









**KreisSportBund**  
Grafschaft Bentheim e.V.

## **BILDUNG DURCH SPORT - 2021**

Alle Lehrgänge und Veranstaltungen im Überblick

-  Sportjugend
-  Aus-, Fort- und Weiterbildung
-  Inklusion
-  Lokale Qualitätszirkel
-  Qualifix
-  VHS - Volkshochschule Nordhorn

## Sportjugend

Jugendliche sowie Jugendleiter, Trainerinnen und Übungsleiter finden hier unterschiedlichste Aus- und Fortbildungsangebote zur Qualifizierung. Im Mittelpunkt steht dabei die Persönlichkeitsentwicklung jedes Einzelnen sowie die Förderung der Kinder und Jugendlichen durch sportliche und überfachliche Jugendarbeit.

[Zu den Angeboten](#)

## Aus-, Fort- und Weiterbildung

Die Ausbildung zum ÜL-C Breitensport (sportartübergreifend) qualifiziert Engagierte, in den Vereinen als Übungsleiterinnen und Übungsleiter tätig zu werden. Die Fortbildungen greifen in ihren Inhalten aktuelle Themen und Trends auf und vertiefen oder erweitern die während der Ausbildung erworbenen Kenntnisse. Der KSB bietet Ausbildungen und Fortbildungen an.

[Zu den Angeboten](#)

## Inklusion

Sport für Alle – ist ein von der Aktion Mensch e.V. gefördertes Projekt des KreisSportBund Grafschaft Bentheim e.V., um Menschen aller Altersklassen und ethnischer Gruppen unabhängig ihrer Behinderungsart in die Grafschafter Sportvereine zu integrieren. Es werden kostenfreie Lehrgänge in diesem Bereich angeboten.

[Zu den Angeboten](#)

## Lokale Qualitätszirkel

In Lokalen Qualitätszirkeln (LQZ) sind Übungsleitende, Sportlehrkräfte und pädagogische Fachkräfte eingeladen, sich über Themen, die in der Zusammenarbeit von Sportvereinen und Schulen bzw. Kindertagesstätten vor Ort relevant sind, auszutauschen und fortzubilden. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, neue Ideen für die Praxis zu erleben und einen kontinuierlichen, fachlichen Dialog untereinander anzuregen. Lokale Qualitätszirkel sind kostenfrei.

[Zu den Angeboten](#)

## Qualifix

Qualifix steht für die Weiterbildung von Führungskräften in Vereinen. Es werden Kurzseminare angeboten, die sich an Fragen des Vereinsalltags orientieren. Zielgruppen der Seminare sind ehrenamtliche und hauptberufliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Vorständen, Abteilungen und Geschäftsstellen, die sich für den „Verein für die Zukunft“ fit machen wollen.

[Zu den Angeboten](#)

## Akademie des Sports

Die Akademie des Sports richtet sich mit ihren Bildungsangeboten an die Mitglieder und Gliederungen des LSB sowie die sport- und bildungspolitische Öffentlichkeit. Die Angebote sind so gestaltet, dass sich die Gäste mit ihren Interessen und Bedürfnissen wohlfühlen und sagen können „Ich habe mich (weiter) entwickelt!“.



[Zu den Angeboten](#)

## KSB & VHS

Ehrenamtlich und freiwillig Engagierte sind eine wichtige Stütze für ein gelingendes Miteinander unserer Gesellschaft. Weiterbildungen, Beratungen und Austausch sind qualitätssteigernde Möglichkeiten, um Ehrenamtliche in ihrem Engagement zu unterstützen. Der KSB und die Volkshochschule Grafschaft Bentheim wollen zukünftig mit entsprechenden Bildungsformaten Synergien schaffen und gemeinsam das Ehrenamt und das freiwillige Engagement fördern.



[Zu den Angeboten](#)

## Filmworkshop

Der perfekte Spielbericht als  
Video für Social Media

Samstag, 08.05.2021,  
9:00 - 17:00 Uhr

Nach dem Spiel wird mehr schlecht als recht das Smartphone gezogen und Statements zur gewonnenen Partie eingeholt. In diesem Workshop möchten wir euch zeigen, wie ihr mit wenigen, aber effektiven Mitteln ein kurzes, flottes und kreatives Video für eure Vereinskänäle machen könnt.

