

BILDUNGSSTÄTTE DER SPORTJUGEND BERLIN

# LERNEN FÜRS LEBEN

SEMINARANGEBOTE DER AUSSERSCHULISCHEN JUGENDBILDUNG

**4** BILDUNGSSTÄTTE DER SPORTJUGEND BERLIN | KURZ VORGESTELLT

**6** GEMEINSAM LERNEN, ERFAHREN, LEBEN

**8** KREATIVES UND SELBSTBESTIMMTES LERNEN

## **SEMINARE**

**10** ALLE ANDERS – ALLE GLEICH? INTERKULTURELLE KOMPETENZ ERLERNEN UND ERLEBEN

**12** ABENTEUER CITYBOUND: BERLIN ENTDECKEN – MAL GANZ ANDERS

**14** LEBEN IM WORLD WIDE WEB – MEDIENKOMPETENZ ENTWICKELN

**16** SO WERDE ICH FIT FÜRS LERNEN! TIPPS, TRICKS & FAQs FÜR MEHR SPASS IM SCHULALLTAG

**18** FITNESS, LIFESTYLE, SELF-TUNING – ALLES ZUM THEMA „GESUNDHEIT, ERNÄHRUNG, BEWEGUNG“

**20** EUROPA KREATIV ENTDECKEN – ENTDECKUNGSREISE DURCH EINEN KONTINENT

**22** HINSEHEN, HANDELN, HELFEN BEI KONFLIKTEN – EINE AUSBILDUNG ZUM/ZUR KONFLIKTHELFER/-IN

**24** STREITEN, VERMITTELN, KONFLIKTE LÖSEN – EINE AUSBILDUNG ZUM/ZUR STREITSCHLICHTER/-IN

**26** SEMINARIMPRESSIONEN

**28** ICH KANN NICHT MEHR OHNE...! DROGEN- UND SUCHTPRÄVENTION BEI JUGENDLICHEN

**30** SCHULE GESTALTEN – FÜR MEHR DEMOKRATIE UND MITBESTIMMUNG! EIN SEMINAR FÜR SCHÜLERVERTRETER/-INNEN

- 32** WIR WERDEN EIN SUPERTEAM! SOZIALKOMPETENZTRAINING FÜR JUGENDLICHE
- 34** SCHULE BEENDET - WAS NUN? EIN SEMINAR ZUR UNTERSTÜTZUNG DER BERUFSORIENTIERUNG
- 36** DIE WELT, IN DER WIR LEBEN | MITVERANTWORTUNG - NACHHALTIG SOZIAL UND ÖKOLOGISCH HANDELN
- 38** TYPISCH MANN? TYPISCH FRAU? TYPISCH WIE? EIN VIDEOPROJEKT ZUR GESCHLECHTSIDENTITÄT UND SEXUELLEN ORIENTIERUNG
- 40** THEATER, KUNST, MUSIK, PERFORMANCE - EXPRESS YOURSELF
- 42** BLEIB' COOL! KONFLIKTE DEESKALIEREND UND KONSTRUKTIV LÖSEN
- 44** FIT IN DIE AUSBILDUNG - EIN SEMINAR FÜR AUSZUBILDENDE AM BERUFSANFANG
- 46** AUSBILDUNG ZUR SPORTASSISTENTIN/ZUM SPORTASSISTENTEN
- 48** AUSBILDUNG ZUR JUGENDGRUPPENLEITERIN/ZUM JUGENDGRUPPENLEITER
- 50** AUSBILDUNG ZUR ÜBUNGSLEITERIN/ZUM ÜBUNGSLEITER | BREITENSPORT (SPORTARTÜBERGREIFEND) SCHWERPUNKT KINDER UND JUGENDLICHE - (DOSB-C-LIZENZ)
- 52** AUS- UND FORTBILDUNG FÜR MULTIPLIKATORINNEN UND MULTIPLIKATOREN AUS DEM JUGENDBEREICH DES SPORTS SOWIE VON PÄDAGOGISCHEN FACHKRÄFTEN
- 54** KONTAKT | IMPRESSUM

### **BILDUNGSSTÄTTE DER SPORTJUGEND BERLIN KURZ VORGESTELLT**

Die Bildungsstätte der Sportjugend Berlin ist eine Einrichtung der außerschulischen Jugendbildung und zugleich das Aus- und Fortbildungszentrum für die Jugendarbeit im Sport.

In Form von Mehrtagesseminaren mit Übernachtung bieten wir Berliner Jugendlichen ab 12 Jahren aus Schulen, überbetrieblichen Ausbildungseinrichtungen und anderen Projektzusammenhängen ein interessantes und vielfältiges Seminarprogramm. Hier haben junge Menschen die Möglichkeit, sich mit zen-

tralen Fragen aus ihrer Lebenswelt sowie mit bedeutsamen Themenstellungen aus Politik, Gesellschaft, Kultur, Sport, Gesundheit und Ereignissen aus dem aktuellen Zeitgeschehen zu beschäftigen.

Die Vermittlung von zukunftsfähigen Schlüsselqualifikationen, die Stärkung sozialer Kompetenzen sowie die Förderung von gesellschaftlicher Mitverantwortung und sozialem Engagement stehen hierbei im Mittelpunkt der Seminare.

Ein weiterer Aufgabenschwerpunkt ist die Qualifizierung von Multiplikatoren und Multiplikatorinnen aus dem Jugendbereich des Sports sowie von pädagogischen Fachkräften aus Kindertagesstätten, Schulen und Jugendeinrichtungen. Mit einem umfangreichen Aus- und Fortbildungsprogramm bieten wir vielfältige Praxisanregungen für eine altersgerechte Gesundheits- und Bewegungsförderung von Kindern und Jugendlichen und motivieren junge Menschen für die Übernahme ehrenamtlicher Funktionen.



## INFOS

- Die Lebenswelt verstehen lernen
- Gesellschaftliche Zusammenhänge erkennen
- Persönlichkeit entwickeln
- Erfahrung gewinnen
- Soziale Kompetenzen erwerben
- Fit machen fürs Leben
- Toleranz, Respekt und Wertschätzung für andere entwickeln
- Demokratie verstehen und schätzen lernen
- Gesundheitsbewusst leben
- Kreatives Denken und Handeln stärken
- Gesellschaft mitgestalten

## **GEMEINSAM LERNEN, ERFAHREN, LEBEN**

Die Seminare der außerschulischen Jugendbildung finden mit Übernachtung in der Bildungsstätte statt, überwiegend in Form von Fünf-Tages-Seminaren von Montag bis Freitag.

Ganz wesentlich zum Seminarerfolg trägt die Klausuratmosphäre des Hauses und das Zusammensein über einen längeren Zeitraum bei. Das gemeinsame Lernen, Erfahren und Erleben fördert die soziale Kompetenz der Jugendlichen und stärkt die Gemeinschaft und das Gruppengefühl. Losgelöst vom gewohnten Lern- und

Lebensumfeld erhalten Jugendliche die Möglichkeit, sich intensiv mit einem für sie wichtigen Seminarthema aus ihrer Lebenswelt zu beschäftigen. Mit der räumlichen Distanz ergeben sich für die Teilnehmer/-innen wichtige Erfahrungs- und Entwicklungschancen.

Darüber hinaus wird während einer Seminarwoche der soziale Kontakt untereinander, das Eingehen auf den anderen und das gegenseitige Vertrauen ganz entscheidend gefördert. Die Bildungsstätte der Sportjugend

Berlin ist eingebunden in den Olympiapark in Berlin-Charlottenburg. Das Haus bietet insgesamt 80 Übernachtungsplätze (31 Zweibett-Zimmer, sechs Dreibett-Zimmer, jeweils mit Dusche/WC), Vollverpflegung, mehrere Seminar- und Gruppenräume sowie attraktive Sport- und Freizeitmöglichkeiten im Haus (Billard, Tischtennis, Kicker etc.) und Außenbereich (Niedrigseilgarten, Kletterturm, Streetball- und Streetsoccer-Anlage, Terrasse, Grillplatz).





