



Regionale
Fortbildungen

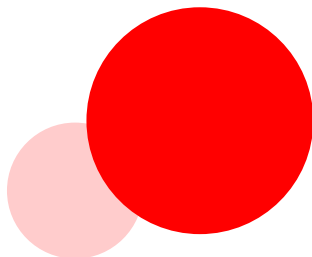
für VHS-Kursleiterinnen und VHS-Kursleiter

Herbst/Winter 2023/2024

Regionalversammlung Franken

Volkshochschulen der Region Franken

VHS Bad Mergentheim – VHS Crailsheim (Stadt) - VHS Crailsheim (Land)
VHS Eppingen – VHS Heilbronn – VHS Künzelsau - VHS Mittleres Taubertal
VHS Neckarsulm – VHS Öhringen – VHS Schwäbisch Hall
VHS Unterland – VHS Wertheim



Neu

„Gut vernetzt“ - Online-Treff für VHS-Kursleitende der Region

Sie möchten weitere Kursleitende kennenlernen und sich mit ihnen zu Erfahrungen und praktischen Fragen rund um das Unterrichten an Volkshochschulen austauschen? Dann ist unser neuer Online-Treff das richtige Angebot für Sie. Er findet einmal pro Semester statt und richtet sich sowohl an neue als auch an erfahrene Kursleitende. Es gibt keine feste Agenda, die Themen bestimmen die Teilnehmenden. Am Austausch nehmen auch VHS-Leitungen teil, damit offene Fragen – wenn möglich – auf kurzem Wege geklärt werden können.

Hinweise:

- Gerne können Sie konkrete Themenwünsche/Fragen bis 13. November an u. g. Kontaktdaten mitteilen (ist keine Teilnahmebedingung)
- Der Online-Treff ist keine formelle Fortbildungsveranstaltung; Teilnehmende erhalten deshalb keine Teilnahmebestätigung.

Anmeldenummer U106A608D

VHS Heilbronn

Termin: Montag, 20. November 2023, 18:00-19:30 Uhr,

Kursort: Online (Zoom) - Homeoffice

Anmeldegebühr: kostenfrei für Kursleitende

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131 9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Fortbildungen für Kursleitende

Ziele

Die Fortbildung der Kursleitenden ist ein wesentliches Element der Qualitätssicherung und -entwicklung der Volkshochschulen. Neben der fachlichen Qualifikation sind die erwachsenen-pädagogischen, didaktischen, methodischen, kommunikativen und persönlichen Kompetenzen der Kursleitenden zentrale Faktoren für das Gelingen von Lernprozessen. Diese Kompetenzen können Sie in den Seminaren der Regionalversammlung erwerben bzw. erweitern.

Grundqualifikation und Fachqualifikation

Die Grundqualifikation Erwachsenenbildung richtet sich an Kursleitende aller Fachbereiche und vermittelt übergreifende Kompetenzen zum Leiten von Gruppen, Lehren und Lernen etc.

Kursleitende in den Bereichen Gesundheit und Sprachen können alternativ die Fachqualifikation Gesundheit bzw. Sprachen erwerben. Die Fachqualifikation baut nicht auf der Grundqualifikation auf, sondern folgt einem eigenen Fortbildungskonzept. Es wird empfohlen, die beiden Qualifikationen nicht gleichzeitig anzustreben.

Aufbau der Grundqualifikation

Die Grundqualifikation Erwachsenenbildung soll innerhalb eines Zeitraums von drei Jahren absolviert werden und umfasst insgesamt 80 Unterrichtseinheiten (in der Regel zehn Fortbildungen à 8 UE). Die Fortbildungen können aus den folgenden Bereichen gewählt werden:

- Mindestens acht Fortbildungen (64 UE) aus den gekennzeichneten Angeboten zu den Themenfeldern Lehren & Lernen, Kursmanagement, Persönlichkeit, Gruppen leiten, Kommunikation
- Die besuchten Fortbildungen sollten mehrere dieser Themenfelder abdecken. Das Einführungsseminar wird als eine Fortbildung anerkannt.
- Maximal zwei Fortbildungen (16 UE) können aus dem unterrichteten Fachgebiet kommen.

Fortbildungen zu diesen Themen werden beim vhs-Verband in Form von kompakten Tagesseminaren angeboten; weitere Fortbildungen finden im Rahmen der regionalen Fortbildung an Volkshochschulen statt.

