

# 2020 Bildungsprogramm

 Like uns auf Facebook!  
[www.facebook.com/hamburgersportjugend](http://www.facebook.com/hamburgersportjugend)

Bildung im Doppelpack!  
Gemeinsam mit dem Bildungsprogramm des Hamburger Sportbundes e.V.



MIT GESAMTÜBERSICHT  
ALLER BILDUNGSANGEBOTE  
VON HSB, HSJ UND VTF!

Stand Up Paddling  
Krafttraining  
Juleica  
Erlebnispädagogik  
Teambuilding  
Faszientraining  
Ernährung  
Kooperative Spiele  
Prävention sexualisierter Gewalt im Sport





## Jugendgruppenleiter\*innen-Ausbildung (60 LE)

Die Juleica (Jugendleiter\*in-Card) ist ein bundesweit anerkannter Qualitäts- und Qualifizierungsnachweis für eine ehrenamtliche Tätigkeit in der Kinder- und Jugendarbeit. Die Hamburger Sportjugend bildet Jugendliche ab 16 Jahren zu Gruppenleiter\*innen im Sport aus. Folgende Inhalte sind Bestandteile der Ausbildung:

- Gesprächsführung und Kommunikation,
- Umgang mit Kinder- und Jugendgruppen (Gruppen- und Sexualpädagogik),
- Kinder- und Jugendschutz (gesetzl. Rechtsgrundlagen, Prävention sexualisierter Gewalt),
- Organisation von Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche (z.B. Spiel- und Kinderfeste, Mädchentreffs etc.),
- Planung und Durchführung von Ferien- und Wochenendfreizeiten,
- Finanzierung von Kinder- und Jugendarbeit im Sport,
- Betreuung von Sportgruppen,
- Öffentlichkeitsarbeit,
- Mitarbeit im Jugendausschuss,
- Vertretung von Jugendinteressen im Vereinsvorstand,
- Anleitung vielfältiger Spiele (Gruppenspiele, kleine Sportspiele u.a.) und
- Konfliktlösungen.

Nach erfolgreicher Teilnahme und der Vorlage einer gültigen Erste-Hilfe-Bescheinigung kann die Juleica bei der BASFI Hamburg beantragt werden. Weitere Infos zur Juleica unter: [www.hamburg.de/juleica/](http://www.hamburg.de/juleica/)



Um das Engagement der Juleica-Inhaber\*innen zu honorieren, erhalten diese deutschlandweit Vergünstigungen beispielsweise für die Eintrittspreise verschiedener Veranstaltungen und die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel. Des Weiteren wird Juleica-Inhaber\*innen Sonderurlaub gewährt und eine Entschädigung für den Verdienstausschlag kann beantragt werden.

Ausbildungsdauer:	60 LE
Alter:	Ab 16 Jahre
Teilnahmegebühr:	€ 125,00 Stufe 1 € 187,50 Stufe 2 € 250,00 Stufe 3
Bustransfer:	€ 30,00

► Mehr Informationen auf S. 14

Alle im Folgenden aufgeführten Jugendgruppenleiter\*innen-Ausbildungen enthalten die obligatorischen Themen gemäß der gültigen Juleica-Richtlinien sowie weitere Themen nach dem Konzept der HSJ. Jugendgruppenleiter\*innen-Ausbildungen in Kooperation mit den angeführten Partnerorganisationen haben inhaltliche Schwerpunkte für deren Zielgruppen, die vorrangig als Teilnehmer\*innen für diese Kurse berücksichtigt werden. Grundsätzlich sind die Jugendgruppenleiter\*innen-Ausbildungen offen für alle Mitarbeiter\*innen der Kinder- und Jugendarbeit in Hamburger Sportvereinen.

	Termin	Standort	Besonderheiten
JGL* 1/2020	29. Februar - 06. März	Schönhausen	<b>BARRIEREFREI</b>
JGL* 2/2020	16. - 22. Mai	Scharbeutz	
JGL* 4/2020	11. - 13. September & 18. - 20. September	Hamburg	Wochenenden, besonders für Berufstätige geeignet
JGL* 5/2020	03. - 09. Oktober	Schönhausen	<b>BARRIEREFREI</b>
JGL* 6/2020	03. - 09. Oktober	Warwisch	Selbstversorger

### Kooperation:

JGL*3/2020	16. - 22. Mai	Behrendorf	in Kooperation mit der TSG Bergedorf
------------	---------------	------------	--------------------------------------

**ANMELDUNGEN FÜR JGL\*3 BITTE DIREKT AN DIE TSG!**

## Bildungsurlaub

Für die JGL-Ausbildungen mit \* wird Bildungsurlaub nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz anerkannt. Grundsätzlich sind die Ausbildungen offen für alle Interessierten. Anmeldungen von Mitgliedern der jeweiligen Kooperationspartner haben Vorrang. Diese Ausbildungen sind auf den jeweiligen Verein/Verband bzw. die jeweilige Sportart ausgerichtet. Ausbildungen ohne nähere Bezeichnung sind sportartenübergreifend ausgerichtet.



## Sportassistent\*innen-Ausbildung (40 LE)

Sportassistent\*innen sind junge Nachwuchskräfte, die Lust haben, in die Fußstapfen ihrer Betreuer-, Trainer- oder Jugendgruppenleiter\*innen zu treten und in Zusammenarbeit mit ihnen Teilaufgaben in der sportlichen und überfachlichen Jugendarbeit und -betreuung zu übernehmen, um zukünftig bei weiterer Ausbildung alleine Sportgruppen anleiten zu können. Zudem können Sportassistent\*innen nach ihrer Ausbildung kleine Projekte an der eigenen Schule übernehmen, wie beispielsweise die Anleitung einer aktiven Pause.

Inhalte der Ausbildung sind unter anderem:

- Sport- und Spielpraxis,
- Persönlichkeitsentwicklung,
- Gruppenpädagogik,
- Umgang mit Konflikten und Problemen,
- Sicherheit und Regeln,
- Planung, Anleitung und Durchführung von Sportangeboten,
- Jugendarbeit im Sportverein.

