



# ***Digitale Offensive***

***Mach dich digital FIT!***

***für deine SportlerInnen***

***deine digitale Übungsstunde***

***oder deine Vereinssitzung***



## ***Herausforderung***

Neue Situationen erfordern neue Wege und dazu neues Know-How. Mit unseren Fortbildungsangeboten im Bereich der digitalen Medien vermitteln wir Wissen rundum Online-Übungsstunden und Videokonferenzen. Es geht um die Technik, die Interaktion und den Umgang mit Hard- und Software.

***Jetzt Fortbildungen buchen!***

Diese Fortbildungen werden als Online-Seminare durchgeführt. Voraussetzungen dafür sind ein internetverbundener PC, Webcam, Headset mit Mikrofon. Meldeschluss ist 48 Stunden vor Beginn der Veranstaltung. Details und Zugangsdaten werden nach erfolgreicher Anmeldung verschickt.

# Online-Traininig interaktiv...

## Grundlagen des Online-Trainings per Videokonferenz

22.1.21 - 19.2.21 Zeitraum: in dem Aufgaben auf der Lernplattform zu bearbeiten sind

27.1.21 18.30 bis 20.30 Uhr Technik-Check, Einstellungen & Kennenlernen

03.2.21 18.00 bis 19.30 Uhr Beispieltraining + Fragen & Feedback

04.2.21 19.30 bis 21.00 Uhr Kleingruppenarbeit: Erste Übungen anleiten; Kreativwerkstatt

Kosten: 60,- €

Nr.: 2\38\15955

20 Lerneinheiten, diese Fortbildung ist im C-50 Flexbereich der ÜL-C Ausbildung Breitensport anerkannt.

Ihr möchtet für eure Vereinsmitglieder gerne ein interaktives Online-Training pder Videokonferenz anbieten, wisst aber noch nicht genau, wie ihr das umsetzen könnt? Dann ist diese Fortbildung genau das Richtige für euch. Wir erarbeiten gemeinsam:

- welche Videokonferenzsoftware ihr nutzen könnt,
- welche Technik ihr unbedingt benötigt,
- wie ihr Musik in euer Training einbinden könnt,
- wie euer Training aufgebaut sein sollte,
- welche Trainingsformen (Intervalltraining, Pyramidentraining, Spiele) ihr nutzen könnt,
- wie ihr das Online-Training auf eure Sportart anpassen könnt,
- welche Übungen geeignet sind und wie diese differenziert werden können,
- was bei den speziellen Zielgruppen zu beachten ist und
- wie ihr eure Teilnehmer aktiv in das Training einbeziehen könnt, sodass auch eine soziale Interaktion entsteht.

**Anmeldung:** ("[Klick](#)" auf [Anmeldung](#) führt direkt zum [Bildungsportal des LSB](#))

**KSB Cloppenburg in der Sportregion OM**

Bettina König

Bokaerstraße 30

49688 Lastrup

Tel: 04472 687942

koenig@sportregion-om.de

# Online-Traininig interaktiv...

## Grundlagen des Online-Trainings per Videokonferenz

01.-14.02.2021 Zeitraum, in dem Aufgaben auf der Lernplattform zu bearbeiten sind

01.02.21, 18.30 - 19.15 Uhr Starttreffen

07.02.21, 9.00 - 10.30 Uhr Videokonferenz

14.02.21, Abschlusstreffen:

Kosten: 30,- €

Nr.: 2\29\16000

10 Lerneinheiten, diese Fortbildung ist im C-50 Flexbereich der ÜL-C Ausbildung Breitensport anerkannt.

In diesem Lehrgang erarbeitest du, was du alles beachten musst, um deine Stunden online anbieten zu können. Am Ende dieses Lehrgangs ist es dir möglich, mit deinen Vereinsgruppen sofort loszulegen.

Die Referentinnen Tanja Bartmann und Janina Thießel werden dabei auf folgende Inhalte eingehen:

- Welche technischen Voraussetzungen sind sinnvoll? (Hardware)
- Welche Programme bieten sich an? (Videokonferenztools)
- Wie nutze ich die Programme?
- Welche virtuellen Mittel (Programme und Methoden) kann ich einsetzen um Stunden interaktiv zu gestalten?
- Eine Übungsstunde planen und live testen
- Fördermöglichkeiten für Vereine und Teilnehmer an Onlineformaten

Die Fortbildung findet über die Lernplattform edubreak statt. Nach einem gemeinsamen Starttreffen bearbeitest du dort verschiedene Aufgaben, die dich zu einem sicheren Umgang mit Online-Trainings führen sollen. Bei der gemeinsame verbindliche Videokonferenz wird das Gelernte von dir angewendet, eine Einheit geplant und in der Folge probierst du die Durchführung dieser im geschützten Rahmen aus.

