

Behinderten-und Rehabilitations-Sportverband Berlin e.V.  
Fachverband für Rehabilitation durch Sport

# Informations broschüre für Vereine

Schulung Übungsleitungs-Assistenz



## Einleitung

Liebe Vereine und Vereinsvertreter:innen,

Ziel dieser Schulung ist es, die Teilnehmenden (kurz: TN) in die Sportvereine zu bringen und ihnen die Möglichkeit zu geben, dort als Übungsleitungs-Assistenz (kurz: ÜL-A) tätig zu werden. Unser Motto **Ungehindert. Mittendrin** soll den Menschen die Möglichkeit geben, nicht nur Mitglied in einem Sportverein zu sein, sondern auch den Sport aktiv mitzugestalten. Daher möchten wir mit Ihnen gemeinsam Ihren Verein inklusiver gestalten und den Teilnehmenden Perspektiven aufzeigen, wie sie in Ihrem Sportverein als ÜL-A aktiv werden können.

## Das Projekt

Im Rahmen der **Mission Inklusion** wurde das Projekt der Übungsleitungs-Assistent\*innen-Schulung im Jahr 2019 durch uns, den Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Berlin e. V. (kurz: BSB) entwickelt und zum ersten Mal umgesetzt. Im Jahr 2021 entstand durch die Vorbereitungen auf die Special Olympic World Games 2023 das **Nachhaltigkeitsprogramm – Inklusion'23**, welches über den Senat gefördert wurde.

Der Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Berlin e. V. veranstaltet seit 2019, zwei Mal jährlich diese Schulung. Im Jahr 2023 haben wir dann in Zusammenarbeit mit dem Landessportbund Berlin e.V. (kurz: LSB) und Special Olympics Berlin (kurz: SOB) das Schulungskonzept weiterentwickelt. Ziel ist es, in Berlin mehr Aus- und Weiterbildungsangebote zum Thema Inklusion, Bewegung und Sport zu schaffen.

### **Was wollen wir in der Schulung erreichen?**

Es sollen mehr Menschen mit Behinderung (oder andere von Ausgrenzung betroffene) zu Akteur\*innen in dem Prozess **Inklusion im Sport** geschult werden. Das bedeutet, mehr Menschen mit Beeinträchtigungen (oder anderen von Ausgrenzung Betroffenen) zu ÜL-A auszubilden oder für andere Tätigkeiten im Verein zu gewinnen.

Zudem bildet der BSB mehr Menschen mit Beeinträchtigungen (oder Andere von Ausgrenzung Betroffene) zu Dozenten\*innen oder Tutoren\*innen aus. Damit wollen wir unser eigenes Lehrteam noch vielfältiger und inklusiver aufstellen.

## Die Aufgaben

### *Was macht eine ÜL-A im Verein?*

- › Assistent\*innen arbeiten mit den Übungsleitungen und Trainer\*innen als Team zusammen
- › Assistent\*innen können in einer Übungsstunde unterstützen, assistieren und organisieren
- › Sie können in Absprache mit der leitenden Person kleinere oder auch größere Aufgaben in der Übungsstunde erledigen
- › Wenn die ÜL-A schon mehr Erfahrung hat, kann sie auch eigenverantwortlich Aufgaben übernehmen, erledigen oder auch anleiten

### *Welche Aufgaben kann eine ÜL-A ausführen?*

Die Assistent\*innen begrüßen die TN der Sportgruppe in jeder Stunde. Sie erfragen, wie es den Personen geht und bitten darum, dass sich niemand überanstrengen soll und, dass alle im eigenen Tempo arbeiten sollen. Die ÜL-A können z. B. selber oder mit anderen TN die Sportmaterialien organisieren, die in der Stunde gebraucht werden.

Die ÜL-A müssen es auch nicht allein machen. Sie können auch fragen, ob jemand helfen möchte oder sie bestimmen, ob jemand mithelfen soll. Sie können dabei die anderen Teilnehmenden leiten und lenken.

Sie können auch Übungen vormachen, die die TN dann nachmachen. Als ÜL-A sind sie auch in der Lage, die Anweisungen „richtig“ vorzumachen und dazu zu sprechen und zu erklären, damit die anderen verstehen, was sie tun sollen. Das kann man aber auch üben und lernen. Das muss eine ÜL-A nicht sofort können.

Die ÜL-A kann kleine Spiele erklären und anleiten, sie kann auch Schiedsrichter oder Schiedsrichterin sein. Dabei müssen auch Entscheidungen getroffen werden. Sie sind in der Lage gut aufzupassen und zu erklären. Sie kann helfen und assistieren, wenn sich jemand verletzt. Dazu müssen sie auch wissen, wo der 1.-Hilfe-Kasten ist.