## INFOS

- Spannende Lernerlebnisse
- Intensive Diskussionen
- Gemeinsame Erfahrungen
- Ideen-, Meinungs-, Wissensaustausch
- Zusammensein über einen längeren Zeitraum
- Attraktive Sport- und Freizeitangebote
- Gemeinsam ein Abschlussfest organisieren
- Loslassen, Alltagsstress abschütteln
- Neue Perspektiven kennen lernen und vieles mehr

## KREATIVES UND SELBSTBESTIMMTES LERNEN

Die Rahmenbedingungen einer Jugendbildungsstätte lassen andere Gestaltungs- und Mitgestaltungsmöglichkeiten zu als das Lernen nach festgelegten Lehrplänen. Den Jugendlichen wird die Chance geboten, sich intensiv und kreativ mit einem interessanten, selbst ausgewählten Seminarthema zu beschäftigen.

Der ganze Tag ist mit Bildungsaktivitäten ausgefüllt, es gibt aber keine starren Zeiteinheiten. Die Zeiteinteilung orientiert sich an den Bedürf-

nissen und dem Lerntempo der Seminargruppe. Nicht selten sind die jugendlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmer sogar so engagiert, dass das Seminarprogramm nach dem offiziellen Teil am Abend noch fortgesetzt wird.

Die Arbeit am inhaltlichen Seminarthema wird durch kreative Projektmethoden, Einsatz neuer Medien, Teamarbeit, aktive Beteiligung der Jugendlichen an der Seminarorganisation, Arbeit in Kleingruppen und Workshops, Pro- und Contraspiele,

Exkursionen, Rollenspiele, Mitspieltheater und vieles mehr interessant und abwechslungsreich gestaltet.

Das seminarbegleitende Sport- und Bewegungsangebot bietet Ausgleich und Entspannung von der inhaltlichen Seminararbeit und erzeugt neue Energie und Konzentration für den Lernprozess.





### SOZIALE KOMPETENZEN

erwirbt man nicht auf der Schulbank, sondern in sozialen Kontexten. Unmittelbares Erleben in gemeinsamen Gruppenaktionen fördert Einsichten und Handlungsorientierungen, die so schnell nicht vergessen werden.

## INFOS

- Spaß am Lernen
- Aktive Beteiligung
- Teamarbeit
- Moderne Methoden
- Kreativworkshops
- Praxisrelevanz
- Lebensweltorientierung
- Gemeinsame Erlebnisse
- Soziales Lernen
- Wichtige Ergänzung zur schulischen Bildung
- Sport, Bewegung und Entspannung als Ausgleich

## **SEMINAR: ALLE ANDERS – ALLE GLEICH? INTERKULTURELLE KOMPETENZ ERLERNEN UND ERLEBEN**

Berlin als Weltstadt steht für gesellschaftliche Werte wie Weltoffenheit, Toleranz, Vielfalt der Kulturen und Religionen. Menschen aus über 190 Nationen sind in Berlin vertreten. Auch in der schulischen oder beruflichen Ausbildung treffen Jugendliche aus vielfältigen unterschiedlichen Kulturkreisen zusammen. Das gemeinschaftliche Leben gestaltet sich daher nicht immer ganz einfach und so gilt oftmals die Regel „gemeinsame Schulbank- getrenntes Leben“.

Wie bin ich selbst kulturell geprägt, vielleicht durch religiöse Einflüsse oder die Herkunft meiner Familie? Wie können wir Wege finden, aufeinander zuzugehen, voneinander zu lernen, Vorurteile abzubauen und Konflikte zu überwinden? Wie gehen wir mit unserer Unterschiedlichkeit um und wie finden wir gemeinsame Werte?

Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigen wir uns in dem Seminar. Wir begeben uns auf eine Ent-

deckungsreise durch verschiedene Kulturen. Wir suchen nach Gemeinsamkeiten und lernen die Vielfalt als Chance und Gewinn für unser Leben zu entdecken auf der Basis einer Kultur des Respekts, der Wertschätzung und Rücksichtnahme.





## SEMINARINFOS

- Besonderheiten unterschiedlicher Kulturkreise und ihre Auswirkung auf das Zusammenleben
- Soziale, rechtliche und politische Aspekte der Ein- und Auswanderung
- Was bedeuten Toleranz, Respekt und Wertschätzung für unser Zusammenleben?
- Rollenspiele zu diskriminierenden Situationen im Alltag
- Interkulturelle Rallye
- Mauer der Vorurteile - Tor der Gemeinschaft
- Modelle des Zusammenlebens von unterschiedlichen Kulturen
- Kulturelle Traditionen im Vergleich: Erziehungsstile, Familientraditionen
- Geschlechtsrollenerwartungen unterschiedlicher Kulturen
- Länderspezifische Speisen, Musik, Kleidung, Tänze
- Wunschbaum: ein Zusammenleben der Kulturen



## SEMINAR: ABENTEUER CITY BOUND: BERLIN ENTDECKEN – MAL GANZ ANDERS

Berlin: Die Stadt, in der wir leben, der Kiez, der unser Zuhause ist. Aber Berlin ist mehr: Regierungssitz, Weltstadt, Kulturmetropole, Tourismusmagnet, Zeuge und Mahnmal der Deutschen Geschichte. Was weiß ich von diesem Berlin? Was interessiert mich an diesem Berlin? Bin ich neugierig, dieses Berlin zu entdecken?

In diesem Seminar bietet sich die Chance, in spannenden City-Bound-Aktionen die vielfältigen Facetten Berlins auf spielerische Art kennen zu lernen. Konfrontiert mit alltags-

fremden und Mut erfordernden Aufgaben geht die Seminargruppe in der Stadt auf Entdeckungstour. Bei der Lösung der Aufgaben trainieren die Teilnehmenden ihren Orientierungssinn, ihre Teamfähigkeit sowie ihre Kommunikations- und Problemlösungskompetenz. Gleichzeitig erwerben sie auf spannende Art und Weise Kenntnisse zur Geschichte, Politik und Kultur Berlins.

Die jeweiligen Interessenschwerpunkte werden von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in einem Planungsgespräch selbst gesetzt.





## SEMINARINFOS

- Planspiel: Parlamentarische Demokratie
- Stadterkundungsquiz, Stadtplan der Sinne, Erkundungsfragebogen
- Talkshow zum Thema „Jugendpolitik in Berlin - Chancen, Versäumnisse, Mitwirkungsmöglichkeiten“
- Stadtplanungsspiel: Berlin – meine Stadt der Zukunft
- Auf den Spuren der Mauer: Stadtspaziergang, Film etc.
- Film: Fall der Mauer (Dokumentation)
- Stadtrallye, Fotorallye, Teamwork-Rallye
- Stadtgeräusche-Karte
- Fotoreportage, Passantenbefragung
- Jagd auf Mister X: Verfolgungsjagd im Berliner Untergrund
- Mit der Linie 100 durch die City
- City Scouts, Stadtwappen-Spiel
- ggf. Führung durch das Reichstagsgebäude
- ggf. Gespräch mit einer/einem Abgeordneten

## SEMINAR: LEBEN IM WORLD WIDE WEB - MEDIENKOMPETENZ ENTWICKELN

Das Leben im World Wide Web ist für die meisten Jugendlichen ein fester Bestandteil ihres Alltags. Handy, Computer, Social Communities - die mediale Lebenswelt Heranwachsender hat sich rasant entwickelt.

