Mobilisation, Dehnung, Kräftigung, sportnahe Entspannungsformen
- Funktionalität in gesundheitssportlichen Aktivitäten
- Handlungs- und Effektwissen zu Gesundheit, Gesundheitsförderung und Vermeidung von Bewegungsmangel
- Didaktik/Methodik im Gesundheitssport, Anleitung von Übungen, Reflexionsphasen, Förderung der Gestaltungsfähigkeit
- Belastungsdosierung über das subjektive Belastungsempfinden
- Erarbeitung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen
- Informationen zur Bezuschussungsfähigkeit gemäß §§ 20 und 20a SGB V durch die Krankenkassen

Zielgruppe:

- Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die eine Ausbilder/Prüfer-Lizenz Schwimmen/Rettungsschwimmen oder eine C-Lizenz des DOSB besitzen und eine anerkannte Lizenz auf der 2. Ausbildungsstufe im Bereich Gesundheitssport/Prävention erwerben möchten.

Teilnahmevoraussetzungen:

- Gültige Ausbilder/Prüfer-Lizenz Schwimmen/Rettungsschwimmen **oder**
- gültige Übungsleiter-C-Lizenz
- Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses, nicht älter als drei Jahre **bzw.**
- Nachweis eines Erste-Hilfe-Trainings, nicht älter als zwei Jahre
- Nachweis der Rettungsfähigkeit, nicht älter als zwei Jahre

Hinweise:

Der Lehrgang besteht aus sechs Teilen – einem Einführungstag und den Fachausbildungen Modul 1 bis 5 und **ist nur im Block zu buchen**.

Die Prüfung ist Bestandteil der Fachmodule.

Die Teilnehmer erhalten nach der Ausbildung **zwei** DOSB B-Lizenzen:

- „Sport in der Prävention“ Herz-Kreislauf System und
- „Sport in der Prävention“ Haltung und Bewegung.

Zusätzlich erfolgt eine Einweisung in zwei Musterprogramme.

Der Teilnehmer kann nach Abschluss des Seminars unverzüglich ein Gütesiegel beantragen.

Leitung:

Referenten des LSB NRW
Hermann-Josef Heinisch und Dirk Zamirara

Termine und Veranstaltungsort:

Einführung: SA, 16.09.2017 Tagesveranstaltung Radevormwald

Modul 1: FR, 29.09. bis SO, 01.10.2017 Schwimmsportschule Übach-Palenberg

Modul 2: FR, 13.10. bis SO, 15.10.2017 Sport- und Tagungszentrum Hachen

Modul 3: FR, 24.11. bis SO, 26.11.2017 Sport- und Tagungszentrum Hachen

Modul 4: FR, 12.01. bis SO, 14.01.2018 Sport- und Tagungszentrum Hachen

Modul 5: FR, 16.02. bis SO, 18.02.2018 Sport- und Tagungszentrum Hachen

Seminar-Nr.:	Teilnehmerbeitrag:	Anmeldeschluss:
2017-2.0502-1	930,00 €	16.08.2017