## Die Teilnehmenden

### *Wer kann an den Assistent\*innen-Schulungen teilnehmen?*

Der BSB, der LSB und SOB möchten mit der ÜL-A-Schulung auch die Menschen erreichen, die z.B. jünger als 18 Jahre alt sind. Wir wollen insbesondere die Menschen mit unserer Schulung ansprechen, die auf Grund eines Handicaps bzw. einer Behinderung (z.B. einer intellektuellen Beeinträchtigung, einer psychischen Beeinträchtigung oder einer körperlichen Beeinträchtigung) nicht an einer Übungsleitungsfortbildung teilnehmen können oder wollen, oder damit erst später beginnen wollen. Die ÜL-A-Schulung wird als Vorstufe zur Qualifikation einer DOSB-Übungsleitung-Lizenz angesehen, daher kann nach dem Absolvieren der Schulung eine Teilnahme-Urkunde – aber keine Lizenz – ausgegeben werden.

Sinnvolle Voraussetzungen zur Teilnahme an der Schulung:

- > Die TN sollen Spaß am Sport und Bewegung mitbringen
- > Sie müssen nicht sportlich sein, aber der Sport sollte sie interessieren
- > Sie sollten entsprechend ihrer Stärken und Fähigkeiten dazu bereit sein, Neues zu lernen
- > Anmelden können sich Menschen mit geistiger Behinderung, aber auch Menschen die gern mit Menschen mit geistigen Beeinträchtigungen arbeiten oder auch mit andere psychischen Erkrankungen.
- > Die TN können nach Voranmeldung eine Begleitperson mitbringen, auch diese muss sich anmelden.





## Der Ablauf

- › Die Schulung beinhaltet aktuell vier Ausbildungstage in einer barrierefreien Sporthalle.
- › Die Ausschreibung und das Anmeldeformular für die Teilnehmenden sowie einer Begleitpersonen stehen in Alltagssprache und Leichter Sprache zur Verfügung.
- › Der Lehrgang wird hauptsächlich von einem Referenten veranstaltet, in Mitarbeit und Kooperation der Teilnehmenden.
- › Der Lehrgang findet in einer Gruppe mit maximal achtzehn TN statt.
- › Die Lehrgangsmaterialien und Lehrgangsinhalte werden zielgruppengerecht in einfacher Sprache vermittelt.
- › Die Inhalte des Lehrgangs werden vorrangig für die Teilnehmenden mit geistiger Behinderung/ Beeinträchtigung konzipiert.
- › Information zum Lehrgang (z.B. Anmeldebestätigung, Einladungsschreiben) erhalten die Teilnehmenden über ihre Mailadresse oder die Mailadresse der Einrichtung/ der Betreuer in Leichter Sprache. Auch der Postweg sowie der telefonische Weg können zur Kontaktaufnahme gewählt werden, um niemanden auszugrenzen.
- › Nach der Ausbildung erhalten alle Teilnehmenden eine Urkunde und ein Starterpaket mit einem Skript, einem T-Shirt und einem 1.-Hilfe-Set.

## Inhalte der Ausbildung

Folgende Inhalte sind Bestandteile der Schulung:

- › Allgemeines Wissen zum Thema Organisation in der Sporthalle/Gymnastikraum
- › Sicherheit & 1. Hilfe
- › Materialkunde
- › Biologie
- › Methodisches Vorgehen
- › Spiele
- › Gesprächsführung
- › Gymnastik

Im Folgenden werden die Inhalte kurz erläutert.

### ***Organisation in der Sporthalle / Gymnastikraum***

Den Teilnehmenden wird in diesem Modul vermittelt, wo und wie die Sporteinheit stattfindet und wann es los geht. Sie verschaffen sich einen Überblick über die TN, die in einer Sportgruppe sein können und besprechen, welche Materialien genutzt werden und wo sie zu finden sind.

### ***Sicherheit & 1. Hilfe***

In dem Themenfeld Sicherheit werden u.a. Inhalte wie z.B. das Auf- und Abschließen von Ein- und Ausgängen, von Türen und Schränken und z.B. das Prüfen der An- und Abwesenheit von Gruppenmitgliedern angesprochen. Sie bekommen auch einen Einblick in die 1. Hilfe, z.B. was zu tun ist, wenn ein Sportunfall passiert.

### **Materialkunde**

Die Vermittlung von Kenntnissen und Wissen zu Sportgeräten und Materialien ist ein wichtiger Teil der Schulung. Es wird gemeinsam ausprobiert, wie sich unterschiedliche Bälle verhalten, wozu welche Kleinmaterialien genutzt werden können und wie sie sorgfältig verstaut werden. Die angehenden ÜL-A erwerben damit die Kompetenz, aktiv in die Organisationsprozesse der Sportgruppe eingebunden zu werden.

### **Biologie**

Hier wird niedrigschwellig besprochen, was man über den menschlichen Körper wissen sollte. Die Teilnehmenden machen sich gemeinsam Gedanken über Gelenke, Muskeln und Knochen und wie diese für die Beweglichkeit und den Aufbau von Kraft wichtig sind. Teilnehmende erhalten im Rahmen der Schulung ein Basiswissen zu den grundlegenden Prozessen des menschlichen Körpers. Sie lernen, die Ausdauersport und Kraftsport voneinander unterschieden werden und woran man erkennen kann, dass jemand zu viel oder zu wenig Sport gemacht hat.