Doch damit tun sich auch viele neue Fragen auf: Wie sollte man sich schützen bei Chats, Online-Shopping oder bei der Kommunikation und Selbstdarstellung im Netz? Wann sind Downloads und Tauschbörsen illegal?

Wie bedeutsam sind Meinungsroboter im Internet - werden wir schon manipuliert? Wie schütze ich mich vor jugendgefährdenden Inhalten des Internets? Was tun bei Cybermobbing? Wann droht mein Medienverhalten zur Sucht zu werden?

Das Seminar vermittelt die Grundlagen für einen kompetenten und reflektierten Umgang mit den Medien.







## SEMINARINFOS

- Wie werden Daten gesammelt?
- Wie entstehen Datenspuren?
- Wie geschieht Datenklau und Datenmissbrauch?
- Was ist wichtig beim Datenschutz im World Wide Web?
- Was ist Vorratsdatenspeicherung?
- Was ist eine IP – Adresse?
- Was sind Cookies und wem nützen sie?
- Wo sind Grenzen der Selbstdarstellung und Privatsphäre wichtig?
- Wie sollte man die Wechselwirkung zwischen Politik und Medien kritisch hinterfragen?
- Wie schütze ich mich vor Cybermobbing und Identitätsdiebstahl?
- Wie lauten die Grundregeln der Vorsicht im Netz?
- Wie vermeide ich Kostenfallen beim Handy und im Internet?
- Was ist Internet-Sucht?
- Was sagen die Gesetze (z.B. Bundesdatenschutzgesetz, Telemediengesetz, Recht am eigenen Bild)?

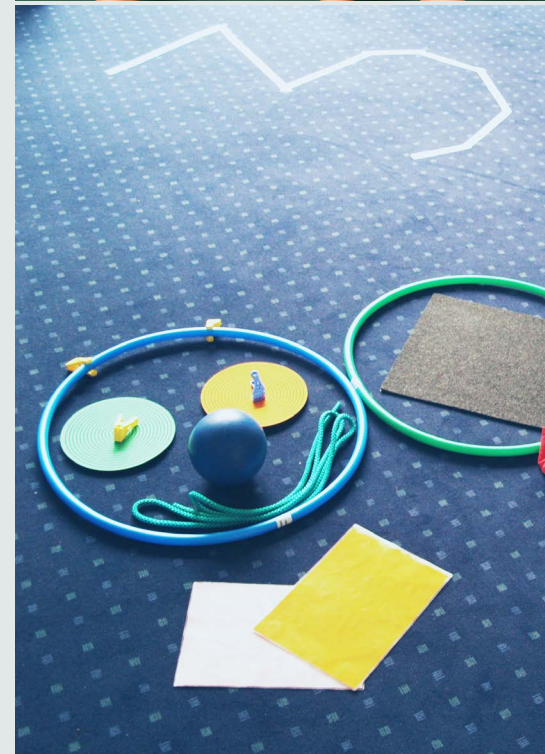
## **SEMINAR: SO WERDE ICH FIT FÜRS LERNEN! TIPPS, TRICKS & FAQs FÜR MEHR SPASS IM SCHULALLTAG**

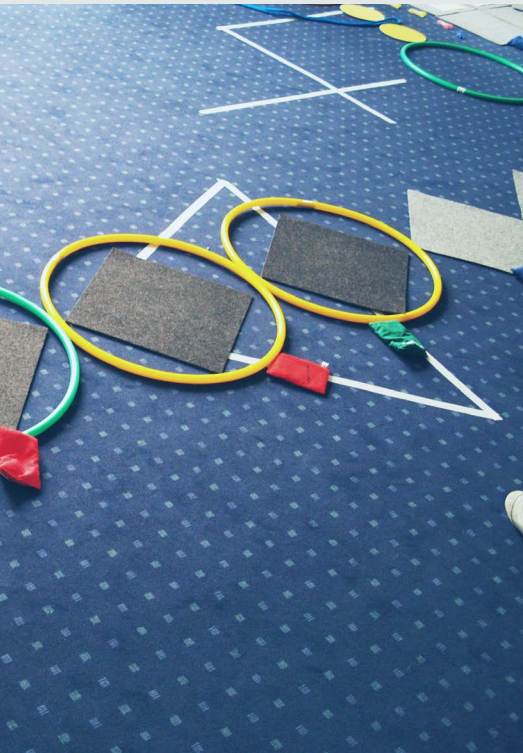
Wem das Lernen leicht fällt, der hat auch mehr Spaß in der Schule. Vielen fehlt aber das Know-how, wie sie sich das Lernen erleichtern und angenehm gestalten können.

Hier hilft das Seminar mit der Vermittlung von erfolgreichen Lern- und Arbeitstechniken, mit Übungen und Spielen zur Verbesserung von Konzentration und Motivation. Schülerinnen und Schüler erfahren Selbstwirksamkeit, können besser mit Prüfungsangst umgehen, meistern Hausaufgaben nach ihrem eigenen Lernrhythmus und können ihre

Arbeiten selbstbewusst und erfolgreich präsentieren.

Wie bereite ich den Lernstoff so auf, dass er möglichst leicht zu bewältigen ist? Welche wichtigen Tipps und Tricks gilt es beim Lernen zu beachten? Wie Sorge ich für die nötige Abwechslung beim Lernen durch verschiedene Lernmethoden sowie durch Sport, Bewegung und Entspannung zwischendurch? Auf all diese Fragen gibt es vielfältige Anregungen und einen kreativen Ideenaustausch.





## SEMINARINFOS

- Meine Stärken - meine Schwächen
- Mein Lerntyp - mein persönlicher Lernstil
- So überwinde ich Lern-, Motivations- und Konzentrationshemmnisse
- Lernstrategien für meinen persönlichen Lerntypus und Lernstil
- Konzentrationstechniken und Gedächtnisübungen
- Mein individueller Lernrhythmus, meine Hausaufgaben-systematik
- Zeit- und Arbeitsplanung - jetzt kann ich das
- So begegne ich Prüfungsangst und Stresssituationen
- Total relaxed: Entspannungstechniken
- Prüfungen und Klassenarbeiten - bestens vorbereitet!
- Ich habe eine Stimme: Methoden der Präsentation und des freien Sprechens, selbstbewusster Einsatz von Körpersprache und Stimme
- Mein Ausgleich zur Schule: Freizeit- und Sportmöglichkeiten, Freunde, Hobbys

## SEMINAR: FITNESS, LIFESTYLE, SELF-TUNING – ALLES ZUM THEMA „GESUNDHEIT, ERNÄHRUNG, BEWEGUNG“

Ein erfülltes Leben wünschen sich sicherlich alle Menschen. Aber nicht jeder Mensch ist sich selbst gut genug. Zu dick, zu dünn, zu lang, zu kurz – so manche/-r beschreitet den Weg zur Selbstoptimierung und riskiert vielleicht sogar mit übertriebenem Fitnesssport oder Diätexperimenten die eigene Gesundheit.

Was aber macht unsere Lebensqualität aus? Welche Rolle sollten dabei Sport, Bewegung und Entspannung spielen? Was trägt die Ernährung

dazu bei? Inwieweit sind Freundschaften, stabile Beziehungen und das soziale Umfeld von Bedeutung? Wie erhält man sich bei bester Gesundheit?

Mit diesen und ähnlichen Fragestellungen beschäftigen sich Jugendliche in dem Seminar.