Abschluss

Nach der Teilnahme an mindestens 80 Unterrichtsstunden (i. d. R. zehn Fortbildungen à 8 UE) innerhalb eines Zeitraumes von maximal drei Jahren stellt der vhs-Verband Baden-Württemberg nach Vorlage der Einzelteilnahmebescheinigungen eine Gesamtbescheinigung „Grundqualifikation Erwachsenenbildung“ aus.

Weitere Informationen

Weitere Informationen zur Grundqualifikation Erwachsenenbildung sind erhältlich bei den regionalen Fortbildungsbeauftragten sowie bei den Mitarbeitenden des Volkshochschulverbandes Baden-Württemberg. Eine entsprechende Übersicht mit Namen und Telefonnummern findet sich in der Broschüre „vhs-info“ des vhs-Verbandes. Neben der allgemeinen „Grundqualifikation Erwachsenenbildung“ gibt es die Möglichkeit, eine spezielle Fachqualifikation (FQ) in den Bereichen Gesundheit und Sprachen zu erwerben. Näheres dazu in der Broschüre „vhs-info“ des vhs-Verbandes.

Teilnahmebescheinigung

Sie erhalten zum Abschluss der Fortbildung eine Teilnahmebescheinigung.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich frühzeitig direkt bei der VHS an, die die Fortbildung durchführt; die Kontaktdaten sind für jede Fortbildung angegeben. Die Anmeldung ist telefonisch, per E-Mail und online möglich. Bitte füllen Sie das SEPA-Lastschriftmandat vollständig aus und schicken sie es an die veranstaltende VHS. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung per E-Mail.

Bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung können Sie Ihre Anmeldung kostenfrei stornieren. Bei einer späteren Abmeldung wird die Anmeldegebühr fällig.

Impressum:

Herausgeber: Regionalversammlung Franken
Fortbildungsbeauftragte: Dr. Christiane Stroh, VHS Eppingen
Gestaltung: Rose Wolz, Auflage: 2000, Druck: Print24

Einführungsseminar

Einführungsseminar für neue Dozent*innen aller Fachbereiche (GQ)

Dieses Seminar richtet sich an Kursleitende, die erstmals oder erst seit kurzem an einer VHS unterrichten. Im Zentrum stehen

- Informationen zur Institution Volkshochschule (Gesetzliche Grundlage, Zielgruppen, Organisationsstruktur)
- methodisch-didaktische Anregungen zur Planung und Durchführung von Kursen (Umgang mit Kursteilnehmenden, meine Rolle als Kursleitung, wie gehe ich mit heterogenen Gruppen um?)
- Einführung in die digitale Lernplattform vhs.cloud
- rechtliche Fragen rund um die Tätigkeit als freiberufliche*r Dozent*in (steuer- und versicherungsrechtliche Aspekte)
- Weiterführende Fortbildungsangebote für VHS-Dozent*innen

Daneben wird genügend Zeit zum Austausch mit der VHS und anderen Kursleitenden sein.

Kursnummer U106A601

VHS Heilbronn

Referent*innen: Dozententeam der VHS Heilbronn

Termin: Samstag, 16. Sept. 2023, 10:00-17:00 Uhr (1 Std. Mittagspause)

Kursort: VHS Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Gebührenfrei für VHS-Kursleitende, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131 9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Allgemeine Bildung

vhs.cloud: BigBlueButton & Zoom (online)

Die Fortbildung richtet sich an VHS-Kursleitende, die noch keine oder wenig Erfahrung mit der vhs.cloud haben. Im ersten Teil der Schulung erfolgt eine kurze Einführung in die vhs.cloud, inkl. der Einrichtung eines virtuellen Kursraums mit grundlegenden Funktionen. Im zweiten Teil wird die Verwendung der integrierten Webkonferenzsoftware BigBlueButton und Zoom gezeigt und erprobt.

Kursnummer 232VV50101

VHS Unterland

Referentin Sotiria Tsakiri

Termin Freitag, 13. Oktober 2023, 15:00-18:00 Uhr

Kursort Online

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 10 €, für externe Teilnehmende 25 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Viola Feulner, Tel. 07131 5940-150, feulner@vhs-unterland.de

Bitte melden Sie sich an bis 09.10.2023.

