

Ausgleichs-/ Ergänzungstraining im Kinder- & Jugendsport (Übungsleiter B Profil Kinder/Jugendliche) - Blended Learning

Lehrgangsnummer: SJ 16
 Lerneinheiten: 16
 Träger: Sportjugend Sachsen
 Kosten: 130 € | Nicht-Sportvereinsmitglied
 80 € | Sportvereinsmitglied
 Anmeldeschluss: 20.10.2024, 23:55 Uhr
 Stornofrist: 18.10.2024

Termine

19.11.2024, 18:30 - 20:15 Uhr

Ort: LSB-SportCampus, Zoom
 Referent:in: Sven Jaekel
 Hinweis: Dieser Termin zum Einstieg ist ein Online-Meeting, was sie von zu Hause aus durchführen können. Voraussetzung zur Teilnahme ist ein Endgerät (Laptop, Smartphone, etc.) sowie eine stabile Internetverbindung. Webcam und Mikrofon sind erwünscht, aber nicht zwangsweise erforderlich. Die Sportjugend Sachsen arbeitet im Rahmen des SportCampus LSB Mitteldeutschland mit der Videokonferenz-Software „Zoom“. Mit der Anmeldung zur Veranstaltung willigen Sie damit auch der Datenschutzrichtlinie von „Zoom“ ein, die Sie sich im Vorfeld bitte durchlesen. Eine kostenfreie Installation der Zoom-App ist erforderlich für die Teilnahme, diese wird automatisch mit dem Beitritt zum Webinar installiert. Das Webinar selbst wird aus Datenschutzgründen nicht aufgezeichnet.

26.11.2024, 18:30 - 20:15 Uhr

Ort: LSB-SportCampus, Zoom
 Referent:in: Sven Jaekel
 Hinweis: Der zweite Termin ist ebenfalls ein Online-Meeting, was sie von zu Hause aus durchführen können. Voraussetzung zur Teilnahme ist ein Endgerät (Laptop, Smartphone, etc.) sowie eine stabile Internetverbindung. Webcam und Mikrofon sind erwünscht, aber nicht zwangsweise erforderlich.

30.11.2024, 09:00 - 16:30 Uhr

Ort: Sportschule Werdau
 An der Sportschule 1, 08412 Werdau
 Referent:in: Sven Jaekel
 Ablauf: 9.00-10.30 Uhr [2LE] Praxis
 10.45-12.15 Uhr [2LE] Praxis
 12.15 Uhr Mittagessen
 13.15 -14.45 Uhr [2LE] Praxis
 15.00- 16.30 Uhr [2LE] Praxis Kontrolle Eigenanteil
 ab 16.30 Uhr Abreise

Hinweis: Der abschließende Termin findet in Präsenz in der Sportschule Werdau statt.
 Bitte an Sportsachen denken - der Tag wird komplett mit Praxis gefüllt sein.

Inhaltliche Schwerpunkte

Dieser Lehrgang bietet Übungsleiter*innen und Trainer*innen einen praktischen wie theoretischen Einblick, warum ein abwechslungsreiches Ausgleichs- und Ergänzungstraining im Kinder- & Jugendsport von Bedeutung ist. Behandelt werden zum einen der richtige methodische Aufbau einer Trainingseinheit bei Koordinations-, Beweglichkeits-, Stabilisations-, und Kraftausdauertraining sowie zum anderen nützliche Hinweise rund um die Thematik Faszientraining und Dehnen. Neben einfachen Testverfahren zur Funktionsprüfung, sollen ein vielfältiges Übungsrepertoire erarbeitet und praxisnahe Umsetzungsmöglichkeiten im Trainingsalltag vermittelt werden. Ziel dieser Weiterbildung ist eine Wissensvermittlung um präventiv später auftretende gesundheitliche Einschränkungen bei Kindern- und Jugendlichen, aufgrund einseitiger Belastungen, zu verhindern.

Dieser Lehrgang findet als Blended-Learning Lehrgang statt. Das bedeutet, dass zwei Termine jeweils Dienstagabend komplett Online durchgeführt werden. Eine Teilnahme ist also einfach von zu Hause aus möglich. Der dritte Termin ist der Präsenztermin in der Sportschule Werdau mit der Durchführung der Praxis. Außerdem werden bei den Online-Meetings Aufgaben für die Bearbeitung zu Hause gegeben, welche dann teilweise im Praxisteil vorgestellt werden.

Hinweis

Dieser Lehrgang unterliegt den **Stornobedingungen** des Landessportbund Sachsen. Eine Stornierung ist außerhalb der Stornofrist über Ihren Account im Bildungsportal selbst durchzuführen.

Der Lehrgang ist ein mögliches Modul zur Ausbildung Übungsleiter B (Profil Kinder/ Jugendliche) sowie zur Verlängerung der Übungsleiter C- und B-Lizenz (Profil Kinder/ Jugendliche) geeignet.

Veranstalter

Sportjugend Sachsen

Sportjugend Sachsen

Goyastr. 2d

04105 Leipzig

Tel. +49 . 341 . 21631-62

E-Mail: bildung@sport-fuer-sachsen.de

Internet: www.sport-fuer-sachsen.de