## SEMINARINFOS

- Verständnis von Gesundheit als körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden
- Esstyp-Test - meine Essgewohnheiten
- Schlaraffenlandbaum, Ernährungspyramide, Ernährungsquiz
- Grundlagen gesunder Ernährung
- Ernährungsformen, alternative Ernährung, Sportler-Ernährung
- Schönheitsideale, Körperkult, Diäten, Essstörungen
- Genussmittel und Alltagsdrogen
- Fitness, Lifestyle, Bodyshaping – was ist gesund und was macht uns krank?
- Bewegung, Sport und Wohlbefinden
- Fitness-Olympiade
- Entspannungstechniken bei Stress
- Work-Life-Balance - Schule/ Beruf und Freizeit im Gleichgewicht



## SEMINAR: EUROPA KREATIV ENTDECKEN – ENTDECKUNGSREISE DURCH EINEN KONTINENT

Was ist für mich Europa? Was verbinde ich im Denken und Fühlen mit Europa, was bedeutet es mir? Wer sich mit diesen Fragen beschäftigt, kann vieles entdecken: andere Mentalitäten, andere Länder aber auch sich selbst als Europäer/-in in einem Kontinent kultureller Vielfalt und kulturellen Reichtums.

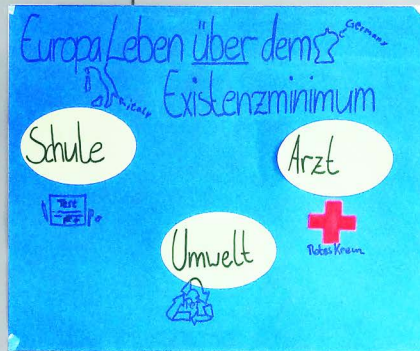
Wichtige Informationen und Diskussionen zum Themenfeld Europa, insbesondere zu Beginn des Seminars, bilden während der Seminarwoche

die Basis für die vielfältige Arbeit in den selbst gewählten Kreativworkshops.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gehen während der Seminarwoche auf eine kreative Entdeckungsreise durch Europa. Mit Tanz, Theater, Musikworkshops, Foto/Video, kulinarischen Eindrücken und vielem mehr wird das Thema „Europa“ erlebt und gelebt.







## SEMINARINFOS

- Europa (Europäische Idee) - wie ist das gedacht?
- Europa...
- ... wie kam das zustande?
- ... wie ist das organisiert?
- ... was heißt das in Zahlen?
- ... was wünsche ich mir von Dir?
- ... wo liegen Deine Grenzen?
- ... was hast Du mir zu bieten?
- ... was kann ich für Dich tun?
- ... wohin soll die Reise gehen?
- ... was ist Deine Vielfalt?
- Europa-Quiz - wer weiß am meisten darüber?

## **SEMINAR: HINSEHEN, HANDELN, HELFEN BEI KONFLIKTEN – EINE AUSBILDUNG ZUM/ZUR KONFLIKTHELFER/-IN**

Was tun, wenn sich ein Streit unter Jugendlichen andeutet oder wenn er gar schon zu eskalieren droht und eine Konfliktlösung durch die Streitenden selbst kaum noch möglich ist? In solchen Fällen wissen ausgebildete Konfliktshelferinnen und Konfliktshelfer genau, was zu tun ist.

In der Ausbildung lernen Jugendliche, Konflikte rechtzeitig wahrzunehmen und entsprechend zu handeln. Sie lernen Reaktionsformen kennen, mit Streit und Aggressionen angemessen umzugehen, Konflikte zu de-

eskalieren ohne sich selbst zu gefährden sowie die Streitenden – falls erforderlich – an eine Schüler/-innen-Streitschlichtung zu vermitteln.

Nach erfolgreich absolvierter Konfliktshelfer/-innen-Ausbildung kann – falls gewünscht – aufgrund der bereits erworbenen Kenntnisse eine Streitschlichter/-innen-Ausbildung in verkürzter Form absolviert werden.





## SEMINARINFOS

- Frühzeitiges Erkennen von Konfliktsituationen
- Prävention und Intervention
- Förderung der Fähigkeit, sich in andere hineinzusetzen
- Situationseinschätzung und Wahl der Interventionsformen
- Kennenlernen adäquater Handlungsmuster für verschiedene Konfliktsituationen
- Regeln erfolgreicher Kommunikation
- Erkennen eigener Wirkungen im Hinblick auf Gestik, Mimik, Körpersprache und Stimme
- Wirkung von sprachlichen Signalen und Beruhigungsformulierungen
- Durchführung von zahlreichen Rollenspielen für den Konfliktinterventionsprozess mit Videoauswertung
- Methoden der Konfliktintervention im Team mit verteilten Aufgaben
- Herstellung von räumlicher Distanz zwischen den Streitenden
- Chancen und Grenzen der Konfliktintervention
- Übungen zur Selbstbehauptung in unüberschaubaren Situationen

## SEMINAR: STREITEN, VERMITTELN, KONFLIKTE LÖSEN - EINE AUSBILDUNG ZUM/ZUR STREITSCHLICHTER/-IN

Streiten gehört zum Alltag und macht auch vor dem Schulleben nicht Halt. Wenn sich ein Streit unter den betroffenen Kontrahenten nicht lösen lässt und sich ein handfester Konflikt daraus entwickelt, wird oftmals das ganze Klassenklima belastet.

In der Streitschlichter/-innen-Ausbildung lernen Jugendliche in Konfliktsituationen ihrer Mitschüler/-innen zu vermitteln und Auseinandersetzungen zu schlichten.

Gemeinsam mit den Streitenden werden in einem Mediationsgespräch faire und tragfähige Lösungen des Konflikts gesucht und erarbeitet. Ziel ist eine einvernehmliche Einigung der Streitparteien.



## Phase 5

Was wird vereinbart?

GENAU + SCHRIFTLICH festhalten:

- WER,
- WAS, WIE
- WANN,
- WO tun will!

⚠ Einfache + neutrale Worte ⚠

### Aufgaben der Schlichter/innen:

- + Alles vorlesen und lesen lassen.
- + Veränderungen? Ergänzungen?
- + Alles verstanden? Alles O.K.?
- + unterschreiben lassen!
- + Notizen vernichten!
- + Vereinbarung abheften + Lehrer informieren

## SEMINARINFOS

- Regeln erfolgreicher Kommunikation
- Übung „Aktives Zuhören“
- Kommunikations- und Gesprächsführungstraining
- Neutralität und Allparteilichkeit im Mediationsprozess
- Grundregeln einer Schlichtung
- Durchführung und Leitung einer Schlichtung
- Rollenspiele für den Mediationsprozess/Durchspielen von Alltagskonflikten
- Videoauswertung von Rollenspielsequenzen
- Chancen und Grenzen einer Mediation, Kennenlernen von alternativen Problemlösungswegen



# SEMINARIUM

BILDUNGSSTÄTTE DER SPORTJUGEND BERLIN





# PRESSIONEN



## **SEMINAR: ICH KANN NICHT MEHR OHNE...! DROGEN- UND SUCHTPRÄVENTION BEI JUGENDLICHEN**

SUCHT kann viele Gesichter haben. Die einen können nicht mehr ohne ihr Handy, die anderen brauchen die tägliche Shisha, wieder andere können nicht ohne exzessives Shopping und einige kommen nicht mehr ohne Internet, Computerspiele, Alkohol oder Nikotin aus. Auch härtere Drogen wie zum Beispiel Crystal Meth, Kokain oder Heroin sind unter manchen Jugendlichen verbreitet.

Was macht uns süchtig? Was treibt uns in die Abhängigkeit und wo gibt es einen Ausweg, wenn es bereits

passiert ist? Wie sage ich nein, wenn alle mich bedrängen? Wie stelle ich fest, ob die Sucht mich bereits fest im Griff hat? Wie bleibe ich stark?

In dem Seminar werden die Erscheinungsformen und Ursachen von Sucht und Abhängigkeit vorgestellt und diskutiert sowie Wege zur Vermeidung und Behandlung von Süchten aufgezeigt.