Spielerische Methoden in der Erwachsenenbildung - Verbesserung der Lernatmosphäre in Kursen

Das Klima in einer Gruppe trägt wesentlich zu deren Lernerfolg bei. Deshalb ist es ratsam, sich außer um die fachlich-didaktische Vermittlung des Lernstoffs auch um die „Klimapflege“ zu kümmern. Spielerische Methoden bieten hierfür einen professionellen Ansatz. Daneben können sie aber auch zum Wissenserwerb und zur Wiederholung des Lernstoffs eingesetzt werden, zur Aktivierung und Förderung der Konzentration und zur Reflexion des bisherigen Prozesses - unabhängig vom jeweiligen Fachgebiet und stets mit Freude! Wie solche Methoden in Präsenzveranstaltungen eingesetzt werden und welche sich für den jeweiligen Anlass und die jeweilige Gruppenzusammensetzung eignen, ist neben dem praktischen Kennenlernen verschiedener solcher Methoden Inhalt.

VHS Unterland

Referent Andreas Robra

Kurs 1:

Neben einem universell einsetzbaren Teil wird der Schwerpunkt auf Methoden gelegt, die in Kursen in den Bereichen Gesundheit, Sport, Ernährung und Entspannung eine gute Anwendung finden können.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, bequeme Kleidung, Liegematte

Kursnummer 232VV50003

Termin: Freitag, 20. Oktober 2023, 16:00-19:00 Uhr

Kursort: 74189 Weinsberg, Zehntgasse 10, VHS-Haus, 1. OG, E8

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 10 €, für externe Teilnehmende 25 €

Bitte melden Sie sich an bis 16.10.2023

Kurs 2:

Neben einem universell einsetzbaren Teil wird der Schwerpunkt auf Methoden gelegt, die in Kursen in den Bereichen Kultur, Kreativität und Sprachen eine gute Anwendung finden können.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, bequeme Kleidung, einen persönlichen Gegenstand

Kursnummer 232VV50004

Termin: Freitag, 17. November 2023, 16:00-19:00 Uhr

Kursort: 74189 Weinsberg, Zehntgasse 10, VHS-Haus, 1. OG, E8

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 10 €, für externe Teilnehmende 25 €

Bitte melden Sie sich an bis 13.11.2023

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Roswitha Keicher, Tel. 07131 5940-111, keicher@vhs-unterland.de

Rhetorikbaustein: Sprechen und Stimme 1 (GQ)

Kommunikation bestimmt unser Leben. Hier ist Ihre Stimme Ihr wichtigstes Instrument mit Kollegen, Mitarbeitern, Kunden, in Sitzungen, bei Präsentationen und nicht zuletzt im privaten Bereich. Mit 40% wirkt Ihre Stimme noch vor Ihrem Äußeren und dem Inhalt des Gesagten. Dazu kommt, wie Sie etwas ausdrücken. In diesem Kurs erarbeiten wir die Säulen der Stimmgebung, Spannung, Atmung, Aussprache und optimieren Ihre Stimmfaltung und Ihr Sprechen. Dieses Seminar richtet sich an vhs-Dozentinnen und -Dozenten der Region Franken. Im Rahmen freier Kursplätze können externe Interessenten gerne teilnehmen.

Kursnummer 111001

VHS Bad Mergentheim

Referentin: Cornelia Brown-Boecker

Termin: Samstag, 21. Oktober 2023, 10:00-17:00 Uhr

Kursort: Volkshochschule

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Bad Mergentheim

Tel. 07931 57-4300, vhs@bad-mergentheim.de

Gelassenheit siegt! Souverän umgehen mit Fragen, Vorwürfen ...

Gespräche laufen nicht immer so, wie wir uns das vorstellen. Manchmal laufen sie aus dem Ruder und Ihr Gegenüber wird wütend. Angenommen, Sie werden nun unfair attackiert, dann ist man oft sprachlos oder man sucht nach einer schlagfertigen Antwort, die einem oft erst hinterher einfällt oder man wird emotional und ärgert sich hinterher über sich selbst, dass man unsachlich geworden ist. Doch wie lässt sich eine solche Situation wieder in ruhigeres Fahrwasser bringen? Wichtig ist, durch ganz kurze Entgegnungen erst mal Zeit zu gewinnen und sich selbst zu behaupten. Hierzu bekommen Sie in dem Seminar leicht umsetzbare Tipps, so dass Sie bei unfairen Attacken weder emotional zurückschlagen noch stumm wie ein Fisch bleiben müssen.

Kursnummer 23250042

VHS Künzelsau

Referentin: Gudrun Fey

Termin: Donnerstag, 9. November 2023, 09:00-16:00 Uhr

Kursort: Hermann-Lenz-Haus 13, Künzelsau

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 40,00 €, für externe Teilnehmende 70,00 € plus 5 € Materialkosten!