[Infos und Anmeldung](#)

## Schulsport

Assistentenausbildung

Donnerstag, 03.06.2021,  
ab 9:00 Uhr

-

Sonntag, 06.06.2021,  
bis 16:00 Uhr

Ziel dieser Ausbildung ist es, interessierte Schülerinnen und Schüler im Alter von 13 - 16 Jahren zu befähigen, im außerunterrichtlichen Schulsport Verantwortung zu übernehmen.

[Infos und Anmeldung](#)

## Klettern

Grundlehrgang - „Toprope“

Freitag, 25.06.2021,  
ab 17:00 Uhr

-

Sonntag, 27.06.2021  
bis 17:00 Uhr

Dieser Lehrgang richtet sich besonders an Einsteiger ohne Vorkenntnisse, die einmal in den Klettersport „hineinschnuppern“ möchten.

[Infos und Anmeldung](#)

## Social Media und kleine Spiele

Samstag, 09.10.2021,  
9:00 - 17:00 Uhr

Welche Programme nutzen junge Menschen, um täglich miteinander zu kommunizieren und wie kann ich mein Anliegen dort platzieren? Was ist ein Boomerang bei Instagram und lohnt sich Facebook für mich? Antworten auf diese Fragen und Möglichkeiten zum Ausprobieren gibt es bei dieser Juleica Auffrischung!

[Infos und Anmeldung](#)

## Schulsport

Assistentenausbildung

Donnerstag, 14.10.2021,  
ab 9:00 Uhr

-

Sonntag, 17.10.2021,  
bis 16:00 Uhr

Ziel dieser Ausbildung ist es, interessierte Schülerinnen und Schüler im Alter von 13 - 16 Jahren zu befähigen, im außerunterrichtlichen Schulsport Verantwortung zu übernehmen.

[Infos und Anmeldung](#)

## Juleica-Ausbildung

Montag, 18.10.2021,  
ab 9:00 Uhr

-

Samstag, 23.10.2021  
bis 17:00 Uhr

Sport und noch viel mehr – die JULEICA-Ausbildung bietet Jugendlichen und Erwachsenen die Möglichkeit, sich für übergreifende Jugendarbeit in ihrem Verein zu qualifizieren.

[Infos und Anmeldung](#)

## DOSB ÜL-C-Lizenz

Die Übungsleiter-C Lizenz wird im Jahr 2021 landesweit verändert. Der Grund- und Aufbaulehrgang sowie der Spezialblock werden durch die C30, C40 und C50 Module abgelöst. Die Reihenfolge der Absolvierung ist absolut flexibel, so kann die ÜL-C Lizenz z.B. auch mit einer Fortbildung begonnen werden.

### C-30

Sport verstehen und vermitteln

Montag, 16.08.2021,  
ab 9:00 Uhr

-  
Mittwoch, 18.08.2021,  
bis 20:00 Uhr

Dieses Modul ist verbindlicher Bestandteil im Rahmen der ÜL-C Breitensport Ausbildung (sportartübergreifend).

Für den Erwerb einer fachsportspezifischen Trainer C-Lizenz beachten Sie bitte die Hinweise des zugehörigen Fachverbandes.

[Infos und Anmeldung](#)

### C-40

Erwachsene bewegen und begleiten

Montag, 23.08.2021,  
ab 9:00 Uhr

-  
Donnerstag, 26.08.2021,  
bis 20:00 Uhr

Ein Profilmodul (C-40 Erwachsene bewegen und begleiten oder C-40 Kinder bewegen und begleiten) ist verbindlicher Bestandteil im Rahmen der ÜL-C Breitensport Ausbildung (sportartübergreifend).

[Infos und Anmeldung](#)

### C-50

Erwachsene bewegen und begleiten

50 LE frei wählbar aus Fortbildungen zu verschiedenen Themen aus dem Bereich ÜL-C Breitensport.

## ONLINE-KURS

### Ernährung

Samstag, 20.02.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Benötigen Sportler/-innen Magnesiumtabletten oder Proteinshakes um fit zu sein? Was sollte man vor und nach dem Training essen? Wie sollte eine leistungsgerechte Ernährung im Sport insbesondere im Leistungssport aussehen?