ALCOHOL  
PORNOGRAPHIE  
MAGERSUCHT  
ZIGARETTEN  
SUCHT

## SEMINARINFOS

- Rein in die Sucht, raus aus der Sucht - der Weg in die Abhängigkeit, der Weg aus der Abhängigkeit
- Fallbeispiele zu verschiedenen Suchterkrankungen
- Ich war süchtig - Gespräch mit einem Aussteiger/einer Aussteigerin
- Rollenspiele zum Thema „Nein sagen“
- Ganz schön krass – mein Spaziergang mit der „Rauschbrille“
- Was tun, wenn Freunde oder Angehörige gefährdet oder gar abhängig sind?
- Exkursion zu einer Drogenberatungsstelle, Information zu Hilfsangeboten
- Alternativen zur Sucht – Kennenlernen attraktiver Sport- und Freizeitmöglichkeiten

## **SEMINAR: SCHULE GESTALTEN – FÜR MEHR DEMOKRATIE UND MITBESTIMMUNG! EIN SEMINAR FÜR SCHÜLERVERTRETER/-INNEN**

Mit einem Amt als Klassensprecher/-in, Jahrgangssprecher/-in oder Schülersprecher/-in sind vielfältige Aufgaben und Anforderungen sowie hohe Erwartungen seitens der Schüler- und Lehrerschaft verbunden.

Um sich auf kommende Aufgaben optimal vorzubereiten, hilft es sehr, sich losgelöst vom regulären Schulalltag in der Klausuratmosphäre einer Jugendbildungsstätte zusammen mit anderen SV-Vertreter/-innen austauschen zu können.

In dem Seminar werden Kenntnisse aus dem Bereich des Schulrechts sowie kommunikative, soziale und organisatorische Fähigkeiten (z.B. zur Vorbereitung und Leitung einer SV-Sitzung) vermittelt. Auch ein Team- und Selbstsicherheitstraining sowie die Beschäftigung mit schulischen Konflikten und deren konstruktiven Bewältigung stehen auf dem Programm.

Je nach Interesse und aktueller Schulsituation können weitere The-

menbereiche bearbeitet werden, z.B. die Vorbereitung von Schulprojekttagen, Überlegungen zur Gestaltung und Pflege einer SV-Webseite, das Erlernen von überzeugenden Strategien zur Durchsetzung der Interessen von Schülerinnen und Schülern in der Schulkonferenz und vieles mehr.



## SEMINARINFOS

- Rechtliche Grundlagen der SV-Arbeit
- Mitwirkungsmöglichkeiten der Schüler/-innen-Vertretung im Schulalltag
- Grundlagen der Kommunikation in Theorie und Praxis
- Erlernen von Gesprächstechniken
- Konfliktlösungsstrategien und diplomatische Intervention
- Rollenspiele zu ausgewählten Problemsituationen im Schulalltag
- Zeitmanagement, effektive Arbeitstechniken, Aufgaben-delegation
- Präsentationstechniken, Öffentlichkeitsarbeit
- Wahrnehmungsschulung, Teamtraining
- Ideenwerkstatt zur Organisation von Projekttagen und Schulfesten
- Rhetorik-Schulung



## **SEMINAR: WIR WERDEN EIN SUPERTEAM! SOZIALKOMPETENZTRAINING FÜR JUGENDLICHE**

Ob in der Schule, am Arbeitsplatz oder in der Freizeit – überall, wo Menschen eine Gemeinschaft bilden, funktioniert vieles besser, wenn ein respektvoller Umgang gelingt und wenn Verlässlichkeit und Vertrauen die Basis des Zusammenlebens bilden statt Ellenbogenmentalität und Egoismus.

In dem Seminar lernen Jugendliche, die Vorteile von Teamarbeit kennen. Gemeinsam werden soziale Kompetenzen wie Teamgeist, Einfühlungsvermögen, Gesprächs- und Hilfsbe-

reitschaft, gute Zusammenarbeit sowie Fairness und Konfliktfähigkeit trainiert.

Viele abenteuerliche Spiele, gemeinsame Aktionen im Niedrigseilgarten der Bildungsstätte und Übungen, in denen nur kooperative Gruppen zum Ziel kommen, helfen dabei, die eigenen Fähigkeiten weiter zu entwickeln und zu einem Superteam zu werden.





## SEMINARINFOS

- Was ist mir wichtig - was ist wichtig fürs Team?
- Reden ist Silber, Schweigen ist Gold! Stimmt das auch für die Teamarbeit?
- Wie sehe ich mich selbst und wie sieht mich das Team?
- Wie kann ich richtig gut zuhören und auch anderen Feedback geben?
- Was spielt eine Rolle, wer spielt eine Rolle in einem guten Team?
- Hinsehen und helfen oder wegsehen? Wie verhalte ich mich bei Konflikten im Team?
- Alle zusammen oder jede/r für sich – wie organisieren wir uns im Team?
- Kann ich mich verlassen oder bin ich verlassen im Team?
- Wir entscheiden alle demokratisch – geht das?

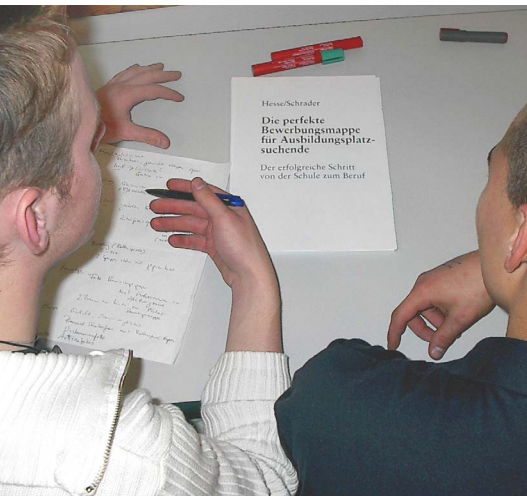
## **SEMINAR: SCHULE BEENDET – WAS NUN? EIN SEMINAR ZUR UNTERSTÜTZUNG DER BERUFSORIENTIERUNG**

Der Übergang von der Schule ins Berufsleben ist ein entscheidender Schritt in der Entwicklung eines jeden Menschen. Dennoch verlassen immer wieder Jugendliche die Schule ohne konkretes Ziel oder eine Perspektive zu haben, wie es danach weitergeht.

Für eine gute Planung der zukünftigen Berufsstarts ist es wichtig, schon frühzeitig mit der Erkundung von Ausbildungsmöglichkeiten, der Sammlung von Informationen und dem Knüpfen von Kontakten zu beginnen.

Das Seminar bietet jungen Menschen die Möglichkeit einer fundierten Vorbereitung auf den Übergang ins Berufsleben. Dazu gehören Hilfestellungen zur Reflexion beruflicher Wunschvorstellungen, die Erarbeitung möglicher beruflicher Alternativen, das Training von Schlüsselqualifikationen, die Unterstützung bei der Selbstvergewisserung eigener Stärken, die Stärkung des Selbstbewusstseins und des überzeugenden Auftretens sowie das Erlernen des Know-hows zur erfolgreichen Bewerbung.

Ziel des Seminars ist die optimale Vorbereitung der Jugendlichen auf den Übergang von der Schule ins Berufsleben. So wird für jeden teilnehmenden Jugendlichen ein konkreter Handlungsplan zur Umsetzung der individuellen Bewerbungsinitiativen für die Zeit nach dem Seminar erarbeitet.