Ausbildungsdauer:	40 LE
Alter:	Ab 13 - max. 16 Jahre
Teilnahmegebühr:	€ 70,00 Stufe 1 € 100,00 Stufe 2 € 130,00 Stufe 3
Bustransfer:	€ 30,00

► Mehr Informationen auf S. 14

### Sportassistent. 1/2020

Termin: 02. - 06. März  
Ort: Schönhausen

**BARRIEREFREI**

### Sportassistent. 2/2020

Termin: 12. - 16. Oktober  
Ort: Schönhausen

**BARRIEREFREI**

# Fortbildungen

Alle Übungsleiter\*innen müssen zur Verlängerung der Gültigkeit ihrer Lizenz innerhalb der letzten zwei Jahre der Gültigkeitsdauer von vier Jahren anerkannte Fortbildungsveranstaltungen im Umfang von mindestens 15 Lerneinheiten (LE) besuchen. Die Jugendgruppenleiter\*innen bzw. Juleica-Inhaber\*innen der HSJ müssen für die Verlängerung der Juleica, Fortbildungen mit einem Umfang von 10 LE zu Inhalten der Jugendarbeit bzw. Jugendbildung nachweisen, die zeitlich innerhalb der letzten Gültigkeitsdauer (drei Jahre) der Juleica liegen.

Bei Fortbildungen, die nicht von der HSJ angeboten werden, wird eine vorherige Rücksprache mit dem Lehrbereich der HSJ empfohlen, damit die Anerkennung der Inhalte geklärt werden kann. Anmeldungen für die Fort- und Weiterbildungen sind per E-Mail an Herrn Lennart Gössing (l.goessing@hamburger-sportjugend.de) möglich.

Die Teilnahme an einer Fortbildung ist unabhängig von einer Verlängerung einer Lizenz oder Juleica.

Jede\*r Interessierte ist herzlich willkommen!

## TEILNAHMEGEBÜHREN FÜR DIE FORTBILDUNGEN

Lerneinheiten	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3
2 LE	€ 8,00	€ 12,00	€ 16,00
5 LE	€ 20,00	€ 30,00	€ 40,00
10 LE	€ 40,00	€ 60,00	€ 80,00
15 LE	€ 60,00	€ 90,00	€ 120,00

Stufe 1 = für Mitglieder von HSB-Vereinen und -Fachverbänden

Stufe 2 = für Mitglieder von Vereinen, die nicht im HSB sind, aber Hamburger

Fachverbänden angehören; für Mitglieder anerkannter Hamburger

Jugendverbände; Schüler\*innen an allgemeinbildenden Hamburger Schulen

Stufe 3 = Sonstige

## ÜBERSICHT FORTBILDUNGEN 2020

FB-Nr.	Termin	Titel	LE	Leitung
1/2020	21.03.2020	Krafttraining und Mobility im Kinder- und Jugendsport	8	Hauke Welsch
2/2020	28.03.2020	Teambuilding – Wie aus einer Gruppe ein Team wird!	8	Oliver Schmidt
3/2020	04.04.2020	Prävention sexualisierte Gewalt im Sport	8	Zündfunke e.V. und HSJ
4/2020	25.04.2020	Ernährung für heranwachsende Sportler*innen	8	Magda Tedla <b>BARRIEREFREI</b>
5/2020	02.05.2020	Handlungssicherheit bei sexualisierter Gewalt unter Kindern und Jugendlichen	4	Annika Weinkopf <b>BARRIEREFREI</b>
6/2020	16.05.2020	Erlebnispädagogik im Wald	8	Oliver Schmidt
7/2020	06.06.2020	Kooperative Spiele für drinnen und draußen – Spielen und wetteifern, soziale Kompetenzen fördern	8	Solveig-Freya Ostermann
8/2020	05.09.2020	Stand Up Paddling	6	Kursleiter des Hamburger Hochschulsports
9/2020	12.09.2020	Funktionelles Training für Groß & Klein	8	Britta Drengberg
10/2020	07.11.2020	Prävention sexualisierte Gewalt im Sport	8	Zündfunke e.V. und HSJ
11/2020	28.11.2020	Faszientraining im Kinder- und Jugendsport	8	Hauke Welsch

## FB 1/2020

### Krafttraining und Mobility im Kinder- und Jugendsport

Im Alltag der Kinder und Jugendlichen, der größtenteils sitzend in der Schule, vor der Spielkonsole oder dem Handy verbracht wird, geht die Muskulatur 12 Stunden pro Tag in den Urlaub. Und bei Muskeln gilt: Use it or lose it!

Darum sind leicht erlernbare und einfach verständliche Methoden zum Kraftaufbau notwendig, die die Besonderheiten von Kindern im Wachstum berücksichtigen. Voraussetzung für Kraftübungen sind eine ausreichende Beweglichkeit und Körperwahrnehmung, deshalb werden diese Aspekte immer begleitend mit praktischen Übungen thematisiert.

Es wird mit dem eigenen Körpergewicht und zusätzlichen Trainingsmaterialien trainiert.



Termin: **Sa., 21. März 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
8 LE  
Teilnahmegebühr: 32,00 € / 48,00 € / 64,00 €  
Leitung: **Hauke Welsch**  
Athletiktrainer, Referent für  
Trainerkommunikation,  
Student der Soziologie  
Ort: **Sporthalle in Hamburg**

## FB 2/2020

### Teambuilding – Wie aus einer Gruppe ein Team wird!

Teambuilding dient dem Aufbau von Teams und bietet sich in der Anfangsphase an, wenn Teams noch neu oder jung sind. Zu Beginn findet man häufig einfach eine Ansammlung von Menschen vor, die zusammen eine Aufgabe erfüllen sollen. Die Ziele sind noch divers und es fehlen noch Orientierung sowie eine gemeinsame Identität. Hier setzen Teambuildings an, indem sie vertrauensbildend wirken und Interaktion fördern. Die Fortbildung liefert neben den theoretischen Grundlagen vor allem praktische Ansätze, Teams zu motivieren, zusammenzuarbeiten und Einzelne dafür zu sensibilisieren, ihre individuellen Stärken in die Teamarbeit einzubringen. Die Teilnehmenden erhalten dazu Aufgaben, Herausforderungen oder Problemstellungen, für die sie gemeinsam eine Lösung entwickeln sollen.



