

# Ausbildung zum Kiezsport-Übungsleiter(in)

Herbst 2016

Die Ausbildung zum „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 Sportererfahrung, aber ohne Qualifizierung in diesem Bereich, eine persönliche oder evtl. auch berufliche Perspektive. Sie soll bei Interesse den Weg zu einer Übungsleiter(innen)-Ausbildung bei den Sportverbänden ebnen.

Sprachliche Barrieren sollen kein Hinderungsgrund bei der Teilnahme sein.

## Voraussetzungen zur Teilnahme

- Interesse an Gesundheit und Gesundheitssport; Freude an Bewegung
- Eigene Sportererfahrung (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



Senatsverwaltung  
für Gesundheit und Soziales

berlin Berlin

berliner institut für public health

biph



Dieses Angebot wird von der Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales finanziert und im Rahmen des Aktionsprogramms Gesundheit durchgeführt.

# 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.

<b>Ort</b>	Sportpark Poststadion Berlin – Mitte Lehrter Str. 59, 10557 Berlin
<b>Zeitraum</b>	September bis Dezember 2016
<b>Termine</b>	Anmeldung ab 18.08.16 unter den unten genannten Kontaktdaten Info-/Kennenlerntermin am 09.09.16 von 13-15 Uhr Start der Ausbildung am 16.09.16 - immer Freitag von 13-17 Uhr (10 Termine)
<b>Kosten</b>	Die Ausbildung ist kostenfrei!
<b>Weitere Informationen und Anmeldung</b>	Berliner Institut für Public Health Akazienstr. 22, 10823 Berlin Ansprechpartnerin: Verena Kupilas Tel.: 030 / 76 76 58 31 E-Mail: verena.kupilas@biph.de

## Das sagen Teilnehmende bisheriger 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:



Der BSC Eintracht/Südring 1931 e.V. ist ein klassischer Verein des Breitensports. Unseren Auftrag sehen wir in erster Linie darin, Menschen über die Freude an Sport und Bewegung zusammenzubringen. Sport und Bewegung sind dabei für uns ein Ort des Lernens, an dem Werte für ein tolerantes Miteinander vermittelt und gelebt werden. Mit unserem ehrenamtlichen Engagement wollen wir über den Sport einen Beitrag für das positive Zusammenleben unterschiedlicher Kulturen leisten.

biph

berliner institut für public health

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



Senatsverwaltung  
für Gesundheit und Soziales

berlin Berlin

berliner institut für public health

biph



Dieses Angebot wird von der Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales finanziert und im Rahmen des Aktionsprogramms Gesundheit durchgeführt.