## SEMINARINFOS

- Wie sehe ich mich selbst und wie sehen mich die anderen?
- Was ist mir wirklich wichtig im Leben, welche persönlichen Wünsche und Ziele habe ich?
- Was kann ich gut, wo bin ich beständig und ausdauernd?
- Welche Berufsfelder kommen für mich in Frage?
- Wo liegen meine Stärken bei den sozialen Kompetenzen, woran muss ich evtl. noch arbeiten?
- Wie bewusst ist mir meine Körpersprache, wie setze ich sie am besten ein?
- Wie mache ich meine verbale Kommunikation wirkungsvoller?
- Wie wirke ich auf Außenstehende, wie kann ich eine positive Wirkung erreichen?
- Wie optimiere ich meine Bewerbungsunterlagen?
- Was kommt im Bewerbungsgespräch auf mich zu, wie bereite ich mich bestens vor?
- Wie verhalte ich mich optimal im Bewerbungsgespräch?
- Wie gehe ich souverän mit Stress um?



## **SEMINAR: DIE WELT, IN DER WIR LEBEN MITVERANTWORTUNG – NACHHALTIG SOZIAL UND ÖKOLOGISCH HANDELN**

Wir werden hineingeboren in die Welt, in der wir leben. Und je länger wir in ihr leben, desto größer wird unsere eigene Verantwortung für diese Welt. Wir stehen in der Verantwortung, sie zu einem lebenswerten Ort mitzugestalten.

Ein Blick auf die täglichen Nachrichten zeigt uns – das ist nicht einfach:

- Der Klimawandel und die damit verbundenen Naturkatastrophen betreffen alle Menschen.

- Die Menschenrechte werden in vielen Entwicklungsländern ignoriert: Kinderarbeit, Lohndumping, gefährliche Arbeitsbedingungen – all das, nur damit in den westlichen Industriestaaten alle billig einkaufen können?
- Millionen Menschen sind auf der Flucht – Krieg, Verfolgung und unmenschliche Lebensverhältnisse treiben sie aus ihren Heimatländern.

Was kann jede/r einzelne von uns tun, um diese Welt nachhaltig zu schützen, zu erhalten und zu verbessern? Diesen Fragen wird im Seminar nachgegangen.

Die jeweilige inhaltliche Schwerpunktvertiefung wird vor dem Seminar je nach Interesse mit der jeweiligen Teilnehmendengruppe abgestimmt.



## SEMINARINFOS

- Konsum – Einflussfaktoren und Folgen
- Verbraucherbewusstsein und Kaufentscheidungen
- Menschenrechte als Grundlage unserer Verfassung
- Unternehmen zwischen Verantwortung und Freiheit
- Möglichkeiten, dem Klimawandel entgegenzuwirken
- Idee und Umsetzung von Corporate Social Responsibility (CSR)
- Arbeits- und Lebensbedingungen bei uns und in der dritten Welt
- „Social Washing“ und „Green Washing“
- Missstände, die durch das Billigpreis-Konzept entstehen
- Bewahrung und Schonung der natürlichen Lebensgrundlagen
- ökologische Fußabdrücke erstellen
- Flucht vorbeugen – Geflüchteten helfen – wie?

## **SEMINAR: TYPISCH MANN? TYPISCH FRAU? TYPISCH WIE? EIN VIDEOPROJEKT ZUR GESCHLECHTSIDENTITÄT UND SEXUELLEN ORIENTIERUNG**

Vom Mädchen zur Frau, vom Jungen zum Mann - kein leichter Weg. Und was ist mit denjenigen Jugendlichen, die sich als fremd in ihrem eigenen Körper empfinden oder aufgrund biologischer Merkmale nicht eindeutig dem weiblichen oder männlichen Geschlecht zugeordnet werden können?

Seine Geschlechtsidentität und sexuelle Orientierung zu finden und sie selbstbestimmt zu leben, ist komplizierter als viele denken. Nicht weniger einfach ist es, seine Rolle als Frau oder Mann oder als Person

anderen Geschlechts zu finden mit allem, was an gesellschaftlichen Erwartungen mit diesen Rollen verbunden ist.

In einem selbst gestalteten Video-Projekt soll allen Fragen in diesem Zusammenhang nachgegangen werden. Befragen kann man sich selbst, aber auch die Mitschüler/-innen oder Arbeitskolleginnen und -kollegen sowie Erwachsene und Experten.

Neben eigenen Fragestellungen und Sichtweisen wird es in diesem Zusammenhang auch darum gehen:

- Wie sind unsere Rollenbilder geschichtlich gewachsen?
- Wie unterscheiden sich Rollenbilder und Familienstrukturen in verschiedenen Kulturen?
- Wie kann man sich von Rollenerwartungen befreien, die man selbst als belastend empfindet?
- Welche Erwartungen und Wunschvorstellungen haben wir an unsere Gesellschaft und die Politik?

Ziel des Seminars ist die Produktion einer Video-Dokumentation, die Mut macht, dem eigenen Lebensgefühl nachzugehen.



## SEMINARINFOS

- Rollenbilder im gesellschaftlichen Wandel
- Kulturelle Rollenzuschreibungen
- Erkennen alternativer Rollenbilder
- Transgender/transsexuell/intersexuell/queer - was ist was?
- Reflexion des eigenen Rollenverständnisses
- Akzeptanz geschlechtlicher und sexueller Vielfalt
- Umgang mit Diskriminierung aufgrund sexueller Orientierung
- Experteninterviews, Passantenbefragungen
- Videoproduktion: Konzept, Dreh, Schnitt, Kommentierung

## SEMINAR: THEATER, KUNST, MUSIK, PERFORMANCE – EXPRESS YOURSELF

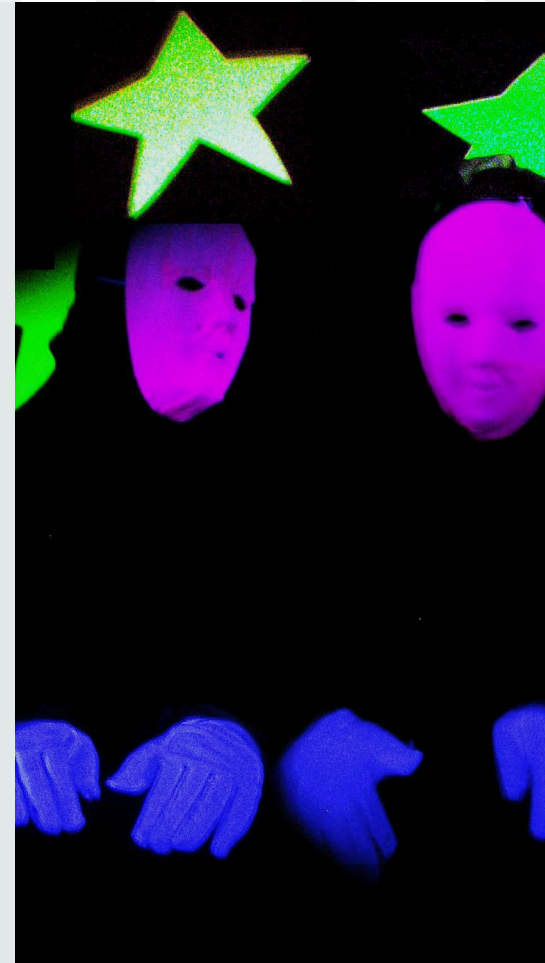
Einfach mal ganz befreit kreativ sein dürfen – das bleibt sonst nur Künstler/-innen vorbehalten.

Während der Seminarwoche erhalten Jugendliche diese Möglichkeit. Sei es in einem Theaterprojekt, in einer Musik- oder Tanz-Produktion oder auch in einem Kunst-Performance-Happening.

Was junge Menschen in ihrer Alltags- und Lebenswelt bewegt, wird zum künstlerischen Thema, z.B. ihre

Wünsche, ihre Befürchtungen und Ängste, ihre Hoffnung und Zuversicht, hier können Jugendliche all dies kreativ der Welt präsentieren, ohne dass ihnen jemand hineinredet.

