

# SC Schoningen holt Ausbildung zum ÜL-C Breitensport nach Uslar



Schoningen: Die Ansprüche der Teilnehmer in Sportvereinen werden immer höher. Gleichzeitig stellen die Anforderungen an Vereine, deren Vorstände und auch an die Übungsleiter. Durch die perfekte Vernetzung der Schonger ist gelungen, dass die qualifizierte Ausbildung zum ÜL-C Breitensport des Landessportbundes (LSB) in Schoningen stattfindet. Gleich 10 Teilnehmer meldete der gastgebende SC Schoningen und 7 der SC Volpriehausen. Aus Münden, Lengler und Göttingen reisen die weiteren Teilnehmer an.

Organisiert und geleitet wird die Ausbildung von Fendina Lau – Sportreferentin für das Handlungsfeld Bildung in der Sportregion Südniedersachsen. Sie und ihr engagiertes und qualifiziertes Referenten\*innen-Team begleiten die insgesamt 21 ÜL-Anwärter\*innen durch die immerhin 120-stündige Ausbildung.

Fitness und Sport ist ein Bereich, in dem es nicht nur viele berufliche Möglichkeiten gibt. Auch im Ehrenamt oder im Sportverein ist es sehr sinnvoll, die Trainingsmethoden und -gestaltung durch eine entsprechende Ausbildung zu verbessern. Gerade für Übungsleiter im Breitensport scheint die sogenannte C-Lizenz bestens geeignet.

Der Grundlehrgang (40 LE) umfasst die Themen:

- Aufbau der Sportorganisation
- Wie funktioniert mein Verein?
- Aufbau einer Übungsstunde
- Trainingsgrundlagen
- Vermittlungsformen im Sport
- Bewegungslernen und Koordination
- Leitung von Gruppen
- Kleine Spiele planen, leiten und variieren
- Gesellschaftsrelevante Themen wie Dopingprävention oder Schutz vor sexualisierter Gewalt
- Aufsichtspflicht und Haftung
- Rhythmus und Bewegung

Der Aufbaulehrgang (40 LE) beinhaltet die Themen:

- Entwicklungsphasen

- Gruppenprozesse & ÜL-Verhalten
- Vertiefung der Trainingsgrundlagen
- Trends und Veranstaltungen im Verein
- Schutz vor sexualisierter Gewalt im Sport
- Bewegungskorrektur
- Übungsstunden beobachten und auswerten
- Langfristige Zielsetzung

### **Spezialblockbausteine oder Spezialblocklehrgang (40 LE)**

Ein Spezialblocklehrgang (40 LE) setzt sich aus mehreren Spezialblockbausteinen zusammen. Die Spezialblockbausteine sind maßgeblich für eine Profilbildung der Lizenz (Kinder/Jugendliche/Erwachsene/Ältere

Dazu kommen dann noch 40 LE der sogenannten Spezialbausteine: kleine themenbezogene Blöcke à 10-20 LE. Hierbei können die TN aus bestimmten Angeboten wählen, die ihren persönlichen Bedürfnissen und Interessen entsprechen. Der große Vorteil dieser Bausteine ist, dass sie zeitlich und inhaltlich flexibel und frei kombinierbar sind.

Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung sind die qualifizierten Teilnehmer im Besitz einer Übungsleiter-C Lizenz Breitensport des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Diese zeichnet sie als qualifizierte Übungsleiter aus und berechtigt ihren Verein zur Beantragung von Zuschüssen.

### **Teilnehmer aus der Gruppe sagten:**

„Ich finde euer Team vom SC Schoningen war sehr gut vorbereitet, in Bezug auf die Organisation der Bewirtung. Die Kalt- und Warmgetränke wurden stetig aufgefüllt.? Das Essen war lecker und ausreichend vorhanden.

Nun zum Samstag-Kurs! Es war insgesamt ein toller, und zugleich sehr anstrengender Tag. Er war toll, weil alle Teilnehmer sehr offenherzig, sportbegeistert und zum Teil sehr humorvoll waren ( sind).

Und Anstrengend weil, wir einen zehnstündigen Tag mit viiielen sportlichen und geistigen Aktivitäten hatten. Zum Schluss war der Kopf voll und der Körper leer.??

Kristina Eckardt, SC Volpriehausen

Am letzten Wochenende begannen in den Vereinsräumen des SC Schoningen 21 Teilnehmer ihre Übungsleiter C Ausbildung für den Breitensport.

Neben reichlich theoretischem Fachwissen sollte auch die praktische Anwendung nicht zu kurz

kommen.

Eines der Hauptthemen für den ersten Block im Grundlehrgang war der Bereich Fitness, welcher im praktischen Teil unter der Leitung von Anna-Christin Schlichte bei allen Teilnehmern für reichlich Schweiß und einen bemerklichen Muskelkater führen sollte.

Im weiteren Verlauf des Lehrgangs muss jeder Teilnehmer eine praktische Übungsstunde vor den Augen der Prüfer ableisten und eine schriftliche Ausarbeitung dieser Stunde vorbereiten.

Wir blicken auf ein anstrengendes, schweißtreibendes und dennoch spaßiges Wochenende zurück und freuen uns auf die Fortsetzung in zwei Wochen.

Christian Wegener, SC Schoningen

Mitte März erreichte den SC Schoningen wegen der Corona-Krise folgerichtig die Absage. Nun hat Lehrgangsleiterin Fendina Lau Neuigkeiten! Und zwar gute: Die begonnene Ausbildung kann fortgeführt werden. Und das ganz ohne Live-Kontakt in Form von E-Learning/Blended Learning!

Aktueller Stand: Es haben sich 20 der 21 TN zu dieser online-Phase angemeldet!!! Super ?

Start ist Mittwoch, der 01. April 2020 – und zwar nicht als Aprilscherz!

Bild: 21 Teilnehmer und 3 Trainerinnen in der Schoninger Turnhalle (In der Mitte: Fendina Lau).