Termin: **Sa., 28. März 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
8 LE  
Teilnahmegebühr: 32,00 € / 48,00 € / 64,00 €  
Leitung: **Oliver Schmidt**  
Sozial- und Erlebnispädagoge,  
Psychomotoriker  
Ort: **Sporthalle in Hamburg**

## FB 3/2020 + FB10/2020

### Prävention sexualisierter Gewalt im Sport

Die Thematik Prävention sexualisierter Gewalt ist mit entsprechenden Auflagen im Bundeskinder-schutzgesetz verankert. Das hat Auswirkungen auf die Jugendarbeit im Sport. In Hamburg wurde 2014 eine „Vereinbarung zum Tätigkeitsausschluss einschlägig vorbestrafter Personen gemäß § 72a SGB VIII“ abgeschlossen. Seit 2015 wird diese in den Hamburger Vereinen und Verbänden umgesetzt, die Fördermittel erhalten. Das daraus resultierende Schutzkonzept wird grundsätzlich und unabhängig von der Förderung empfohlen, um die Thematik im eigenen Verein/Verband zu verankern und den Kinderschutz sicherzustellen.

Diese Fortbildung wird gemeinsam mit unserem Kooperationspartner Zündfunke e.V. durchgeführt und ist für PSG-Ansprechpersonen im Sport und an der Thematik Interessierte ausgeschrieben.



In acht Lerneinheiten (fünf zu Definition, Täterstrategien und Intervention sowie drei zu den gesetzlichen Grundlagen und der Umsetzung des Kinderschutzes im Sport) werden den Teilnehmer\*innen verfügbare und angemessene Mittel aufgezeigt, um sexualisierte Gewalt im Rahmen der sportlichen Jugendarbeit zu verhindern.

Termine: **Sa., 04. April 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
**Sa., 07. November 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
8 LE  
Leitung: **Zündfunke e.V. und HSJ**  
Ort: **Zündfunke e.V.**  
Max-Brauer-Allee 134  
22765 Hamburg

**DIESE FORTBILDUNGEN SIND GEBÜHRENFREI!**

# Fortbildungen

FB 4/2020

BARRIEREFREI

## Ernährung für heranwachsende Sportler\*innen

Die tägliche Ernährung ist ein oft unterschätztes Thema, obwohl gerade bei Sportler\*innen ein besonderes Augenmerk darauf gelegt werden muss. Unsere Figur und Leistungsfähigkeit wird zu 70% von unserer Ernährung und nur 30% von unserer täglichen Bewegung vorbestimmt. Wer da nicht zum Apfel greift, ist selbst schuld, oder?

Gerade Kinder und Jugendliche brauchen eine gezielte Ernährungsbildung, die ihnen auf einfache Art und Weise zeigt, wie sie leistungsstark und satt bleiben. Denn lecker bedeutet nicht gleich ungesund. Wie genau kann das gehen, wenn die meisten Kinder und Jugendlichen gesund als nicht lecker empfinden?



Der Workshop bietet hierzu konkrete Tipps und Ernährungsempfehlungen.

FB 5/2020

BARRIEREFREI

## Handlungssicherheit bei sexualisierter Gewalt unter Kindern und Jugendlichen

Das Themenfeld sexualisierte Gewalt im Sport ist derzeit medial präsent, beispielsweise auf sozialen Netzwerken durch den #CoachDontTouchMe sowie Schlagzeilen aus dem Reitsport oder amerikanischen Turnen. Aus diesem Grund nehmen sich Sportvereine dieser Thematik an und helfen ebenso bei der Enttabuisierung als auch Sensibilisierung. Nach wie vor im Verborgenen bleibt hingegen die hohe Anzahl von sexualisierter Gewalt unter Kindern und Jugendlichen. Aufgrund der Vielschichtigkeit und Brisanz des Themas ist es wichtig, sich handlungssicher im Umgang mit sexualisierter Gewalt unter Gleichaltrigen zu fühlen.

Der Fokus der Fortbildung liegt auf der Aneignung von Wissen: Was ist sexualisierte Gewalt? Wie häufig kommt das vor? Was passiert dabei mit den Kindern und Jugendlichen? Was kann ich tun?



Neben einem Theorieinput, wird anhand von Fallbeispielen der gemeinsame Austausch angeregt und Raum für Diskussionen geöffnet.

FB 6/2020

## Erlebnispädagogik im Wald

Erlebnispädagogik als handlungsorientierte Methode regt Lernprozesse an, indem sie Menschen exemplarisch vor physische, psychische und soziale Herausforderungen stellt. Damit kann sie die Persönlichkeitsentwicklung fördern und Teilnehmende dazu befähigen, ihre Lebenswelt verantwortlich zu gestalten. Der Wald dient als ideales „Spielfeld“ für diese Prozesse und kann vielfältig genutzt werden.

Die Fortbildung findet im Wald statt und gibt den Teilnehmenden neben einer Einführung in die methodische Herangehensweise vor allem zahlreiche Praxisanregungen, Spiele und Übungen an die Hand.



Termin: **Sa., 25. April 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
8 LE  
Teilnahmegebühr: 32,00 € / 48,00 € / 64,00 €  
Leitung: **Magda Tedla**  
Ernährungswissenschaftlerin,  
Unternehmerin und Gründerin  
von Magda's Food Programme  
Ort: **Haus des Sports**  
**(Konferenzraum)**  
Schäferkampsallee 1  
20357 Hamburg  
(www.magdasfoodprogramme.com)

Termin: **Sa., 2. Mai 2020**  
10.00 – 13.00 Uhr  
4 LE  
Teilnahmegebühr: 16,00 € / 24,00 € / 32,00 €  
Leitung: **Annika Weinkopf**  
Sportpsychologin  
Ort: **Haus des Sports**  
**(Olympiasaal)**  
Schäferkampsallee 1  
20357 Hamburg

Termin: **Sa., 16. Mai 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
6 LE  
Teilnahmegebühr: 32,00 € / 48,00 € / 64,00 €  
Leitung: **Oliver Schmidt**  
Sozial- und Erlebnispädagoge,  
Psychomotoriker  
Ort: **Hamburg**

## FB 7/2020

### Kooperative Spiele für drinnen und draußen – Spielen und wetteifern, Soziale Kompetenzen fördern

Der Mensch fühlt sich wohl in Gemeinschaft – und vor allem Kinder und Jugendliche freuen sich, Zeit mit Gleichaltrigen zu verbringen, zu spielen und ebenso in das Wettstreiten zu kommen. Kooperative Spiele eröffnen ein großes Potential, um Kinder, Jugendliche und auch Erwachsene in Interaktion zu bringen und dabei die sozialen Kompetenzen zu fördern.