Das Seminar fördert die Entfaltung von Kreativität, Spontanität sowie Phantasie und unterstützt die konstruktive Zusammenarbeit in der Gruppe.







## SEMINARINFOS

- Theater: Schritt für Schritt die Kunst des Spontantheaters kennenlernen, dabei gut abheben und immer wieder sicher auf den Beinen landen - oder dem Schultheater-Projekt einen kreativen Anstoß geben
- Kunst: von der Miniaturfigur bis zur gemeinsam erstellten Riesencollage – eigene Ideen sind gefragt!
- Musik: von der Idee bis zur CD – Songproduktion in unserem Tonstudio
- Schwarzlichttheater: Licht und Schatten für eine aufsehenerregende Show
- Tanz: vom ersten Schritt bis zur Präsentation – Choreografie und Performance
- Theatersport: Wir improvisieren und kämpfen um die Gunst des Publikums

## SEMINAR: BLEIB' COOL!

### KONFLIKTE DEESKALIEREND UND KONSTRUKTIV LÖSEN

Gewalt, aggressives Verhalten, körperliche Übergriffe, Mobbing, Cybermobbing und verbale Diskriminierungen, all das wird im Alltag immer noch als Mittel der Konflikt austragung eingesetzt. Selbst Jugendliche, die eigentlich gegen den Einsatz von Gewalt und Diskriminierung sind, wissen sich oft nicht anders zu helfen, als selbst diese unfairen Methoden anzuwenden.

In dem Seminar werden in Mitspieltheateraktionen und Rollenspielen Deeskalations- und Konfliktlösungsmöglichkeiten eingeübt, auch und gerade im Hinblick auf Situationen,

in denen Jugendlichen der Verzicht auf den Einsatz von Gewalt und Diskriminierung schwerfällt.

Die Themenbereiche orientieren sich an der Lebenswelt der Jugendlichen. Aus dem Fundus der von den Jugendlichen selbst zusammengetragenen konkreten Konflikte ihres Alltags werden typische Situationen beispielhaft bearbeitet. So werden Deeskalationsmöglichkeiten trainiert und konstruktive Konfliktlösungen für den späteren Einsatz in problematischen Situationen im alltäglichen Leben eingeübt.





## SEMINARINFOS

- Ursachen von Gewalt
- Erscheinungsformen von Gewalt
- Konfliktlösungsstrategien in Theorie und Praxis
- Kommunikations- und Kooperationstraining
- Rollenverteilung in Gruppen, Umgang mit Gruppendruck und Gruppenzwang
- Erlernen entwaffnender Worte und Gesten
- Rollenspiele zum Thema
- Konfliktlösungsmöglichkeiten, ggf. Videoaufzeichnungen gelungener Konfliktlösung
- Gewaltprävention an der Schule - Einblick in Notfallpläne
- Mitspieltheater zur konstruktiven Konfliktlösung
- Entspannungs- und Körperwahrnehmungsübungen

## **SEMINAR: FIT IN DIE AUSBILDUNG - EIN SEMINAR FÜR AUSZUBILDENDE AM BERUFSANFANG**

Wer Sport ausübt, z.B. im Sportverein, orientiert sich an Werten und Zielen, die auch für die Ausbildungszeit bedeutsam sind: körperliche und geistige Fitness, Teamgeist und Gemeinschaftssinn, Ausdauer und Durchhaltevermögen, Verlässlichkeit, Selbstorganisation, Leistungswille und Konfliktfähigkeit.

Das Seminar beschäftigt sich mit unterschiedlichen Themenstellungen und Anforderungen, die für die Absolvierung einer Ausbildung von zentraler Bedeutung sind. Neben der Thematisierung des Zusammenhangs von Gesundheit, Bewegung,

Ernährung und Sport im Hinblick auf die Lebensqualität und die persönliche Leistungsfähigkeit werden Schlüsselqualifikationen, die im Rahmen einer Ausbildung hilfreich sind, gefördert und trainiert.

Während der Seminarwoche werden verschiedene Teamsportarten praktisch erlebt, Entspannungsübungen erlernt, gesunde Mahlzeiten selbst zubereitet und weitere Informationen und Übungen für eine gesundheitsbewusste Lebensweise vermittelt. Während eines Kommunikations- und Konfliktlösungs- trainings wird in Rollenspielen der

konstruktive Umgang mit Konflikten trainiert. Dabei werden Probleme und Schwierigkeiten, welche die Jugendlichen als relevant für ihre Ausbildung ansehen, thematisch aufgegriffen, diskutiert und in Rollenspielsequenzen alltagstaugliche und praktikable Konfliktlösungen erarbeitet.

Solidarisches Handeln und die Kooperation im Team wird während der gesamten Seminarwoche durch verschiedene Interaktionsübungen gefördert, z.B. durch ein Training im Kooperationsparcours des Niedrigseilgartens der Bildungsstätte.



## SEMINARINFOS

- Gesprächs- und Argumentationstraining
- Kommunikationsübungen: Aktives Zuhören, Feedbackregeln etc.
- Mitteilungsmöglichkeiten Auszubildender
- Verständnis von Gesundheit als körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden
- Gesunde Ernährung, Essgewohnheiten und Ernährungsformen
- Bewegung und Wohlbefinden
- Stressbewältigung und Entspannung
- Selbst- und Fremdwahrnehmung, Rollenbilder
- Formen der Teamarbeit und Kooperation
- Umgang mit Konflikten im Berufsleben, kooperative Konfliktlösung
- Fitness, Bewegung und Sport
- Mein Leben in der Balance



## **SEMINAR: AUSBILDUNG ZUR SPORTASSISTENTIN/ ZUM SPORTASSISTENTEN**

Diese Ausbildung wendet sich an sportinteressierte Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren, die im Sportverein oder an der Schule als Assistent/-in von Übungsleiterinnen oder Übungsleitern Sportangebote für Kinder oder Jugendliche mit anleiten möchten.

In Form eines Kompaktlehrgangs in der Bildungsstätte der Sportjugend Berlin werden grundlegende Kenntnisse zur Organisation, Planung und Durchführung von Sportstunden sowie zur Eventorganisation vermittelt.

Während der Ausbildung werden in Form von Sportschnupperangeboten attraktive Sportarten praktisch erlebt sowie viele Anregungen und Ideen für die breitensportlich orientierte Umsetzung mit Kinder- und Jugendgruppen gegeben.





## SEMINARINFOS

- Pädagogische Grundlagen für die Anleitung von Kinder- und Jugendgruppen
- Interaktionsspiele zur Förderung der Teamarbeit im Sport
- Sportangebote für Groß- und Kleingruppen
- Schnupper-Workshops zu ausgewählten Sport- und Praxis-einheiten
- Biologisch-medizinische Grundlagen des sportlichen Trainings
- Grundlagen des Konflikt-managements
- Freizeitsportorientierte Wettbewerbsformen (Turniere, Parcours, Rallyes)
- Sportstunden zum Erleben
- Sportsfun und Action – sportartenübergreifende jugendgemäße Angebote
- Planung und Durchführung einer Outdoor-Exkursion
- Sicherheitsaspekte und Erste Hilfe im Sport

## SEMINAR: AUSBILDUNG ZUR JUGENDGRUPPENLEITERIN/ ZUM JUGENDGRUPPENLEITER

Diese Ausbildung kann von engagierten Jugendlichen ab dem 16. Lebensjahr absolviert werden und qualifiziert für die Betreuung in der allgemeinen und sportlichen Jugendarbeit. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwerben Kompetenzen für den verantwortlichen Umgang mit Kinder- und Jugendgruppen.

Im Mittelpunkt der Qualifizierung stehen pädagogische, rechtliche und organisatorische Grundlagen der Jugendarbeit. Außerdem werden Basiskompetenzen für die Organi-

sation und Durchführung vielfältiger Veranstaltungen in der Jugendarbeit vermittelt.