Auskunft und Anmeldung: VHS Künzelsau

Tel. 07940 9219-0, info@vhskuen.de

Lehren und lernen in digitaler Umgebung

Die Neuerungen der digitalen Welt fordern Dozenten an allen Volkshochschulen ganz neu heraus. Neben dem Umgang mit neuer Technik betrifft das auch die Online-Didaktik und die Gestaltung eines ansprechenden Online-Unterrichts. In dieser anschaulichen Fortbildung lernen die Dozenten zunächst die technischen Gegebenheiten vom Digitalen Board, unterschiedlichen Webcams bis zu Mikrofonsystemen vor Ort am Beispiel der VHS Künzelsau kennen. Somit beherrschen Sie das Setting von Online- und Hybridkursen und können sich ausgiebig mit diesen Geräten vertraut machen. Die Dozentin bringt Ihre eigenen Erfahrungen bei Onlinekursen und -meetings ein und gibt weiter, was Kursleitende beachten sollten. Die Grundlagen, die in diesem Seminar vermittelt werden, machen fit für Ihr eigenes Kursangebot in diesem Bereich und tragen dazu bei, eventuell vorhandene Berührungsängste für neue Technik zu überwinden. Am ersten Termin bekommen Sie eine theoretische Einführung, am zweiten Termin erhalten Sie selbst die Möglichkeit, Ihr Wissen in die Praxis umzusetzen. Die Dozentin ist Inhaberin von ArteFACT Grafik – Fotografie – Training.

Kursnummer 23250034

VHS Künzelsau

Referentin: Simone Weis-Heigold

Termin: Freitag, 10. und 17. November 2023, 15:30-18:30 Uhr, 2-mal

Kursort: Hermann-Lenz-Haus 13, Künzelsau

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 40 €, für externe Teilnehmende 70 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Künzelsau

Tel. 07940 9219-0, info@vhskuen.de

Resilienz - Herausforderungen besser meistern

Sie geben Kurse zum Thema Resilienz oder möchten bald damit starten? Oder Sie sind daran interessiert, Ihre eigene Resilienz-Fähigkeit weiter auszubauen und zu stärken? In beiden Fällen sind Sie in meinem Workshop goldrichtig. Ich gebe Ihnen Tipps und Tricks an die Hand, sich selbst und anderen Menschen dabei zu helfen, Belastungen im Alltag zukünftig besser zu meistern. In meinem sehr praktisch angelegten Workshop können Sie die Tools gleich mit Ihren eigenen Herausforderungen und Ideen ausprobieren, um sich dann die für Sie passenden Werkzeuge herauszusuchen und gerne auch weiterzugeben. Ich freue mich, Sie bei meinem Kurs begrüßen zu dürfen. Bitte mitbringen: Schreibutensilien, gerne auch Buntstifte und einen Schreibblock.

Kursnummer U 30005RF

VHS Crailsheim

Referentin: Nadine Kremer

Termin: Samstag, 18. November 2023, 10:00-17:00 Uhr

Kursort: vhs Crailsheim, Spitalstraße 2a, 74564 Crailsheim, Raum 21

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Crailsheim

Tel. 07951 403-3800, vhs@crailsheim.de

Nachhaltig lernen - Unterricht gestalten nach dem Sandwichprinzip

Eine Lehrveranstaltung lässt sich nach einem Dreiphasenmodell, als sog. "Sandwich" gestalten. Mit dem Sandwichprinzip wird ein systematischer Wechsel zwischen rezeptiven Phasen und Phasen der aktiven Auseinandersetzung mit der Thematik in eine Lehrveranstaltung eingeführt. Das bringt nicht nur Abwechslung in das Unterrichtsgeschehen, sondern kann auch zu einem nachhaltigeren Lerneffekt beitragen. In diesem Kurs, der selbst nach dem Sandwich-Prinzip aufgebaut ist, setzen Sie sich mit der Gestaltung und Wirkung einzelner Lernphasen auseinander und entwerfen ein Unterrichtskonzept, das sich systematisch am Sandwichprinzip orientiert. Die entstandenen Unterrichtskonzepte werden in der Lerngruppe diskutiert und reflektiert, bei Interesse auch ausschnittsweise durchgespielt. Am Ende des Seminars können die Teilnehmenden:

- die Phasen des Sandwichprinzips erläutern
- die Prinzipien nachhaltiger Lernprozesse darstellen
- eigene Kurskonzepte nach dem Sandwichprinzip gestalten