In dieser Fortbildung wird zum einen thematisiert, welche Bedeutung Teamspiele, das Gemeinschafts-erleben und des Wettstreiten für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen haben, zum anderen erleben und bespielen die Teilnehmer\*innen ein großes Spielerepertoire, welches in der Praxis – auch für zwischendurch – angewandt werden kann.



Hierbei werden sowohl Spiele für die Halle oder das Klassenzimmer erlebt, als auch Spielmöglichkeiten für draußen eröffnet.

Termin: **Sa., 06. Juni 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
8 LE  
Teilnahmegebühr: 32,00 € / 48,00 € / 64,00 €  
Leitung: **Solveig-Freya Ostermann**  
Sozialpädagogin  
Ort: **Sporthalle in Hamburg**

## FB 8/2020

### Stand Up Paddling

SUP hat sich in den letzten Jahren als Trendsport etabliert. Die Kombination aus Koordination, Ausdauer und Kräftigung auf dem Wasser spricht alle Altersklassen gleichermaßen an, denn SUP ist auch für ungeübte Wassersportler\*innen leicht zu erlernen. In der vierstündigen Fortbildung lernt ihr alle Grundtechniken, die ihr benötigt, um stehend über die Alster zu paddeln und die Hamburger Kanäle zu erkunden. Durch die gleichzeitige Beanspruchung mehrerer Muskelgruppen in den Armen, Beinen und im Rumpf eignet sich SUP als effektives Ganzkörpertraining. Ob ihr euch voll auspowert oder nur langsam dahin gleitet, dürft ihr selbst entscheiden. Einzige Voraussetzung: Ihr müsst sicher schwimmen können, falls ihr doch mal vom Brett fallt.



Termin: **Sa., 05. September 2020**  
10.00 – 14.00 Uhr  
6 LE  
Teilnahmegebühr: 24,00 € / 36,00 € / 48,00 €  
Leitung: **Erfahrene\*r Kursleiter\*in**  
vom Hamburger Hochschulsport  
Ort: **Uni-Segelsteg,**  
Herbert-Weichmann-Str. 79,  
22085 Hamburg

## FB 9/2020

### Funktionelles Training für Groß und Klein

Viele haben es schon mal gehört „funktionelles Training (engl. functional training)“ – aber was steckt eigentlich dahinter? Funktionelles Training bedient sich an Bewegungsabläufen aus dem Alltag und dem Sport. Dazu werden die Muskeln, die für die jeweilige Bewegung wichtig sind, zusammen angesprochen und eine Muskelkette entsteht. Das Training dieser Muskelketten verbessert die Funktionalität und Leistungsfähigkeit des Körpers. In dieser Fortbildung bekommt ihr einen Einblick in das funktionelle Training. Wir erleben Trainingseinheiten für die Kleinen und Großen und erarbeiten uns einen Übungspool, bei dem wir die Anatomie, Funktionalität und die richtige Ausführung der Übungen betrachten.



Termin: **Sa., 12. September 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
8 LE  
Teilnahmegebühr: 32,00 € / 48,00 € / 64,00 €  
Leitung: **Britta-C. Drengberg**  
Ärztin, DTB- 4xF Functional Training Coach, Pilateskursleitung, Yogalehrerin 500h IYGA, Trainer-C Breitensport, Trainer-C Kinderturnen  
Ort: **Sporthalle in Hamburg**

# Fortbildungen

FB 11/2020

## Faszientraining im Kinder- und Jugendsport

Der Faszien-Hype hält seit einigen Jahren an und doch wendet die breite Masse Faszienrolle, Faszienbälle sowie aktive Übungen zum Training der Faszien immer noch falsch an, sodass sie ineffektiv sind. Selbst im Profi-Sportbereich sind sich viele darüber im Unklaren.

In dieser Fortbildung geht es um Faszien in der Theorie und vor allem der Praxis: Wie funktionieren aktives Faszientraining und Triggerpunkt-Massage mit Faszienrolle und Faszienball zur Linderung von Verspannungen, Beweglichkeitseinschränkungen und Haltungsschäden? Worauf gilt es dabei bei Kindern- und Jugendlichen zu achten?



Termin: **Sa., 28. November 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
8 LE  
Teilnahmegebühr: 32,00 € / 48,00 € / 64,00 €  
Leitung: **Hauke Welsch**  
Athletiktrainer, Referent für  
Trainerkommunikation,  
Student der Soziologie  
Ort: **Sporthalle in Hamburg**



## Große und kleine Sportspiele

Wer benötigt nicht immer neue Spiele? Spiele, die viele Variationen bieten, die spannend sind oder die überall gespielt werden können... In der heutigen Zeit begegnen der/m Trainer\*in immer wieder neue Herausforderungen: Die Hallenzeiten werden knapper, und es gibt viele Kooperationen mit Kindergärten und Schulen. Die Angebote können unter Umständen nicht in Turnhallen stattfinden und das „übliche“ Hallenequipment steht einem nicht zur Verfügung – was jetzt? In dieser Fortbildung werden Sie eine eigene Spielkiste kreieren mit Spielen, die drinnen und draußen gespielt werden können, mit und ohne „Geräte“. Spiele, die in Hallen, Gymnastikräumen, Tanzsälen und in Klassenräumen stattfinden können. Wir werden uns Varianten anschauen und darüber sprechen, für welches Alter die jeweiligen Spiele geeignet sind.



