

## LI – Aktuelle Fortbildungen Sek I und II

Nr. 04 / April - Juni 2015

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,



der Frühling kommt mit schnellen Schritten, die Farbkleckse im Stadtbild sind schon unübersehbar...

...und wir haben noch einige spannende Veranstaltungen im Angebot!

Viel Spaß beim Entdecken wünscht

das Team vom Referat Bewegung & Sport

### NEU! Save the Date! NEU! Fachtag „Bewegte Schule“

Immer mehr Hamburger Schulen kommen in Bewegung und entwickeln Konzepte, in denen Bewegung zu einer Querschnittsaufgabe der ganzen Schule wird. Der Fachtag bietet die Gelegenheit, neue Impulse zu bekommen und sich über gelingende Praxisbeispiele auszutauschen. Geplant sind u.a. Workshops zur Bedeutung von Bewegung für das Lernen - Stichwort *Exekutive Funktionen*, zur altersstufengemäßen Nutzung des Außengeländes, zu neuen Ideen für Bewegungspausen und Warm-Ups aus dem Darstellenden Spiel, zu herausfordernden Angeboten für Jungen...

- Sa., der 13.06.15
- Referenten: (u.a.) Ahmet Derecik, Franz Platz, Markus Thieme, Johanna Vierbaum
- TIS-Nr.: 1510A9001
- Ort: Moorkamp 7 + Felix-Dahn-Str.

Weitere Infos demnächst auf der Homepage!

### Selbstregulation (Exekutive Funktionen) durch Bewegung und Sport fördern

- Do., 16.04.15, 16:30 bis 19:00 Uhr
- Moderation: Regina Haß
- TIS-Nr.: 1510A6101
- Ort: LI-Sporthalle + Seminarraum

Alter Wein in neuen Schläuchen? Aktuelle Erkenntnisse der Hirnforschung weisen darauf hin, dass Bewegung nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit macht. Verantwortlich sind dafür die sog. exekutiven Funktionen, die die Grundlage für selbstregulierendes Verhalten bilden. Diese kognitiven Kontrollprozesse, die Voraussetzung allen Lernens sind, werden durch körperliche Aktivitäten ausgebildet. Hierfür ist die allgemeine Fitness ebenso bedeutsam wie die Fähigkeit der Selbstkontrolle in Bewegungsspielen. Und auch der Spaß kommt bei solcher Art der Lernförderung nicht zu kurz.

### Qualifizierungskurs Rudern

- Beginn Mo., 20.04.2015, 17:00 - 19:30 Uhr
- Moderation: R. Rauhut & A. Eckmann
- TIS-Nr.: 1510A7001
- Ort: Schulbootshaus am Langen Zug, Fährhausstraße 3a, 22085 Hamburg

In diesem Kurs erwerben Sie die Qualifizierung für den Schulsport-Ruderunterricht an Hamburger Schulen. Er richtet sich an Lehrkräfte mit sicheren Grundkenntnissen im Rudern (Beherrschung Skiff), die die Sportart im Kurs- und Klassenunterricht oder in AGs unterrichten möchten. Diese Qualifizierung erstreckt sich über einen Ausbildungszeitraum von 33 Zeitstunden. Die Lehrgangskosten betragen - bei 15 teilnehmenden Personen - ca. 100,00 Euro pro Person. Materialkosten entstehen nicht. Mehr Informationen im TIS-Veranstaltungskatalog.

### Disc Golf

- Di., 28.04.15, 16:30 bis 19:00 Uhr
- Moderation: Andreas Runte
- TIS-Nr.: 1510A4501
- Ort: Disc Golf Anlage City Nord, U-Bahn Haltestelle Sengelmannstraße.
- Treffpunkt: An der Litfaßsäule / Infotafel

Disc Golf ist eine Mischung aus Frisbeewerfen und Golf. Es geht darum mit möglichst wenigen Würfeln Ziele zu treffen. Dabei sind Weitwerfen, um Hindernisse werfen und genaues Zielen die Herausforderungen.

Disc Golf ist schnell erlernt, entfaltet aber eine hohe Komplexität, um sich länger damit zu beschäftigen. Material für Unterrichtseinheiten für

alle Schulstufen wird in der Veranstaltung bereitgestellt.