Nach erfolgreich absolvierter Ausbildung kann bei Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (derzeit 9 LE, maximal zwei Jahre zurückliegend) sowie bei aktiver Tätigkeit in der sportlichen Jugendarbeit die Jugendgruppenleiter/-innen-Card (JuleiCa) erworben werden.





## SEMINARINFOS

- Pädagogische Grundlagen der Jugendarbeit
- Formen der Teamarbeit
- Grundregeln erfolgreicher Kommunikation
- Umgang mit Konflikten
- Rechtsgrundlagen in der Jugendarbeit (Kinder- und Jugendschutzbestimmungen, Aufsichts- und Haftungsrecht etc.)
- Methoden der allgemeinen, musisch-kulturellen und sportlichen Jugendarbeit
- Mitbestimmung und Partizipation in der Jugendarbeit
- Moderationstechniken, Feedbackregeln
- Organisation von Sport- und Spielfesten
- Kreative Spielformen in der Jugendarbeit
- Interkulturelle Jugendarbeit, Diversitätsbewusstsein und Kultursensibilität

## **SEMINAR: AUSBILDUNG ZUR ÜBUNGSLEITERIN/ZUM ÜBUNGSLEITER | BREITENSport (SPORTARTÜBERGREIFEND) SCHWERPUNKT KINDER UND JUGENDLICHE - (DOSB-C-LIZENZ)**

In diesem Aufbaulehrgang (70 Lehrgangseinheiten á 45 Minuten) erwerben engagierte Jugendliche ab 17 Jahren und junge Erwachsene sowie pädagogische Fachkräfte aus Kindertagesstätten, Schulen oder Jugendeinrichtungen die Kompetenz, eigenständig Sportangebote für Kinder und Jugendliche zu planen, durchzuführen und auszuwerten.

Der Lehrgang vermittelt praxisorientierte Modelle und Methoden der Gesundheits- und Bewegungsförderung im Vor- und Grundschulalter.

Zudem werden jugendkulturelle und Breitensportbezogene Trends im Breitensport thematisiert.

Eine Vergabe der DOSB-C-Lizenz ist ab Vollendung des 18. Lebensjahrs möglich. Weitere Voraussetzungen sind der Nachweis einer Erste-Hilfe-Ausbildung, die Absolvierung eines Basislehrgangs an der Sportschule des Landessportbundes (61 LE), eine regelmäßige und aktive Lehrgangsteilnahme sowie die erfolgreiche Absolvierung einer Lehrprobe beim Aufbaukurs.

Für Teilnehmer/-innen, die nicht Mitglied in einem Berliner Sportverein sind, kann statt der DOSB-Lizenz eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt werden.





## SEMINARINFOS

- Pädagogische, entwicklungspsychologische und rechtliche Grundlagen für den Umgang mit Kinder- und Jugendgruppen
- Grundlagen der Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen
- Praxisangebote der Bewegungserziehung und Psychomotorik im Kleinkind-, Vorschul- und Grundschulalter
- Biologisch-medizinische Grundlagen des sportlichen Trainings
- Parcours und Wettbewerbsformen zur Entwicklung von motorischen Basiskompetenzen und koordinativen Fähigkeiten
- Team- und Sozialkompetenztraining
- Einführung in Trendsportarten
- Methodik und Didaktik für die Planung, Durchführung und Auswertung von Sportstunden

## **SEMINARE: AUS- UND FORTBILDUNG FÜR MULTIPLIKATORINNEN UND MULTIPLIKATOREN AUS DEM JUGENDBEREICH DES SPORTS SOWIE VON PÄDAGOGISCHEN FACHKRÄFTEN**

Das Bildungsprogramm der Bildungsstätte der Sportjugend Berlin umfasst neben den Seminarangeboten der außerschulischen Jugendbildung auch ein vielfältiges und interessantes Qualifizierungsangebot für die unterschiedlichen Handlungsbereiche und Einsatzfelder im Jugendbereich des Sports. Mit unserem differenzierten Aus- und Fortbildungsprogramm werden zeitgemäße und interessante Themen der Jugendarbeit vermittelt und junge Menschen für die Übernahme verantwortlicher Tätigkeiten

motiviert und qualifiziert. In praxisorientierten Seminaren werden vielfältige Anregungen und Impulse für die alltägliche Arbeit mit Kindern und Jugendlichen gegeben.

Im Themenfeld der Gesundheits- und Bewegungsförderung von Kindern und Jugendlichen bieten wir ein umfassendes Programmangebot für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus Sportvereinen und -verbänden sowie für pädagogische Fachkräfte aus Kindertagesstätten und Schulen. Die praxisorientierten

Seminare vermitteln vielfältige Impulse und Handlungsanregungen für eine altersgerechte Bewegungsförderung. Auch der Bereich des ganzheitlichen bewegten Lernens nimmt einen besonderen Stellenwert ein.

Ausführliche Informationen zu diesen Qualifizierungsangeboten sind unter [www.bildungsstaette-berlin.de](http://www.bildungsstaette-berlin.de) oder [www.sportjugend-berlin.de](http://www.sportjugend-berlin.de) bzw. über unser jährlich erscheinendes Lehrgangsprogramm erhältlich.



## ANGEBOTE / THEMENBEISPIELE

(exemplarischer Auszug):

- Übungsleiter/-in-Ausbildung Breitensport (sportartübergreifend), Schwerpunkt Kinder und Jugendliche (DOSB-C-Lizenz), vgl. S. 50/51
- Modularisierte Übungsleiter/-in-Ausbildung Sport im Ganztags - Sek. I (DOSB-B-Lizenz)
- Modularisierte Zertifikatsausbildung Bewegungserziehung-Psychomotorik
- Grundlagen- und Zertifikatskurse Abenteuersport und Erlebnispädagogik
- Lernorte sind Bewegungsorte – Bewegungsangebote in Gruppen- und Klassenräumen
- Yoga mit Kindern
- Yoga mit Jugendlichen
- Wege zum HipHop – Tanzchoreografien für den Einsatz im Kinder- und Jugendbereich
- Selbstbehauptung mit Kindern und Jugendlichen trainieren – eine Form der Gewaltprävention
- Soziales Lernen im Ganztags der Sek I mit Sport und Bewegung
- Gesundheitsförderung für Kinder durch Bewegung und Entspannung
- Neue Ballspiele für Kinder und Jugendliche
- Sprache spielend in Bewegung fördern

## KONTAKT | SEMINARANFRAGEN

Bildungsstätte der Sportjugend Berlin  
Hanns-Braun-Straße, Haus 27  
14053 Berlin

☎ 030/3000 71 - 3 (Zentrale)

☎ 030/3000 71 - 59

✉ bildungsstaette@sportjugend-berlin.de

🌐 [www.bildungsstaette-berlin.de](http://www.bildungsstaette-berlin.de)

🌐 [www.sportjugend-berlin.de](http://www.sportjugend-berlin.de)

Die Bildungsstätte der Sportjugend Berlin wird  
anteilig von der Senatsverwaltung für Bildung,  
Jugend und Familie gefördert.

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Sportjugend im Landessportbund Berlin e.V.  
Jesse-Owens-Allee 2  
14053 Berlin

**Texte:** Margit Herczeg, Peter Holtgrave

**Fotos:** Bildungsstätte der Sportjugend Berlin, fotalia, Brigitte Fuchs

**Produktion:** Claus Frömming

**Layout | Bildbearbeitung:** Gundi Secker

**V.i.S.d.P.:** Jürgen Stein

© Sportjugend im Landessportbund Berlin e.V.









LERNEN FÜRS LEBEN



**BILDUNGSSTÄTTE DER SPORTJUGEND BERLIN**