Termin: **Sa., 09. Mai 2020**  
10.00 – 14.00 Uhr  
5 LE  
Teilnahmegebühr: 29,00 € VTF-Mitglied  
42,00 € mit GymCard  
54,00 € Gast  
Leitung: **VTF (Miriam Kuhl)**  
Ort: **Hamburg**

**ANMELDUNGEN BITTE DIREKT AN DEN VTF!**



## Psychomotorisch wahrnehmen

In diesem Workshop möchte Jan Lerche zeigen, mit welchen Sinnen wir vornehmlich wahrnehmen, wenn wir uns bewegen. Die Grundlagen sind psychomotorische Angebote, die ohne große Geräteaufbauten auskommen und damit direkt in verschiedenen Praxiszusammenhängen anwendbar sind.

In Theorie und Praxis geht es um die drei Basis-sinne Gleichgewicht, Taktilität und Propriozeption und wie diese eine gute Bewegungskontrolle beeinflussen.



Termin: **Sa., 14. November 2020**  
10.00 – 14.00 Uhr  
5 LE  
Teilnahmegebühr: 29,00 € VTF-Mitglied  
42,00 € mit GymCard  
54,00 € Gast  
Leitung: **VTF (Jan Lerche)**  
Ort: **Hamburg**

**ANMELDUNGEN BITTE DIREKT AN DEN VTF!**



## Entspannung für Kids

Kinder sind oft in jungen Jahren schon starken Belastungen ausgesetzt, die sie nicht verarbeiten können. Vermehrter Stress kann langfristig zu Beeinträchtigungen der Gesundheit führen. Kinder wissen oft nicht, was es heißt, „sich zu entspannen“ und abschalten zu können. Gerade deshalb ist es wichtig und notwendig, dass Kinder sich aneignen, wie sie sich entspannen können. Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, Entspannungsübungen für Kids durchzuführen, die sich leicht in den Alltag, in eine Turnstunde oder den Kindergartenablauf einbauen lassen. Dabei steht eine spielerische Herangehensweise im Vordergrund.



Termin: **Sa., 21. November 2020**  
10.00 – 14.00 Uhr  
5 LE  
Teilnahmegebühr: 29,00 € VTF-Mitglied  
42,00 € mit GymCard  
54,00 € Gast  
Leitung: **VTF (Britta-Catharina Drenberg)**  
Ort: **Hamburg**

**ANMELDUNGEN BITTE DIREKT AN DEN VTF!**

# Prävention sexualisierter Gewalt im Sport

## Vereine und Verbände aufgepasst!

Gerne kommen wir in euren Verein/Verband und führen eine Inhouseschulung zu dem Thema „Prävention sexualisierter Gewalt im Sport“ durch. Durch das Einreichen des Antrags „4.2. Mitarbeiter\*innenschulung und Jugendbildung“ (<http://www.hamburger-sportjugend.de/foerderungen>) kann die Schulung bezuschusst werden.

Termine für Inhouseschulungen erfolgen nach Absprache. Tagesveranstaltungen am Wochenende oder zwei Abendtermine sind möglich. Die Kosten für eine Inhouseschulung liegen bei 400 €.

## Schulungen zu dem Thema „Prävention sexualisierter Gewalt“ im Rahmen von Lizenzen

Die Rahmenrichtlinien schreiben vor, dass das Thema „Prävention sexualisierter Gewalt“ in Lizenzen Berücksichtigung finden muss. Interessierte Verbände können sich direkt an die Hamburger Sportjugend wenden, wenn sie ein entsprechendes Modul (inklusive Referent\*in) vom Jugendverband in Anspruch nehmen möchten.

Rechtzeitige Terminabsprache wird erbeten!



### KONTAKT:

Conny Sonsmann  
Telefon: 040/41908-264  
[c.sonsmann@hamburger-sportjugend.de](mailto:c.sonsmann@hamburger-sportjugend.de)

Weitere Informationen befinden sich auf unserer Homepage  
<http://www.hamburger-sportjugend.de/praevention>

# Weitere Qualifizierungsmaßnahmen & Ausbildungsangebote

## 15. SPORTJUGEND BILDUNGSTAGE 2020

Am 24. + 25. Oktober 2020 finden die 15. Sportjugend Bildungstage in der Stadtteilschule Alter Teichweg statt. Neben altbewährten Klassikern erwartet euch ein buntes Programm mit zahlreichen innovativen und facettenreichen Seminaren und Workshops. Alle Angebote können zur Verlängerung der JuLeica (10 LE) und der Übungsleiter\*innen C-Lizenz (15 LE) genutzt werden. Die Teilnahme an max. 16 LE ist an diesem Wochenende möglich.

Das detaillierte Programm der HSJ-Bildungstage wird im Jahresverlauf veröffentlicht.



## QUALIFIZIERUNG SPORTASSISTENT\*INNEN-AUSBILDER\*IN

Diese Qualifizierung richtet sich an Lehrer\*innen, Übungsleiter\*innen, Erzieher\*innen, sozialpädagogische Assistent\*innen und Referendar\*innen, die im schulischen Rahmen eigenständig Sportassistent\*innen ausbilden möchten.

Im Rahmen dieser Qualifizierung vermitteln die HSJ-Referent\*innen vielfältige Methoden zum praxisnahen Lernen. Dabei ist die Maßnahme so konzeptioniert, dass sich Theorie und Praxis in einem ausgewogenen Mix abwechseln.

Diese Qualifizierung wird von der Betriebskrankenkasse Mobil Oil gefördert und ist für die Teilnehmer\*innen kostenfrei.



## SEMINARREIHE „SPORT IM GANZTAG“ (SPIG)

Für (neue) pädagogische Mitarbeiter\*innen in Sportvereinen, die als Träger oder Dienstleister in Ganztagschulen aktiv sind, bietet die HSJ eine Seminarreihe an. In sieben Modulen werden Hintergrundwissen zu ganztägiger Bildung und Betreuung an Schulen, Themen wie Kommunikation mit Eltern oder traumasensibler Umgang mit Kindern vermittelt.