Kursnummer: 23W-508.46

VHS Eppingen

Referentin: Dr. Christiane Stroh

Termin: Samstag, 2. Dezember 2023, 09:00-17:00 Uhr

Kursort: VHS, Kaiserstraße 1/1 (altes Forstamt), Eppingen

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Eppingen

Tel: 07262 20695-17 oder -18, vhs@eppingen.de

Verständlich und verständig kommunizieren

Wie wir zueinanderstehen und was wir uns sprachlich zugestehen - Ein Ausflug in die Welt der Kommunikation

Die Welt der Kommunikation ist weitläufig, vielfältig und interessant, wenn man ihr mit offenen Augen und Ohren begegnet. Nicht selten wird man unprätentiell von einem Angriff in Form einer ungerechtfertigten Anschuldigung oder eines verbalen Seitenhiebs überrascht. So kann es nicht nur im privaten Wortwechsel „wild“ werden sondern es kann auch auf vermeintlich sicherem Terrain wie in den eigenen Kursen knirschen.

Wir gehen auf die Pirsch und erkunden

- die Grundlagen der Kommunikation
- unser Lampenfieber und wie wir damit umgehen können
- unsere Sprache, unser Hören und unser Miss-/Verstehen

Wir betrachten

- die Stolpersteine im täglichen Gespräch mit unseren Kolleg*innen, Teilnehmenden aber auch im persönlichen Umfeld.

Wir erfahren

- was uns weiterhelfen kann, wenn wir auf ein Dickicht von Unverständnis und Rückzug treffen, indem wir uns mit den Bereichen Feedback geben und nehmen, aktives Zuhören und innerer Haltung beschäftigen.

Wir üben

- an praktischen Beispielen.

Wir gehen

- mit mehr Wissen und Können als wir gekommen sind und sehen dem nächsten Spaziergang in die Welt der Kommunikation etwas gelassener entgegen.

Kursnummer 232VV10640

VHS Unterland

Referentin Stefanie Eva Maria Carrera

Termin Samstag, 20. Januar 2024, 10:00-17:00 Uhr

Kursort: Weinsberg, VHS Haus, Zehntgasse 10, 1. OG, E08

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Viola Fröhlich, Tel. 07131 5940-160, froehlich@vhs-unterland.de

Bitte melden Sie sich an bis 16.02.2024

Wie wirke ich auf meine Teilnehmenden? (GQ)

„Wir können nicht nicht kommunizieren“ (Paul Watzlawick)

Wir wirken auf unsere Teilnehmenden, ob wir reden oder schweigen. Unbewusst senden wir Signale, die unser Umfeld unbewusst aufnimmt und interpretiert. Auch wir Kursleitende erhalten Signale, die wir interpretieren, ohne lange darüber nachzudenken. Und wir senden Signale, die uns oft nicht bewusst sind. Um eine gute Lernatmosphäre zu schaffen und selbstbewusst den Teilnehmenden gegenüber aufzutreten, ist es klug sich Zeit zu nehmen, das Selbstbild (was wir von uns denken/halten) und das Fremdbild (was andere von uns denken) zu reflektieren. Stimmen die Bilder überein, wirken wir authentisch und sympathisch.

Sie lernen Kriterien der Ausstrahlung kennen, erfahren eine Menge über Ihre individuelle Wirkung in einer Gruppeneinschätzung. Ganz nebenbei bekommen Sie Tipps und Impulse für Ihre berufliche und persönliche Weiterentwicklung.

Kursnummer U106A606

VHS Heilbronn

Referentin: Lisa Brand

Termin: Samstag, 13. Januar 2024, 10:00-17:00 Uhr

Kursort: vhs Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 40 €, für externe Teilnehmende 70 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131-9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Gesundheit

Der Beckenboden und funktionelles Core-Training

Doro Daus, Sportwissenschaftlerin, ehemalige Leistungssportlerin und seit 2020 zertifizierte BeBo©-Beckenboden-Trainerin für Mann und Frau sowie MoSi©-Trainerin (Mobilität und Sicherheit im Alter) wird den Aufbau des Beckenbodens und seine zur Tiefenmuskulatur gehörenden Muskelschichten erläutern und auf die gesundheitliche Bedeutung des Beckenbodens bei Mann und Frau eingehen.