## Triathlon als Schulsport (im Rahmen des Schulprojekts 'TRI-AKTIV')

- Do., 30.04.2015, 15:00 bis 18:30 Uhr
- Moderation: Frederik Tychsen, Nils Goerke
- TIS-Nr.: 1510A6401
- Ort: LI-Sporthalle + Seminarräum

Die Veranstaltung dient der Vorbereitung auf den Hamburg City Kids Triathlon 2015 mit praktischen Übungsbeispielen für den Sportunterricht. Die Fortbildung beinhaltet sowohl einen praktischen als auch einen theoretischen Teil. Bitte Hallensportzeug mitbringen!

## Münchener Fitnessstest

- Do., 28.05.15, 16:30 bis 19:00 Uhr
- Moderation: Daniel Wirszing
- TIS-Nr.: 1510A4101
- Ort: Sporthalle Moorkamp 7

Die aktuellen Rahmenpläne Sport sehen die Durchführung eines "motorischen Basistests" zu Beginn der Jahrgangsstufe 5 sowie am Ende der Jahrgangsstufe 8 vor. Nach einer theoretischen Einleitung wird im Workshop exemplarisch der "Münchener Fitnessstest" vorgestellt und selbst erprobt. Die Testwerte werden anschließend anhand von Normwerttabellen ausgewertet und interpretiert.

## Kanu Polo

- Fr., 05.06.15, 15:00 bis 17:30 Uhr
- Moderation: Burkhard Arnold
- TIS-Nr.: 1510A4301
- Ort: Neuländer See

Diese Veranstaltung soll die Teilnehmenden dazu befähigen, Lerngruppen motivierend und spielbehaftet in den Kanupolo-Sport einzuführen. Kanupolo begeistert Schülerinnen und Schüler durch eine Mischung aus Aktion, Teamplay, Athletik und Bootsbeherrschung. Gespielt wird in Einer-Kajaks mit Paddel, Ball und zwei Toren. Die Fortbildung vermittelt die Basics und Inhalte für Fortgeschrittene. Paddelerfahrung ist deshalb von Vorteil, aber nicht unbedingt notwendig. Nach einem kurzen theoretischen Teil werden die angestrebten Inhalte vor allen Dingen praktisch erprobt und durch Unterrichtsideen und Materialien für die Gestaltung von Unterrichtseinheiten ergänzt.

Diese Veranstaltung ist hauptsächlich für Lehrkräfte mit einer Qualifizierung in den Bereichen Kanu/Kajak, Kanadier und/oder Rudern. Bitte unbedingt Handtuch und wassertaugliche Sportkleidung mitbringen!

**\*\*\*Vorankündigen und Informationen:\*\*\***

## Tag ohne Grenzen (5. / 6. Juni 2015)

Der große Aktionstag des deutschen Reha- und Behindertensports: In einer großen Zeltlandschaft werden Sport, Unterhaltung und Informationen auf dem Hamburger Rathausmarkt geboten. Im Mittelpunkt stehen Sportlerinnen und Sportler mit Behinderung. Sie zeigen ihr Können und laden vor allem auch zum Mitmachen ein.

## Walderlebnistag mit EXEO e.V.

Eine funktionierende Klassengemeinschaft verbessert die Arbeitsatmosphäre und die Lernsituation innerhalb einer Klasse. Der Walderlebnistag ist ein altersspezifisch abgestimmtes Programm zur Förderung der sozialen Kompetenzen. Mithilfe kooperativer Teamaufgaben, Wahrnehmungs- und Vertrauensübungen, sowie der Begehung eines Niedrigseilparcours erhalten die Schüler die Möglichkeit konstruktiv mit den Stärken und Schwächen ihrer Klasse umzugehen.

Zeitraum: März bis November

Standorte: Stadtpark Norderstedt, Altonaer Volkspark, Volksdorfer Wald, Staatsforst Harburger Berge

Weitere Informationen und Rückfragen stehen direkt bei EXEO e.V. unter 0451 – 50 40 308 oder [info@exeo.de](mailto:info@exeo.de) zur Verfügung.

Mehr Informationen zu Themen des Referats Bewegung & Sport finden Sie im Internet auf unserer Website unter [www.li.hamburg.de/sport](http://www.li.hamburg.de/sport), oder allgemeine Infos unter [www.schulsport-hamburg.de](http://www.schulsport-hamburg.de).

### Absender:

Referat Bewegung & Sport

Moorkamp 7

20357 Hamburg

Regina Haß

Tel. 040/42 88 42-331

E-Mail: [Regina.Hass@li-hamburg.de](mailto:Regina.Hass@li-hamburg.de)

[www.li.hamburg.de/sport](http://www.li.hamburg.de/sport)

\* Bilder sind bei Windows ClipArt entnommen.