

## Wie werde ich Übungsleiter für standardisierte Präventionsprogramme im LSB M-V?



### 1 Grundkurs (sportartübergreifende Basisqualifizierung)

Mit dem Grundkurs beginnt die Ausbildung in der 1. Lizenzstufe (C). Er vereint sportartübergreifende Ausbildungsinhalte und ist Voraussetzung für die Teilnahme an einem Aufbaukurs zum Übungsleiter Breitensport C oder Trainer C einer Sportart. Der Grundkurs wird durch den LSB, seine Sportjugend, die Stadt- und Kreissportbünde durchgeführt (siehe sportartübergreifende Ausbildungen).

### 2 Aufbaukurs Übungsleiter Breitensport / Trainer C

Die Ausbildung Übungsleiter Breitensport C qualifiziert für den sportartübergreifenden Breitensport im Bereich Kinder-/Jugend-sport oder Erwachsenen-/Älterensport (siehe sportartübergreifende Ausbildungen). Mit erfolgreicher Teilnahme an dieser Ausbildung wird vom LSB die DOSB-Lizenz Übungsleiter Breitensport C, Profil Kinder/Jugendliche oder Erwachsene/Ältere ausgestellt. Die Ausbildung Trainer C bildet ehrenamtlich Engagierte in einer Sportart aus (siehe Angebote der Landesfachverbände). Mit erfolgreicher Teilnahme an dieser Ausbildung stellt der jeweilige Fachverband eine DOSB-Lizenz Trainer C aus.

Eine erfolgreiche Ausbildung auf der Lizenzstufe C ist Voraussetzung für die Teilnahme am Basismodul Übungsleiter B Gesundheitssport.

### 3 Basismodul Übungsleiter B Gesundheitssport

Mit dem Basismodul beginnt die Ausbildung Übungsleiter B im Präventionssport der zweiten Lizenzstufe. Die Teilnahme am Basismodul ist gültig für alle Aufbaumodule und somit nur einmal durchzuführen.

### 4 Aufbaumodul Übungsleiter B (Präventionssport)

Mit dem Aufbaumodul erfolgt eine Spezialisierung der Präventionsausbildung im Sport. Es kann zwischen drei Profilen ausgewählt werden:

- Halte- und Bewegungssystem,
  - Herz-Kreislaufsystem und
  - Stressbewältigung und Entspannung.
- Im Rahmen der Aufbaumodule Halte-/Bewegungssystem und Herz-Kreislaufsystem erfolgt eine Einweisung in ein qualitätsgeprüftes und standardisiertes Präventionsprogramm – ein DOSB Masterprogramm. Nach erfolgreichem Abschluss stellt der LSB M-V eine DOSB-Lizenz Übungsleiter

ter B im Präventionssport in dem jeweiligen Profil aus, ebenso ein Zertifikat über die entsprechende Programmeinweisung. Beide sind Voraussetzung für die Beantragung des Qualitätssiegels „Sport pro Gesundheit“ (des DOSB) und des Siegels „Deutscher Standard Prävention“ (der Zentralen Prüfstelle für Prävention) auf der Serviceplattform des DOSB (service-sportprogesundheit.de). Bei Erwerb beider Siegel können sich Teilnehmer entsprechender Präventionskurse die Gebühr anteilig von ihrer Krankenkasse erstatten lassen.

### Anerkennung Übungsleiter B im Rehabilitationssport (Orthopädie)

Die Ausbildung zum Übungsleiter B im Rehabilitationssport (Orthopädie) ist mit der Präventionsausbildung abgestimmt. Bei Interesse am Präventionssport sind für interessierte Lizenzinhaber folgende Lehrgänge zu besuchen:

- Aufbaumodul Halte- und Bewegungssystem – 2. Ausbildungswochenende und Prüfungstag
- Aufbaumodul Herz-Kreislaufsystem vollständig
- Aufbaumodul Stressbewältigung und Entspannung vollständig.