Im Praxisteil wird die Trainerin aufzeigen, wie das Erspüren und Ansteuern des Beckenbodens vermittelt werden kann. Danach wird der Fokus auf die Körpermitte gelenkt und deren Bedeutung im Alltag und im Sport herausgearbeitet. Das vermittelte Wissen mündet in ein funktionelles Core-Training zur Verbesserung der Körperstabilität und der Koordination, ein gezieltes Training der Muskulatur in der zentralen Körperpartie zwischen Zwerchfell und Beckenboden. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Handtuch, ggf. Keilkissen, Socken, Decke, Schreibzeug.

Kursnummer U 302000RF

VHS Crailsheim

Referentin: Doro Daus

Termin: Samstag, 7. Oktober 2023, 10:00-17:00 Uhr

Kursort: vhs Crailsheim, Spitalstraße 2a, 74564 Crailsheim, Konvent
Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €, inkl. Skript

Auskunft und Anmeldung: VHS Crailsheim

Tel. 07951 403-3800, vhs@crailsheim.de

Myofasciales Stretching

Myofascial Stretch ist eine sehr effektive Dehnmethode. Sie erhalten einen Einblick zu den Themen Dehnung, Faszien und Beweglichkeit. Beim myofascial Stretch werden Muskeln und Faserzüge (Faszien) unter Zugspannung gesetzt. Das Resultat zeigt sich in einer größeren Beweglichkeit der Gelenke, Dysbalancen können minimiert werden und das Körpergefühl wird verbessert. Wichtig sind der richtige Einsatz und die korrekte Ausführung dieser Stretching Technik. Die Übungen werden praktisch angewandt und ausführlich erklärt.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, Faszienrolle (wenn vorhanden)

Kursnummer 232VV30110

VHS Unterland

Referentin: Christine Volkert-Altrieth

Termin: Samstag, 14. Oktober 2023, 8:30-13:00 Uhr

Kursort: Abstatt Happenbach, Bürgerhaus Alte Schule, Hauptstraße 9, 74232 Abstatt

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 35 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>,

Andrea Hahn, Tel. 07131 5940-130, hahn@vhs-unterland.de

Bitte melden Sie sich an bis 10.10.2023

Modernes Rückentraining

Thema dieser Fortbildung ist modernes, zeitgemäßes Rückentraining mit dem Fokus auf der Verbesserung der Körperhaltung. Wie schaffe ich es, sowohl präventiv zu arbeiten als auch Teilnehmende zu unterstützen, die bereits Rückenproblemen mit sich bringen; deren Bewegungsqualität zu steigern und dennoch mit Spaß und Freude präzise zu trainieren.

Kursnummer U106A603

VHS Heilbronn

Referentin: Annette Gloß

Termin: Sonntag, 22. Oktober 2023, 10:00-17:00 Uhr

Kursort: VHS Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131 9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Yoga und Tanz

In dieser Fortbildung werden Yoga Asanas, im Kontext von Musik und Tanz erlebt. Dies vermittelt einen Eindruck wie leicht und fließend alle, auch anstrengende, Übungen praktiziert werden können. Das kann sowohl die eigene Praxis bereichern, als auch die eigenen Kurse, da die Teilnehmenden inspiriert werden sich freudvoller, dynamischer, freier auszudrücken und auch mehr zu experimentieren. Das Üben verliert seine Strenge und gewinnt an Leichtigkeit und Freude.

Die Fortbildung beginnt mit einer Yogatanz Interpretation der Kursleiterin. Hier werden Rhythmus, Musik, Körper, Atem und Stimme miteinander kombiniert mit dem Ziel in einen Flow zu kommen und mit der Praxis zu verschmelzen. Abgerundet wird die Praxis mit einer sanften, ruhigen Yoga-Einheit.

Die Fortbildung richtet sich an: Menschen mit eigener Yoga-Praxis /-Erfahrung, Yoga-Lehrende jeglicher Richtungen, Tänzer:innen oder Kursleitende von Bewegungskursen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Kursnummer 3295033

VHS Schwäbisch Hall

Referentin: Mira Singh, Sport-, Gymnastik- und Yogalehrerin, Kursleiterin für Bewegung und Tanz

Termin: Samstag, 28. Oktober 2023, 15-17:15 Uhr

Kursort: VHS Schwäbisch Hall, Salinenstraße 6-10

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 10 €, für externe Teilnehmende 25 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Schwäbisch Hall