[Infos und Anmeldung](#)

### Demenz im Sport (optional online)

Samstag, 17.04.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

In Sportgruppen, die von Älteren besucht werden, ist Demenz zunehmend Thema. Die Teilnehmer erfahren, welche Übungen wirksam sind und wie sie für diese spezielle Zielgruppe vermittelt werden müssen. Es soll für das Thema Sport und Demenz sensibilisiert werden.

[Infos und Anmeldung](#)

### Prüfberechtigung

„Das deutsche Sportabzeichen“

Samstag, 24.04.2021,  
9:00 - 17:00 Uhr

Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung für gute und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit, die jeder erwerben kann. Dieser Tageslehrgang vermittelt die notwendigen Informationen zur Organisation und Durchführung.

[Infos und Anmeldung](#)

## Stabilisations- und Gleichgewichtstraining Proprizeptionstraining

Samstag, 29.05.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Das Proprizeptionstraining ist ein Training auf instabilen Untergründen. Das Training wirkt stabilisierend auf die Gelenke. Das proprizeptive Training wird in vielen Varianten vorgestellt.

[Infos und Anmeldung](#)

## Spielfairderber

Montag, 12.06.2021,  
ab 9:00 Uhr

-

Dienstag, 13.06.2021,  
bis 17:00 Uhr

Welche innere Haltung macht einen guten Übungsleiter aus? Wie forme ich aus einer Gruppe ein echtes Team? Wie schaffe ich es, den Trainingsalltag um die Vermittlung von sozialen Kompetenzen zu erweitern?

[Infos und Anmeldung](#)

## Entspannung

Samstag, 26.06.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

In der Stressprophylaxe und -bewältigung spielen Entspannungstechniken eine große Rolle. In diesem Seminar wird ein Einblick in ganz unterschiedliche Entspannungstechniken vermittelt, sowie die Wirkung auf den Körper, Geist und Seele.

[Infos und Anmeldung](#)

## HITT und Trends

Samstag, 03.07.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Hochintensives Intervalltraining (HIIT) ist eine alltagsrelevante und sportübergreifende Trainingsform, die komplexe Bewegungsabläufe beinhaltet, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beansprucht.

[Infos und Anmeldung](#)

## Sportverletzungen

Samstag, 10.07.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Wie versorge ich meine Spieler optimal bei einer akuten Verletzung? Woran kann man erkennen, um welche Verletzung es sich handelt und was kann der Betroffene tun?

[Infos und Anmeldung](#)

## Laufschule

Samstag, 04.09.2021,  
ab 9:00 Uhr

-

Sonntag, 05.09.2021,  
bis 17:00 Uhr

Laufen als Individualsport oder Laufen in der Gruppe. In dieser Fortbildung werden unter anderem Trainingsmethoden (z.B. Intervalle), (Trend-)Formen des Laufsports (Hindernislauf, OCR) und Trainingsergänzungen (z.B. Koordination und Stabilisation) vermittelt.

[Infos und Anmeldung](#)

## Selbstverteidigung & Selbstbehauptung

„Wie kann ich mir helfen?“

Samstag, 25.09.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Die Teilnehmer/innen erhalten einen Einblick in die theoretischen, verbalen und praktischen Grundlagen der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung. Umsetzbare und zielgerichtete Verteidigungs- und Kontertechniken werden erläutert und geübt.

[Infos und Anmeldung](#)

## Nackenschule

Samstag, 27.11.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Nackenschmerzen sind weit verbreitet. Ihre Ursachen sind vielfältig. Es werden Übungen zur Wahrnehmung, Entspannung, Dehnung, Mobilisation, Kräftigung und Lockerung vorgestellt und ausprobiert.

