

AUSBILDUNG HTV-COTRAINER*IN



SCHWERPUNKT: ÄLTERE / SENIOR*INNEN

Bei der Ausbildung zur/zum HTV-CoTrainer*in erhalten die Teilnehmenden die Grundlagen, um Menschen bei sportlichen Aktivitäten zu unterstützen und anzuleiten. Neben pädagogischen und psychologischen Aspekten wird praxisnah vermittelt, worauf beim Aufbau und der Durchführung einer Übungsstunde geachtet werden muss. Vereinssportgruppen mögen Kontinuität. Häufig begleiten die Trainer*innen und Übungsleitenden ihre Gruppen über eine sehr lange Zeit. Das betrifft nicht nur die Leistungssportgruppen, sondern auch die Fitness- und Gymnastikgruppen. Umgekehrt ist den Übungsleitenden diese Kontinuität ebenfalls wichtig. Gerade im Vereinskontext springen die Teilnehmenden auch selbst mal als Krankheits- oder Urlaubsvertretung ein. Das hält den Trainingsbetrieb am Laufen und zeigt den „CoTrainer*innen“ neue Perspektiven auf.

Für die Zielgruppe Ältere/Senior*innen sind spezifische Aspekte in der Ausbildung von Bedeutung, wie z.B. die Kenntnis von altersbedingten Einschränkungen und Erkrankungen, Motivationstechniken und ein besonderes Augenmerk auf die Vermeidung von Verletzungen und Unfällen.

Die Ausbildung wird mit 8 LE zur DOSB-Lizenzverlängerung anerkannt bzw. kann mit 8 LE auf das Fachmodul Fitness und Gesundheit Schwerpunkt Ältere nach Rücksprache angerechnet werden.
bildung@htv-online.de

Inhalte:

- Kompetenzorientierung
- Zielgruppendefinition für den Bereich Ältere/Senior*innen
- Die Rolle der/des Co-Trainer*in
- Pädagogische Aspekte des Übungsleitenden in Hinsicht auf die Zielgruppe
- Motivation von Teilnehmenden
- Verbale und nonverbale Kommunikation
- Psychologische Aspekte
- Organisationsformen
- praktische Inhalte in Bezug auf die Zielgruppe

Termine:

13.04.2024 - TSG-Halle Fechenheim, Pfortenstraße 55, 60386 Frankfurt am Main -Fechenheim

27.04.2024 - Mehrzweckraum TV 1875 Sindlingen e. V., Mockstädter Straße 12, 65931 Frankfurt am Main

Kosten:

60 € p.P. inkl. Mittagessen

Zur Anmeldung: [HTV-CoTrainer*in](https://www.htv-online.de)

Für Rückfragen:

Katrin Will

HTV Regionalreferentin

Tel.: 069-6773772-79

Mail: k.will@htv-online.de