### Inhalte:

- Der\*die ideale Sportassistent\*in
- Gruppenpädagogik
- Anleiten und Feedback
- New Games
- Aufsichtspflicht und Sicherheit
- Planung, Anleitung & Durchführung von Sportangeboten
- Konfliktlösung

Termin: **24. + 25. Oktober 2020**  
(mind. 4 - max. 16 LE)  
Ort: **Stadtteilschule Alter Teichweg**  
Alter Teichweg 200  
22049 Hamburg

Termin: **23. + 24. Mai 2020**  
jeweils von 9.30 – 17.00 Uhr  
Leitung: **Lizenzierte Referent\*innen der Hamburger Sportjugend**  
Ort: **Sporthalle in Hamburg**

Infos zu konkreten Terminen und Inhalten 2020 erteilt:

**Dorothee Kodra**  
d.kodra@hamburger-sportjugend.de  
Tel. 040/41908-224

Für die Teilnehmer\*innen der Qualifizierungen 2018 und 2019 wird in diesem Jahr zusätzlich eine Fortbildung angeboten. Diese findet am Sa., 13. Juni 2020 von 09.30 - 17.00 Uhr statt. Die Teilnahme ist nur auf persönliche Einladung möglich!



## VTF-BASISLEHRGANG FÜR ERZIEHER\*INNEN FÜR MEHR BEWEGUNG IN DER KITA (8 LE)

In dieser Weiterbildung wird in komprimierter Form Grundlagenwissen für pädagogische Fachkräfte vermittelt, um vielfältige Bewegungsangebote in Kitas anbieten zu können.

Inhalte:

- kindliche Entwicklung (Motorik)
- spieldidaktische Grundlagen
- Raumnutzung (kleine Räume, Drinnen und Draußen, freie Flächen)
- Sinneserfahrung und Bewegung (ständige Angebote, die die Kinder jederzeit selber wahrnehmen können)

**Kosten:** Die Kosten für den VTF-Basislehrgang liegen bei 100 Euro pro Person (Gast) und können mit 80 Euro pro Person (nur für Erzieher\*innen) gefördert werden.



## KURSLEITER\*IN FÜR BMS (BEWEGUNG MACHT SPASS) – 30 LE

Die Hamburger Sportvereine, Fachverbände und Schulen verfolgen das Ziel, die kindliche Lust und Freude an Bewegung, Spiel und Sport zu wecken und zu erhalten sowie die körperliche Entwicklung zu fördern. Um dies zu erreichen, möchte die Freie und Hansestadt Hamburg alle Schülerinnen und Schüler im Alter von sechs bis zehn Jahren so fördern, dass auch ungenutzte motorische Potenziale geweckt und im Sinne der Kinder ausgeschöpft werden. Daher sind im Schuljahr 2017/2018 in Grundschulen ab der 3. Klasse Bewegung-macht-Spaß-Kurse eingeführt worden. Diese werden durch Übungsleiter\*innen aus Sportvereinen/Verbänden im schulischen Ganztagsangebot und sind auf 8-15 Kinder begrenzt.

In der Weiterbildung werden folgende Inhalte vermittelt:

- Methodik
- Sicherheit in der Sporthalle
- Diagnostik
- Bewegungslandschaften
- Parkour
- Biomedizinische Grundlagen
- Spielen
- Psychomotorik
- Rollbrett
- Kraft und Koordination

*Diese Weiterbildung findet in Kooperation mit dem Verband für Turnen und Freizeit statt.*



Alternativ werden die folgenden Mindestqualifikationen für die Durchführung von BMS-Kursen anerkannt:

- Kinderturnlizenz (DTB/ VTF ÜL-C-Lizenz)
- C-Lizenz Übungsleiter\*innen-Ausbildung im Breitensport für Kinder und Jugendliche

Termine: **13. Juni 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
oder  
**14. November 2020**  
10.00 – 17.00 Uhr  
Ort: **Hamburg**  
Referentin: **Anke von Werder**

Kurs	Termine	Ort	Gebühren
BmS 1/2020	18./19.04.2020 & 25./26.04.2020	Sporthalle in Hamburg	125,00 € (Stufe 1*) 187,50 € (Stufe 2*)
BmS 2/2020	19./20.09.2020 & 26./27.09.2020	Sporthalle in Hamburg	250,00 € (Stufe 3*)

**ANMELDUNGEN BITTE DIREKT AN DEN VTF!**



## BASISKURS FÜR B-LIZENZ GESUNDHEITSFÖRDERUNG FÜR KINDER SOWIE DTB-KURSLEITER\*IN PSYCHOMOTORIK

In diesem Kurs werden die Grundlagen einer psychomotorischen Bewegungserziehung in Theorie und Praxis vermittelt. Die Inhalte sind eine sinnvolle Bereicherung für die (sport-) pädagogische Praxis, insbesondere in Kinderturngruppen. Inhalte u.a.:

- Prinzipien und Methodenwahl
- Bewegungslandschaften in der Turnhalle (Ideen, Aufbau, Umgang, Sicherheit)
- psychomotorische Arbeitsmaterialien und deren Einsatzmöglichkeiten
- psychomotorische Entwicklung im Kindesalter und sensorische Integration

Der Basiskurs eignet sich hervorragend als Fortbildungsmaßnahme. Besonders geeignet ist diese Weiterbildung für Übungsleiter\*innen, die motorisch eingeschränkte Kinder in ihren Gruppen haben.



Wenn Sie sich darüber hinaus noch weiter qualifizieren möchten, dient er als Basis für den Aufbaukurs ÜL-B-Lizenz Gesundheitsförderung im Kinderturnen sowie für die Kursleiter\*in-Ausbildung Psychomotorik.

**Voraussetzung:** ÜL-C-Lizenz Kinderturnen, Erzieher\*in-Ausbildung mit Erfahrung in Bewegungsangeboten oder gleichwertige Qualifikation

Termine: **05.- 06.09. und 19.09.2020**  
jeweils 9 – 17 Uhr  
oder  
**04.- 05.09. und 18.09.2021**  
jeweils 9-17 Uhr  
Ort: **Hamburg**  
Referenten: **Ulrike Kock, Stefan Schlegel**  
Kosten: 145,00 € (VTF-Mitglied),  
145,00 € (mit Gymcard),  
230,00 € (Gast)  
Lerneinheiten: 26

**ANMELDUNGEN BITTE DIREKT AN DEN VTF!**



## DTB-KURSLEITER\*IN PSYCHOMOTORIK IM KINDERTURNEN-AUFBAUKURS

Im Aufbaukurs werden weitere vertiefende Inhalte der Psychomotorik vermittelt. Die erfolgreiche Teilnahme am Basis- und Aufbaukurs ermöglicht die Leitung eigener Psychomotorik-Gruppen. Inhalte sind neben der Vertiefung bereits genannter Themen des Basiskurses u.a.:

- Wissenswertes zum Aufbau und zur Finanzierung einer Psychomotorik-Gruppe
- Einsatz von Alltagsmaterialien
- kindgerechte Abenteuer, erlebnispädagogische Elemente
- Beobachtungskriterien für Bewegungs- und Wahrnehmungsauffälligkeiten
- Spiel- und Bewegungsangebote für heterogene Gruppen – Inklusion



Nach erfolgreicher Teilnahme am Basis- und Aufbaukurs erhalten Sie ein Zertifikat DTB-Kursleiter\*in Psychomotorik im Kinderturnen.