[Infos und Anmeldung](#)

## Kleine Spiele in inklusiven Gruppen

Samstag, 09.10.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Der Lehrgang fokussiert sich auf die Vermittlung von kleinen Spielen sowie die Förderung der kindlichen Bewegungsentwicklung in heterogenen Gruppen. Zusammen mit den Teilnehmern werden Variationen und verschiedene Kriterien von kleinen Spielen erarbeitet und durchgeführt.

[Infos und Anmeldung](#)

# LOKALE QUALITÄTSZIRKEL

## Deutscher Motoriktest

Samstag, 22.05.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Der Deutsche Motoriktest wird deutschlandweit für die Bestimmung des Fitnesszustandes von 6 – 18 Jährigen genutzt. Um den Deutschen Motoriktest auch im Sportverein oder in der Schule individuell durchzuführen, werden die Bestandteile (z.B. Liegestütze, Sit-Ups, etc.) und der Ablauf erläutert.

[Infos und Anmeldung](#)

## Mini-Sportabzeichen

Samstag, 05.06.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Tipps und Tricks für die Durchführung des Mini-Sportabzeichens in der Turnhalle, im Bewegungsraum oder im Freien bietet dieser Qualitätszirkel. Sowohl in Vereinen, als auch in Kooperationen mit Kitas und Grundschulen können Kinder von 3 bis 6 Jahren an sechs Stationen zeigen wie fit sie sind.

[Infos und Anmeldung](#)

## Von der Wassergewöhnung bis zur ersten Schwimmbewegung

Samstag, 18.09.2021,  
9:00 - 13:00 Uhr

Schwerpunktmäßig werden die Heranführung und die ersten Berührungen mit dem Wasser thematisiert. Kleine Spiele, Situationen über und unter dem Wasser gehören zu den Inhalten, die in der Praxis unterstützen sollen.

[Infos und Anmeldung](#)

## Aufmerksamkeits- und Hyperaktivitätsstörung

Donnerstag, 23.09.2021,  
18:00 - 22:00 Uhr

Eine Aufmerksamkeitsstörung mit oder ohne Hyperaktivität wird oft nicht erkannt. Etwa 5-10% der Kinder sind betroffen. Ziel des Abends ist es, das Störungsbild genauer kennenzulernen und dadurch einen günstigeren Umgang im schulischen und im außerhäuslichen Bereich zu ermöglichen.

[Infos und Anmeldung](#)

**ONLINE-KURS**

## Satzung

Mittwoch, 27.01.2021,  
18:30 - 21:30 Uhr

Dieser Qualifix- Baustein richtet sich an Vereinsvorstände und Funktions-träger in Vereinen, die sich über die rechtlichen Grundlagen des Vereinsrechts, insbesondere der Vereinssatzung, informieren möchten.

[Infos und Anmeldung](#)

## Spenden, Sponsoring & Steuern im Verein (optional online)

Mittwoch, 10.03.2021,  
18:30 - 21:30 Uhr

Thematisiert werden die Themen rund um Spenden, Geld-, Sach- und Aufwandszuwendungen, Zuwendungsbescheinigung und Haftung bei Missbrauch. Zusätzlich wird der Bereich Sponsoring mit den Themenschwerpunkten steuerliche Behandlung beleuchtet.

[Infos und Anmeldung](#)

## Gesundheitssport

Mittwoch, 19.05.2021,  
18:30 - 21:30 Uhr

Fit für die Zukunft - in welchen Bereichen können sich Vereine erfolgreich für die Zukunft aufstellen? Neue Mitglieder gewinnen? Die eigene Attraktivität als Verein steigern? Eine mögliche Antwort auf diese immer häufiger gestellten Fragen lautet, sich dem Gesundheitssport zu öffnen!

[Infos und Anmeldung](#)

## Sportstättenbau

Von der Idee bis zur Nutzung

Mittwoch, 30.06.2021,  
18:30 - 21:30 Uhr

Neben der Präsentation der neuen Richtlinie zur Sportstättenbauförderung erhalten Sie einen Einblick in den Verfahrensablauf der Förderung vom Antrag bis zum Verwendungsnachweis. Ein Überblick über aktuelle Rahmenbedingungen runden das Seminar ab.

