

Ausbildung zum/zur Kiezsport-Übungsleiter(in)

Herbst 2017

Die Ausbildung „Kiezsport-Übungsleiter(in)“ will Menschen in die Lage versetzen, gesundheitsorientierte Sport- und Bewegungsangebote selbst anzuleiten. Ort dieser Angebote können z.B. bewegungsgerechte Räume in Einrichtungen wie Nachbarschaftszentren oder anderen sozialen Einrichtungen aber auch Parks und Freiflächen im öffentlichen Raum sein.



Die Kiezsport-Ausbildung bietet Menschen mit eigener Sporterfahrung, aber ohne Qualifizierung in diesem Bereich, eine persönliche oder evtl. auch berufliche Perspektive. Sprachliche Barrieren sollen kein Hinderungsgrund bei der Teilnahme sein.

Voraussetzungen zur Teilnahme

- Interesse an Gesundheit und Gesundheitssport; Freude an Bewegung
- Eigene Sporterfahrung (egal in welcher Form, sportliches Talent spielt dabei keine Rolle)
- Interesse am Anleiten von Bewegungsgruppen
- Deutschkenntnisse (Alltagssprache; Fachbegriffe werden ausführlich erläutert)
- Offenheit für neue Erfahrungen und gegenüber Menschen aller Kulturen und Nationalitäten

Ablauf der Ausbildung

Die Ausbildung ist sehr praxisorientiert, vermittelt aber auch das notwendige theoretische Grundlagenwissen, um Bewegungsgruppen anzuleiten. Der Schwerpunkt der Ausbildungsinhalte liegt dabei auf Sport- und Bewegungsangeboten für Erwachsene und Senioren. Die Inhalte können auf Angebote für Kinder und Jugendliche übertragen werden. Dies ist abhängig vom Interesse und entsprechenden Vorerfahrungen der Teilnehmer. Bitte fragen Sie hierzu nach (Tel. s.u.)

Folgende Module werden in insgesamt 50 Unterrichtseinheiten (45 Minuten) behandelt:

1. Selbsterfahrung mit gesundheitsorientierten Bewegungs- und Entspannungsmethoden
2. Bewegungsspiele für jedes Alter
3. Biologische Grundlagen des Sports/ Krankheitslehre
4. Bewegungsangebote in Parks und öffentlichen Freiflächen
5. Gesundheitsorientiertes Kraft- und Ausdauertraining (Theorie & Praxis)
6. Methodik & Didaktik in Sportgruppen (Theorie & Praxis)
7. Trainings- und Bewegungslehre (Theorie & Praxis)

Am Ende erarbeiten die Teilnehmenden selbstständig Übungen und Anleitungen und erproben ihre erworbenen Fähigkeiten mit der Gruppe. Alle Teilnehmenden, die regelmäßig (mind. 80%) und aktiv an den Schulungen teilgenommen haben, erhalten eine Teilnahmebescheinigung.

Ort	Quartiersmanagement Ganghoferstraße Donaustr. 78 , 12043 Berlin (Ort kann abweichen)
Zeitraum	September bis November 2017
Termine	Anmeldung ab 07.08.17 unter den unten genannten Kontaktdaten 10 Termine immer Freitag 15-19 Uhr ab 08.09.
Kosten	Die Ausbildung ist kostenfrei!
Weitere Informationen und Anmeldung	Berliner Institut für settingorientierte Gesundheitsförderung (bisog) Höhndorfstraße 16, 12101 Berlin Ansprechpartnerin: Verena Kupilas Tel.: 030 / 76 76 58 31 E-Mail: kupilas@bisog.de

Das sagen Teilnehmende vorheriger Ausbildungen:

Emine Erdem

Kiezsport-Übungsleiterin seit 2013; macht jetzt eine Ausbildung zur Übungsleiterin für Freizeit- und Breitensport beim Behinderten Sportverband Berlin und leitet eine wöchentliche Gymnastikgruppe für Frauen in Schöneberg

„Ich bin sehr stolz, weil ich vor 2 Jahren als Teilnehmerin in eine Kiezsport-Gruppe kam und jetzt selbst eine Gruppe leite. So kann ich meine Freude am Sport an andere weitergeben.“



Natalia Klug

Kiezsport-Übungsleiterin seit 2013; hat gerade die Ausbildung zur „Fachübungsleiterin für Rehabilitationssport“ (Orthopädie) beim Behindertensportverband Berlin absolviert und leitet Yoga- und Gymnastikkurse in verschiedenen Sporthallen in Berlin

„Wer rastet, der rostet! Menschen – bewegt Euch! Ich helfe Euch gerne dabei!“



Mohamed Wagih Abdel Kerim

Kiezsport-Übungsleiter seit 2013; hat gerade die Ausbildung zum „Fachübungsleiter für Rehabilitationssport (Orthopädie)“ beim Behindertensportverband Berlin absolviert und leitet Gesundheitsportkurse für Männer in Schöneberg

„Die größte Freude und größte Motivation bei dieser Ausbildung war für mich, dass ich Menschen helfen kann eine gute Gesundheit für Körper und Seele zu erreichen.“



Wer wir sind:

STADTBEWEGUNG

Der gemeinnützige Verein Stadtbewegung e.V. fördert Sport- und Bewegungsangebote im öffentlichen Raum sowie im nachbarschaftlichen Umfeld in Berlin. So werden Parks zu Sportplätzen und Stadtmobiliar zu Fitnessgeräten.



Das Berliner Institut für settingorientierte Gesundheitsförderung ist ein unabhängiges Unternehmen. Sein Ziel ist es, Gesundheitsförderung in Theorie und Praxis weiter zu entwickeln, um die Gesundheit der Bevölkerung zu verbessern.



Senatsverwaltung
für Gesundheit und Soziales

be_{mini} Berlin