**Voraussetzung:** Basiskurs „Gesundheitsförderung/ Psychomotorik im Kinderturnen“ oder gleichwertige Qualifikation

Termin: **01. - 02.02. und 15. - 16.02.2020**  
jeweils 9 – 17 Uhr  
Ort: **Sporthalle in Hamburg**  
Leitung: **Ulrike Kock, Stefan Schlegel**  
Kosten: 202,00 € (VTF-Mitglied),  
202,00 € (mit Gymcard),  
247,00 € (Gast)  
Lerneinheiten: 34

**ANMELDUNGEN BITTE DIREKT AN DEN VTF!**



## ERSTE HILFE AUSBILDUNGEN

Angebote für Erste-Hilfe-Ausbildungen findet ihr im Bildungsprogramm des HSB. Bitte einmal das Heft umdrehen.



# Anmeldung

an die Hamburger Sportjugend, Schäferkampsallee 1  
20357 Hamburg, Fax 040/41908 - 296, E-Mail: bildung@hamburger-sportjugend.de

Anmeldung zum Seminar-Nr. ....	Lehrgangsbezeichnung .....
am .....	.....
Name, Vorname .....	Geburtsdatum .....
Straße .....	Telefon .....
PLZ, Ort .....	E-Mail .....
Verein .....	Sportart .....
Mit der Aufnahme meiner Adressdaten (inkl. Telefon) in eine Teilnahmeliste und der Veröffentlichung dieser Liste an die übrigen Teilnehmenden bin ich	
<input type="checkbox"/> einverstanden.	<input type="checkbox"/> nicht einverstanden.
Datum/Unterschrift Teilnehmer*in und ggf. Erziehungsberechtigte*r .....	
Mitglied im Fachverband .....	

## SEPA-Lastschriftmandat (Bildungsreferat)

Mandatsreferenz: .....	(wird von der HSJ vergeben)
Name und Anschrift des Zahlungspflichtigen .....	
.....	
Hiermit ermächtige/n ich/wir die Hamburger Sportjugend im Hamburger Sportbund e.V., die von mir/uns zu entrichtenden Teilnahmegebühren in Höhe von ..... Euro für die o.a. Veranstaltung zu Lasten meines/unseres Kontos	
IBAN des Zahlungspflichtigen: .....	BIC des Zahlungspflichtigen: .....
durch einmalige Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise/n ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der Hamburger Sportjugend im Hamburger Sportbund e.V. auf mein/unser Konto gezogene Lastschrift einzulösen.	
Hinweis: Ich kann/wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belastenden Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.	
Ort, Datum, Unterschrift/en Zahlungspflichtiger (bei Vereinen/Verbänden: Stempel)	
.....	

Hinweis: Die oben stehenden persönlichen Angaben werden im Sinne des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) vertraulich behandelt.

# Allgemeine Geschäfts- und Teilnahmebedingungen (AGB)

## INFOS & BERATUNG:

Lennart Gössing

Lehrgangsorganisation

Tel. 040-41908-289, Fax 040-41908-296

l.goessing@hamburger-sportjugend.de

Jana Wasserberg

Bildungsreferentin

Tel. 040-41908-255

j.wasserberg@hamburger-sportjugend.de



www.hamburger-sportjugend.de/bildung-qualifizierung

Unsere Ausbildungen werden grundsätzlich ab zwölf Teilnehmer\*innen durchgeführt. Ausbildungen (Sportassistent\*innen-, JGL - und ÜL-Kurse) finden in der Regel zu Hamburger Ferienzeiten mit Übernachtung statt. Fortbildungen können auch mit weniger als zwölf Teilnehmer\*innen stattfinden und werden überwiegend an Wochenenden angeboten.

### Betreuung

Das Leitungsteam setzt sich aus zwei bis vier ausgebildeten Teamer\*innen zusammen. Sie sind gemeinsam für den gesamten Ablauf verantwortlich und besprechen mit euch die Lehrgangsinhalte und die Organisation des Lehrgangs.

### Kooperation

Grundsätzlich sind die Ausbildungen offen für jede\*n. Die Kurse, die wir mit Kooperationspartnern durchführen, sind auf den jeweiligen Verein/Verband bzw. die jeweilige Sportart ausgerichtet. Ein bestimmtes Platzkontingent ist für den Kooperationspartner reserviert.

### Übernachtung

Bei Übernachtungskursen ist für die Verpflegung gesorgt. Gemeinsames Übernachten und gelegentliches Kochen schafft über den Unterricht hinaus viele Gelegenheiten, andere Teilnehmer\*innen kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen. Ihr könnt in der Ausbildungsgruppe erleben, was euch anschließend in euren Jugendgruppen erwarten kann. Bei den Fortbildungen wird in der Einladung mitgeteilt, ob für die Verpflegung gesorgt wird. Wenn eine Lehrgangsstätte keine Verpflegung anbietet, wird gemeinsam eingekauft und gekocht.

### Anreise

Bei Wochenkursen außerhalb Hamburgs erfolgt die Anreise in der Regel gemeinsam mit dem Bus. Für die Busfahrt wird ein zusätzlicher Betrag von 30 € berechnet. Genaue Informationen werden rechtzeitig mit der Einladung verschickt.