[Infos und Anmeldung](#)

## Jugendliche engagiert im Verein

Mittwoch, 08.09.2021,  
18:30 - 21:30 Uhr

Der Qualifix-Baustein „Jugendliche engagiert im Verein“ richtet sich an Interessierte und Engagierte der Jugendarbeit im Sportverein.

[Infos und Anmeldung](#)

## Beschäftigung im Sportverein

Mittwoch, 24.11.2021,  
18:30 - 21:30 Uhr

Sobald der Verein als Arbeitgeber agiert, stellen sich viele Fragen, die im Qualifix beantwortet werden. Dazu gehören z.B. die Sozialversicherung und Lohnsteuer, Merkmale der selbständigen und nichtselbständigen Tätigkeit, Übungsleiterinnen und Übungsleiter.

[Infos und Anmeldung](#)

# AKADEMIE DES SPORTS



Akademie  
des Sports  
im LandesSportBund  
Niedersachsen e. V.

## Mein Verein der Zukunft

Save the Date!

Mittwoch, 09.06.2021,  
Ort: Haus des Sports/MoveINN

Das Akademie-Forum thematisiert Scherpunkthemen, denen Sportvereine zukünftig ausgesetzt sein werden. Was bedeutet Agiles Führen? Wie kann ich die Abläufe in unserem Verein digitalisieren? u.v.m. Es wird eine Mischung aus Impulsvorträgen und Workshops angeboten.



## Kommunikation in Konfliktsituationen

**Inhouse Schulung**  
Die Zeit bestimmen Sie  
in Absprache selbst!

Konflikte gehören zu unserem Alltag und können auch im Verein nicht immer vermieden werden. Sie entstehen dort, wo Menschen mit unterschiedlichen Interessen, Meinungen und Erwartungen aufeinander treffen.

Kurs-Nr.: 1054

[Infos und Anmeldung](#)

## Rhetorik-Training

Lebendig und überzeugend reden

**Inhouse Schulung**  
Die Zeit bestimmen Sie  
in Absprache selbst!

Sie möchten Andere mit gelassener, souveräner Ausstrahlung von Ihren Anliegen überzeugen? Dann können Sie sich hier mit den wichtigsten Grundprinzipien der Rhetorik vertraut machen und mit ausführlichen Übungen Ihren persönlichen Sprachstil nachhaltig verbessern.

Kurs-Nr.: 1053

[Infos und Anmeldung](#)

## Vereinskommunikation

im digitalen Zeitalter

**Dienstag, 16.03.2021,**  
18:30 - 21:30 Uhr

Ob eine Vorstandssitzung oder auch ein Trainermeeting, trotz Corona oder Ortsabwesenheit einzelner Teilnehmer können müssen diese im digitalen Zeitalter nicht mehr ausfallen. In diesem Onlineseminar erhalten Sie einen ersten Einblick, was bei einer Videokonferenz zu beachten ist.

Kurs-Nr.: 1050

[Infos und Anmeldung](#)

## Der Einsatz von Social Media im Verein

**Donnerstag, 29.04.2021,**  
18:30 - 21:30 Uhr

Sie wollen mit Ihrem Verein in die Sozialen Netzwerke starten oder haben schon einen Social Media Auftritt und wollen mehr herausholen? Erfahren Sie, wie Sie Ihre eigenen Neuigkeiten auch ohne Zeitung an die Leser\*innen bringen und wie Sie für Ihren Verein verschiedene Zielgruppen ansprechen. Sei es für die Unterstützung bei Vereinstätigkeiten oder um neue Mitglieder zu gewinnen.

Kurs-Nr.: 1051

[Infos und Anmeldung](#)

## Datenschutz DSGVO u. BDSG

**Termin voraussichtlich Mai 2021**  
(wird noch von der VHS bekannt gegeben)

Der Kurs vermittelt Ihnen ein Grundverständnis zum Thema DSGVO und der Umsetzung im Vereinsleben. Neben der normalen Mitgliederverwaltung und Abrechnung von Mitgliederbeiträgen, werden die Themen Privacy by Design and Privacy by Default besprochen.

Kurs-Nr.: 1052

[Infos und Anmeldung](#)