### **Methodisches Vorgehen**

In diesem Modul lernen die angehenden ÜL-A, wie man eine Sportstunde aufbaut und plant. Es werden die Reihenfolgen Erwärmung, Hauptteil und Abschluss besprochen. Auch wird hier darüber gesprochen, welche Aufstellungsformen es gibt und wie lange bestimmte Teile der Sportstunde in der Regel dauern sollten.

### **Spiele**

Hier lernen die Teilnehmenden, was für Fähigkeiten benötigt werden, um z.B. Ballspiele zu spielen, oder was eine gute Gruppendynamik bewirkt. Sie lernen etwas über die Koordination und auch über die Stärkung des Selbstbewusstseins mittels Spielformen. Gemeinsam wird ausprobiert und erkannt, dass Gruppenspiele das Zusammenarbeiten fördern und hierfür ein gutes Anleiten der Spiele von Bedeutung ist. Sie lernen auch, sich in die Rolle eines Schiedsrichters/ einer Schiedsrichterin zu begeben und deutliche Ansagen zu machen.

### **Gesprächsführung**

Hier lernen die zukünftigen ÜL-A, was passiert, wenn jemand streit sucht oder nicht gut drauf ist. Sie werden gefragt, wie man eine Gruppe oder auch einen Sportler/ eine Sportlerin motivieren kann und welche Möglichkeiten es gibt, Konflikte in der Gruppe zu lösen.

### **Bewegungslehre**

Das Modul Bewegungslehre beschäftigt sich mit den Möglichkeiten der Bewegung. Hier wird den ÜL-A vermittelt, welche Bewegungen im Körper möglich sind. Von Kräftigung über Dehnung, bis hin zur Mobilisation der einzelnen Körperregionen.

## Was Ihren Verein noch interessieren könnte

### *Wie wird die ÜL-Assistenz vergütet?*

Hier gibt es keine eindeutigen Regelungen, gern geben wir Ihnen aber Handlungsempfehlungen mit, die Sie gemeinsam im Verein besprechen können. Prinzipiell empfehlen wir, die ÜL-A in Ihrem Verein über einen Übungsleiter/in-Vertrag anzustellen und ein Honorar zu zahlen.

Die ÜL-A sichert zu, regelmäßig und unterstützend an Ihrem Sportangebot teilzunehmen und sollte daher auch eine Vergütung erhalten. Je nachdem, wie umfangreich die Aufgaben sind, die die ÜL-A übernimmt, kann hier über die Höhe des Honorars gesprochen werden. Da jeder Verein eigene Regelungen zur Höhe von ÜL-Honoraren treffen darf, empfehlen wir eine Vergütung der ÜL-Assistenzen in Höhe von 50-75% des ÜL-Honorars. Kann Ihr Verein mehr als die empfohlene Summe bezahlen, ist das natürlich sehr erfreulich.

Es ist uns wichtig, Ihnen diese Informationen mit auf den Weg zu geben, denn wir haben die geschulten ÜL-Assistenzen dazu befähigt, sich über ehrenamtliche Tätigkeiten hinaus im Sinne der vollumfänglichen Inklusion im Sport zu aktiven Mitgestalter\*innen der Sportangebote entwickeln zu können.

### *Wie finden wir eine ÜL-Assistenz und welches Sportangebot kommt dafür in Frage?*

Beim Vernetzen von Verein und ÜL-Assistenzen sind wir als BSB sehr gern behilflich. Sie können Ihr Interesse bei unserer Projektleitung bekunden und wir helfen bei der Suche.

Nach dem Absolvieren der Schulung sind wir weiter im stetigen Kontakt mit den Teilnehmenden und veranstalten Absolvent\*innen-Treffen oder gemeinsame Aktivitäten. Einige der Absolvent\*innen werden auch Co-Referierende oder Tutor\*innen und sind ein wichtiger Teil der Aus- und Fortbildungen des BSB.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie bereits Ideen und Vorschläge hätten, in welcher Ihrer Sportgruppen eine ÜL-A eingesetzt werden kann. Wenn Sie noch keine Idee über Einsatzmöglichkeiten haben, ist das aber auch nicht weiter schlimm. Gern besuchen wir Ihren Verein oder finden in einem gemeinsamen Erstgespräch heraus, wo sich Möglichkeiten ergeben. Uns liegt dabei besonders am Herzen, dass das neu zu bildende Tandem aus Übungsleitung und Assistenz ausreichend Kennenlernzeit bekommt und sich entwickeln kann und darf.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen sehr gern zur Verfügung.  
Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

***rojahn@bsberlin.de*** oder ***info@bsberlin.de***



# Informationsbroschüre für Vereine Übungsleitungs-Assistenz



Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Berlin e.V.  
Hanns-Braun-Straße / Kursistenflügel  
14053 Berlin

Telefon: 030 - 30 833 87 0  
Telefax: 030 - 30 833 87 20

E-Mail: [rojahn@bsberlin.de](mailto:rojahn@bsberlin.de)  
Web: [www.bsberlin.de](http://www.bsberlin.de)