### Teilnahmebedingungen

Der Sportassistent\*innen-Ausweis wird ab 13 Jahren und die Juleica ab 16 Jahren ausgestellt. Die ÜL-Lizenz kann grundsätzlich nach den DOSB-Rahmenrichtlinien ab 16 Jahren erteilt werden. Interessierte, die noch nicht die Altersgrenze überschritten haben, dürfen an den Ausbildungen teilnehmen. Den Ausweis erhalten sie jedoch erst nach Erreichen der Altersgrenze. Für die Ausstellung der Juleica sowie der ÜL-Lizenz ist eine Erste-Hilfe-Ausbildung über neun Lerneinheiten erforderlich. Der Erste-Hilfe-Nachweis darf zum Zeitpunkt des Ausbildungsbeginns nicht älter als zwei Jahre sein.

Für die Teilnahme an der Übungsleiter\*innen C-Lizenz Ausbildung „Breitensport für Kinder und Jugendliche“ ist die Mitgliedschaft in einem Sportverein erforderlich.

### Anmeldung

Die Anmeldung zu den Aus- und Fortbildungen erfolgt schriftlich. Dies ist per Post, Fax oder E-Mail möglich. Eine Anmeldung ist dann vollständig, wenn sie folgende Angaben enthält: Name und Vorname, Anschrift, Telefonnummer, Geburtsdatum, Verein, Kurs-Nummer der gewünschten Aus- oder Fortbildung, E-Mailadresse und Kontaktdaten für das SEPA-Lastschriftmandat. Bitte gebt bei der Anmeldung immer den Rechnungsempfänger an. Sollte dies nicht der\*die Kursteilnehmer\*in sein, nennt unbedingt eine\*n Ansprechpartner\*in mit Telefonnummer und/oder Mailadresse. Eine Kostenübernahme durch den Verein muss vor dem Absenden der Anmeldung geklärt sein.

Die Bearbeitung der Anmeldungen erfolgt in der Reihenfolge ihres Eingangs. Ist die Veranstaltung zum Zeitpunkt der Anmeldung bereits ausgebucht, erfolgt ein Angebot für einen Platz auf der Warteliste.

Die Anmeldung bitte an folgende Adresse senden: Hamburger Sportjugend  
Lennart Gössing  
Schäferkampsallee 1  
20357 Hamburg

Fax: 040-41908 296  
E-Mail: l.goessing@hamburger-sportjugend.de

### Gebühren und Zahlungsbedingungen

Mit der Anmeldung erteilt ihr uns zur Abbuchung der Teilnahmegebühr ein SEPA-Lastschriftmandat gemäß SEPA-Bedingungen auf dem Anmeldeformular bzw. in der Online-Anmeldung. Die Abbuchung durch die Hamburger Sportjugend im Hamburger Sportbund e.V. (HSJ) erfolgt in der Regel zehn Werktagen nach der Veranstaltung. Wenn die HSJ eine Lastschrift nicht einlösen kann, wird zusätzlich zur Teilnahmegebühr die der HSJ entstandene Rücklastschriftgebühr in tatsächlicher Höhe in Rechnung gestellt. Wenn eine Rechnung nicht innerhalb einer schriftlich gesetzten Frist beglichen wird, erhebt die HSJ zusätzliche Mahngebühren in Höhe von 2,50 € (1. Mahnung) und 5,00 € (2. Mahnung). Bei Nichteinhaltung des letzten schriftlich gesetzten Zahlungstermins (2. Mahnung) wird ein gerichtliches Mahnverfahren eingeleitet.

### Folgende Gebührenstufen gelten für die Teilnehmer\*innen:

- Stufe 1: für Mitglieder von HSB-Vereinen und -Fachverbänden  
Stufe 2: Für Mitglieder von Vereinen, die nicht im HSB sind, aber Hamburger Fachverbänden angehören; für Mitglieder anerkannter Hamburger Jugendverbände; Schüler\*innen an allgemeinbildenden Schulen  
Stufe 3: Sonstige

### Rücktritt und Änderungen durch den Veranstalter

Die HSJ kann Bildungsveranstaltungen absagen, wenn sachlich gerechtfertigte Gründe vorliegen. Dazu zählen die Erkrankung des\*der Dozent\*in oder die Unbrauchbarkeit bzw. Nichtnutzungsmöglichkeit von Lehrgangsräumen. Eine Bildungsveranstaltung kann ebenfalls abgesagt werden, wenn die erforderliche Mindestteilnehmer\*innenzahl nicht erreicht wird. Für die Durchführung von HSJ-Ausbildungen sind zwölf Teilnehmer\*innen notwendig und für HSJ-Fortbildungen acht. Liegen für eine Bildungsveranstaltung nicht genügend verbindliche Anmeldungen vor, so kann die HSJ bis spätestens 10 Tage vor dem geplanten Beginn die Veranstaltung absagen. Die HSJ ist berechtigt, bei sachlich gerechtfertigten Gründen Bildungsveranstaltungen räumlich zu verlegen und/oder einen anderen Termin ersatzweise zu benennen.

### Rücktritt durch den\*die Teilnehmer\*in

Der Rücktritt von einer HSJ-Bildungsveranstaltung muss schriftlich (per Post, Fax oder E-Mail) erfolgen. Bei einem kurzfristigen Rücktritt, der weniger als 15 Tage vor Veranstaltungsbeginn erfolgt, wird eine Ausfallgebühr in Höhe von 50% des Teilnahmebeitrages erhoben. Erfolgt kein schriftlicher Rücktritt, erhält die HSJ eine Absage erst am Seminartag oder nach Beginn der Veranstaltung, wird der Gesamtbetrag fällig. Die vorgenannten Regelungen entfallen bei Stellung einer Ersatzperson durch den\*die verhinderte\*r Teilnehmer\*in. Dieses muss der HSJ schriftlich vor dem Veranstaltungsbeginn angezeigt werden. Im Krankheitsfall ist ein ärztliches Attest vorzulegen. Die Teilnahmegebühr wird in diesem Fall erstattet.

### Bildungsurlaub

Bildungsurlaub ist nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz für die Ausbildungen zum\*r Jugendgruppenleiter\*in, die ÜL-Lizenz Kompaktwoche sowie für die Weiterbildung „Psychomotorische Grundlagen für die Bewegungserziehung“ anerkannt.