Tel. 0791/97066-0, info@vhs-sha.de

Gezieltes Yoga für schwangere Frauen

Schwangere benötigen ihren eigenen Raum, um nicht nur zu sich, sondern auch zu ihrem Baby zu finden und um Gleichgesinnte zu treffen. Ebenso gebührt ihnen die positive Beeinflussung der körperlichen Fähigkeiten (Kräftigung, Dehnung). Dazu gehört auch das Üben von Haltungen und sanften Bewegungsabläufen. Weiter, die positive Beeinflussung der geistigen Fähigkeiten im Hinblick auf die Geburt: Konzentration, Gelassenheit, ein Nach-innen-Vertiefen, Achtsamkeit und Aufmerksamkeit in Verbundenheit mit dem Kind. Richtiges Atmen, Atembewusstheit, Atemübungen, die auch unter der Entbindung hilfreich und schmerzlindernd ausgeführt werden können. Über die Versenkung, Tönen, Stille, Meditation, Kontemplation erfahren diese Frauen Stärkung der eigenen Intuition und Vertrauen in die eigenen Kräfte. Jegliche Bewegung, jedes Gefühl, jeder Gedanke der Mutter überträgt sich 1:1 auf die Entwicklung des Kindes in ihr!

Kursnummer 23230000

VHS Künzelsau

Referentin: Barbara Bräuer

Termin: Samstag, 4. November 2023, 10:00-16:30 Uhr

Kursort: Hermann-Lenz-Haus; 03, Künzelsau

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Künzelsau

Tel. 07940 9219-0, info@vhs-kuen.de

Yoga trifft Vata, Pitta und Kapha

Yoga und Ayurveda sind beides alte Lehren aus Indien. Wir und alles um uns herum bestehen aus den 5 Elementen. Jede*r in unterschiedlicher Art und Weise. Zeitweise gibt es auch noch jahreszeitliche oder altersbedingte Einflüsse, die wir teilweise durch entsprechende Yoga- oder Atemübungen ausgleichen können. Je eine Yogastunde für den Vata-, Pitta- und Kaphatyp, lässt Sie die Unterschiede in der Praxis erfahren.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Sitzkissen und Decke

Kursnummer 23259992

VHS Öhringen

Referentin: Andrea Carle, Yogalehrerin BDY/EYU, HP

Termin: Samstag, 11. November 2023, 09:30-15:00 Uhr

Kursort: Vhs-Gesundheitszentrum, Raum 2, Austr. 17 (Hofeing.)

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 35 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Öhringen

Tel. 07941-68-42520, volkshochschule@oehringen.de

Rückenworkout

In allen täglichen Lebenssituationen wird die Wirbelsäule sehr gefordert. Für die Muskelgruppen, die auf die Wirbelsäule einwirken, wie Rücken, Bauch, Gesäß, werden gezielte Kraft-, Mobilisations- und Dehnübungen erarbeitet.

Es entstehen zwei Workout - Stundenbilder mit Elementen aus Pilates, Yoga, der Physiotherapie, dem Faszien- und dem klassischen Krafttraining. Die Bewegungsabfolgen sind fließend und zu ansprechender Musik miteinander verbunden. Zusätzlich wird auf Übungsausführung und Haltung der Teilnehmenden geachtet und auf die unterschiedlichen Arten des Unterrichts hingewiesen: Was bewirkt eine eher dynamische und was eine ruhige Atmosphäre.

Bitte mitbringen: Sportschuhe, rutschfeste Socken, Handtuch

Kursnummer 232VV30200

VHS Unterland

Referentin: Marion Neubauer, Physiotherapeutin

Termin: Samstag, 11. November 2023, 09:00-13:30 Uhr

Kursort: Abstatt, Goldschmiedstraße 14, Vereinszentrum

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 35 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Andrea Hahn, Tel. 07131 5940-130, hahn@vhs-unterland.de

Bitte melde Sie sich an bis 7.11.2023

Yoga lebendig vermittelt: Yoga im Licht der indischen Mythologie - Der Monomythos des Helden

Mythen sind geheime Zuflüsse, durch die die unerschöpflichen Energien des Kosmos in die menschliche Kultur einströmen. Sie enthalten Weltbilder, inspirieren und geben bildliche Erklärungen für Kräfte der Natur und die verschiedenen Phasen des Menschseins.

Mit einem Blick auf die indische Mythologie beschäftigen wir uns an diesem Wochenende mit dem Monomythos der Helden/ der Heldin. Als beliebte Übung im modernen Hatha Yoga beleuchten wir die archetypische und kulturübergreifende Bedeutung dieser Figur.

Dieses Wochenende richtet sich an all diejenigen, die mit bildreichen Geschichten und philosophischer Tiefe ihre Yogapraxis und ihren Yogaunterricht bereichern möchten.

