

Fortbildungsmöglichkeiten für Übungsleiterinnen und Übungsleiter

Der LandesSportBund Niedersachsen e. V. bietet in Kooperation mit dem Niedersächsischen Turner-Bund und Frau Dr. Bettina Arasin Fortbildungen auf der zweiten Lizenzstufe (ÜL B „Sport in der Prävention“) zu diesem standardisierten Kursprogramm an.

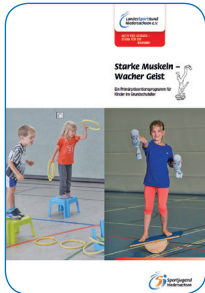
Termine unter:

<http://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de>

Starke Muskeln – Wachter Geist

fördert auf drei Ebenen:

- In der Trainingsstunde
- In der „häuslichen“ Trainingseinheit
- Mit Hilfe der elterlichen Unterstützung



Für die Altersstufen 6-8 Jahre und 8-10 Jahre liegen ausgearbeitete Übungsstunden und Materialien für die häuslichen Aufgaben sowie die Elternmitarbeit vor.



Juni 2019



AKTIV FÜR VEREINE –
STARK FÜR DIE
SPORTENTWICKLUNG!

Kontakt

Für Nachfragen und Informationen stehen Ihnen zur Verfügung:

LandesSportBund Niedersachsen e.V.
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover

Zum LSB Förderprogramm

Abteilung Sportentwicklung
Bernd Grimm (Teamleiter)

Telefon: 0511 1268-163

E-Mail: bgrimm@lsb-niedersachsen.de

www.lsb-niedersachsen.de/lsb-themen/lsb-sportentwicklung

Inhaltlich zum Konzept

Starke Muskeln – Wachter Geist

Abteilung Bildung

Jutta Borneis (Referentin)

Telefon: 0511 1268-159

E-Mail: jborneis@lsb-niedersachsen.de

www.lsb-niedersachsen.de/lsb-themen/lsb-bildung

Fotos: (c) LSB NRW/A. Bowinkelmann,
B. Arasin/M. Franke



AKTIV FÜR VEREINE –
STARK FÜR DIE
SPORTENTWICKLUNG!

Sie fördern Kinder – wir fördern Ihr Vereinsangebot

Starke Muskeln – Wachter Geist



Ein Trainingsprogramm für Kinder

Starke Muskeln – Wacher Geist ...

... ist ein von Dr. Bettina Arasin entwickeltes Trainingsprogramm für Kinder. Es stärkt Basiskompetenzen und macht sie neugierig auf Bewegungserfahrungen.



Kinder brauchen für ihre emotionale und kognitive Entwicklung Bewegungsanreize. Je mehr Möglichkeiten sie bekommen, sich auszuprobieren und eine gute Muskulatur aufzubauen, desto besser lernen sie die Aufmerksamkeit zu richten und sich selbst zu steuern.



Im Bereich der Konzentration werden durch Bewegungsspiele Anregungen zu ausdauernder Aufmerksamkeitsleistung und zur Bildung von Gedächtnisstrategien gegeben. Das Training kombiniert Kraftübungen, Ausdauerleistungen, Koordination, Beweglichkeit und die Wahrnehmung von Körperbewegungen mit neuartigen Spielideen und selbstgebauten Spielmaterialien. Durch das Zusammenspiel in der Gruppe werden zudem Anforderungen an den Teamgeist der Kinder gestellt.



Kinder durch Bewegung zu stärken und zu fördern ist unsere Aufgabe und unser Ziel. Nutzen Sie die Fördermöglichkeiten des LSB, um dieses Angebot in Ihrem Verein zu integrieren.

Fördermöglichkeiten durch den LSB

Der LandesSportBund Niedersachsen (LSB) vergibt für das Vereinssportangebot **Starke Muskeln – Wacher Geist** das Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“ (<https://service-sportprogesundheit.de/>). Krankenkassen erkennen dieses Angebot als bezuschungsfähig an.

Darüber hinaus fördert der LSB dieses Trainingsprogramm auf zwei Arten:
Variante A) als zielgruppenspezifisches Angebot
Variante B) eingebunden in Projekte und Prozesse zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung

Variante A)

„Starke Muskeln – Wacher Geist“ als neues und gesundheitsförderndes Sportangebot für Kinder in Ihrem Sportverein platziert.



Förderkriterien

das Angebot „**Starke Muskeln – Wacher Geist**“ ...

- ... ist neu im Vereinsprogramm
- ... findet regelmäßig statt (mind. 1x pro Woche, mind. 45 Min.)
- ... dauert mindestens ein halbes Jahr und strebt eine dauerhafte Einbindung der TN in den Verein an
- ... wird angeleitet durch eine Gruppenleitung mit mindestens einer ÜL-C Breitensport-Lizenz, diese hat an der ÜL Fortbildung des LSB „Starke Muskeln – Wacher Geist“ teilgenommen.

Förderbetrag

- max. 600 € für ein halbjähriges Angebot
- max. 1.000 € für ein ganzjähriges Angebot

Projekte und Prozesse zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung

Variante B)

„Starke Muskeln – Wacher Geist“ als Modul eines umfangreichen Projektes angeboten.

Förderkriterien

- komplexe, umfangreiche Vorhaben
- Nachhaltigkeit
- Dokumentation und Übertragbarkeit der Ergebnisse
- Gender-Mainstreaming

Förderbetrag

- 80% der förderungsfähigen Kosten, max. 8.000 €
- maximale Laufzeit zwei Jahre



Beispiel eines geförderten Projektes

Ziel des Modellprojektes des KreisSportBundes Peine zur potentialentfaltenden Bildung (peB) ist die Förderung von Kindern mit mangelnden Bewegungserfahrungen, Lernschwierigkeiten und Verhaltensauffälligkeiten. In Kooperation mit zwei Modellschulen erhalten Grundschul Kinder der 2. und 3. Klasse Bewegungs- und Gesundheitsangebote in Form von „themenspezifischen Karussellen“ wie das Trainingsprogramm „Starke Muskeln – Wacher Geist“, Selbstverteidigung, Entspannung, Spiele, Abenteuer- und Trendsport. Die Übungsangebote werden gemeinsam von den Fachlehrerinnen und Fachlehrern der Schulen und den qualifizierten Übungsleiterinnen und Übungsleitern verschiedener Sportvereine in der Schule umgesetzt.

Es lohnt sich kreativ zu werden, Netzwerke zu knüpfen und die eigenen Veranstaltungs- und Projektideen gemäß der Richtlinie fördern zu lassen!