**Anmeldung:** ("Klick" auf Anmeldung führt direkt zum Bildungsportal des LSB)

**KSB Lüneburg**

Anke Frommann

Neuetorstr. 3

21339 Lüneburg

Tel: 04131/757359-12

afro@kreissportbund-lueneburg.de

# Crashkurs „Video-Schnitt“...

## ...für virtuelle Sportstunden

13.02.21, 10.00-13.00 Uhr

Kosten: 10,- €

Nr.: 2\42\16002

4 Lerneinheiten, diese Fortbildung ist im C-50 Flexbereich der ÜL-C Ausbildung Breitensport anerkannt.

Du willst ein Video für deine virtuellen Übungsstunden in deinem Verein aufnehmen oder hast es bereits getan, bist aber noch nicht ganz zufrieden mit dem Ergebnis. Vielleicht weil du dich mal versprochen hast, du gerne noch eine weitere Übung einfügen möchtest oder die Katze durch das Bild gelaufen ist? Dann ist diese Schnelleinführung genau das Richtige für dich. In den 4 LE lernst du mit dem kostenlosen Opensource Programm Shotcut zu schneiden. Von der Erstellung von Ordnerstrukturen bis hin zum Rendern des fertigen Videos, das du dann entweder über WeTransfer an die Empfänger versenden oder z.B. auf Youtube hochladen kannst.

In dieser Fortbildung werden wir auf jeden Fall Videoelemente schneiden, Einblendungen einfügen (z.B. ein Bild oder Effekte) und Musik hinterlegen.

Zur guten Vorbereitung kannst du schon mal das Video Schnitt Programm unter <https://shotcut.org/download/> herunterladen und es installieren.

**Anmeldung:** ("Klick" auf Anmeldung führt direkt zum Bildungsportal des LSB)

**Sportregion KSB FRI, SSB WHV und KSB WTM**

Daniela Liessmann

Jahnstr. 4

26441 Jever

Tel: 04461 918385

sportreferentin-liessmann@ksb-friesland.de

# Interaktive Werkzeug...

## ...für Online-Konferenzen

17.02.21, 18.30-20.00 Uhr

Kosten: 10,- €

Nr.: 4\27\16008

2 Lerneinheiten



Manchmal reichen die Standardfunktionen in Videokonferenz-Tools nicht aus. Sie wollen z.B. eine Umfrage unter den Teilnehmenden machen, die mehr als eine Einzel- oder Mehrfachauswahl aus einer Liste von Optionen abbilden kann. Dann wäre z.B. Mentimeter eine Lösung. Hiermit kann man Freitexte erfragen und Stichworte in Wortwolken sammeln. Oder wollen Sie gemeinsam an einem Dokument arbeiten? Dann sind Etherpads oder Google Docs eine gute Wahl, denn Sie bieten die Möglichkeit gleichzeitig mit beliebig vielen Personen an einem gemeinsamen Dokument zu arbeiten. Darüber hinaus gibt es noch viele weitere Möglichkeiten, die wir gemeinsam kennenlernen wollen. Teilen Sie uns gerne im Vorfeld ihr Vorhaben mit und wir sprechen im Seminar gemeinsam über Lösungsmöglichkeiten.

**Anmeldung:** ("Klick" auf Anmeldung führt direkt zum Bildungsportal des LSB)

**Kreissportbund Harburg-Land**

Tanja Grünberg

Rathausstr. 60

21423 Winsen/Luhe

Tel: 04171-6769414

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

# Youtube-Kanal erstellen

## ...für virtuelle Sportstunden

20.02.21, 10.00-13.00 Uhr

Kosten: 10,- €

Nr.: 2\27\16004

4 Lerneinheiten, diese Fortbildung ist im C-50 Flexbereich der ÜL-C Ausbildung Breitensport anerkannt.

Du hast Videos, die du online verfügbar machen willst? Dann lass uns gemeinsam einen YouTube-Kanal anlegen. In dieser Fortbildung erstellen wir einen neuen Youtube Account, fertigen ein Kanalbanner und ein Profilbild mit Canva an, verlinken bei Bedarf die Vereinswebseite und deren Impressum. Nachdem wir das gemacht haben, werden wir weitere Funktionen für den Kanal aktivieren: z.B. wie Videos, die länger als 15 Minuten sind, hochgeladen werden oder wie individuelle Vorschaubilder eingefügt werden. Außerdem nehmen wir gemeinsam noch ein paar Voreinstellungen für das Hochladen von zukünftigen Videos vor, damit man nicht immer wieder drüber nachdenken muss, wofür diese ganzen Einstellungen eigentlich sind.

**Anmeldung:** ("Klick" auf Anmeldung führt direkt zum BildungSportal des LSB)

**Kreissportbund Harburg-Land**

Tanja Grünberg

Rathausstr. 60

21423 Winsen/Luhe

Tel: 04171-6769414

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

---