Kursnummer U106A605

VHS Heilbronn

Referentin: Tanja Sailer

Termin: Samstag, 2. Dez., 9:30-17 Uhr + Sonntag, 3. Dez. 2023, 9:30-13 Uhr

Kursort: vhs Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 35 €, für externe Teilnehmende 70 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131-9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

FIT IM ALTER mit Pezziball & Co

Du bist auf der Suche nach neuen Ideen und Impulsen für deine „Best Ager“? Dann ist dieser Tag genau das Richtige für dich. Ein bunter Mix verschiedener Stundenbilder mit und ohne Hilfsmittel. Funktionelles Training, Balance & Beweglichkeit, Ideen mit dem Pezziball, aber auch „rund um den Stuhl“ sind Inhalte dieser Fortbildung.

Kursnummer U106A607

VHS Heilbronn

Referentin: Heike Meidinger

Termin: Samstag, 27. Januar 2024, 10:00-17:00 Uhr

Kursort: vhs Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131-9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Aqua Aerobic Workshop

Aqua Aerobic ist nicht gleich Aerobic an Land! Bedingt durch das Element "Wasser" ergeben sich eine Reihe anderer Gesetzmäßigkeiten. In diesem Workshop werden wir lernen, diese Gesetzmäßigkeiten erfolgreich einzubauen. Ferner befassen wir uns mit den Grundsritten im Aqua Aerobic und deren sinnvollem Aufbau zu einer gelungenen Choreographie. Am Ende werden wir uns in kleinen Sequenzen diese Choreographien gegenseitig beibringen, so dass wir bei der praktischen Umsetzung sofort ein wenig Übung erfahren. Zielgruppe: Aqua Fitnesstrainer mit Basiserfahrung

Kursnummer 23W-508.49

VHS Eppingen

Referentin: Tanja Lutz

Termin: Samstag, 3. Februar 24, 09:00-17:00 Uhr

Kursort: Hallenbad Eppingen-Mühlbach

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Eppingen

Tel: 07262 20695-17 oder -18, vhs@eppingen.de

Sprachen

Lernstrategien für den Fremdspracherwerb

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihre Lernenden dabei unterstützen können, eine Fremdsprache leichter zu lernen. Wir beschäftigen uns mit der Funktionsweise des Gedächtnisses, Erkenntnissen der Lernpsychologie, der Überwindung von Lernschwierigkeiten und verschiedenen Lernstrategien für einen nachhaltigen Lernerfolg.

Am Ende des Seminars können die Teilnehmenden:

- Erkenntnisse der Hirnforschung und der Lernpsychologie zum nachhaltigen Fremdspracherwerb erläutern
- Ihre Lernenden anregen, Lern- und Stützstrategien in Ihrem Spracherwerbsprozess einzusetzen
- mit Lernschwierigkeiten umgehen

Kursnummer 23W-508.47

VHS Eppingen

Referentin: Dr. Christiane Stroh

Termin: Freitag, 29. September 23, 13:00-16:00 Uhr

Kursort: VHS, Kaiserstraße 1/1 (altes Forstamt), Eppingen

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 10 €, für externe Teilnehmende 25 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Eppingen

Tel: 07262 20695-17 oder -18, vhs@eppingen.de

Grammatik kann auch Spaß machen

Grammatikvermittlung kommunikativ und abwechslungsreich im Deutsch- und Fremdsprachenunterricht

Zu viel Grammatik kann den Sprachkurs stören, aber ohne Grammatik geht es nicht! Vor allem aber kann Grammatik im Kurs viel Spaß machen. Grammatische Übungen können die Kommunikation fördern; Konversationsübungen trainieren gleichzeitig grammatische Strukturen.

In dieser Fortbildung werden wir neben einem kleinen theoretischen Input vor allem viele Beispiele kennenlernen, wie Grammatik im Sprachkurs thematisiert werden kann. Alle Beispiele gehen vom Fach Deutsch als Fremdsprache aus, sind aber auf andere Sprachen übertragbar.

Wir erproben verschiedene Präsentations- und Übungsformate, die im Kurs neben der Grammatik auch stets spielerische Elemente enthalten oder die kommunikativen Kompetenzen fördern. Dabei werden wir uns auch die Frage stellen, wann und in welchem Ausmaß grammatische Korrektheit und Fehlerkorrektur wichtig sind. Es handelt sich um eine didaktisch-methodische Veranstaltung, in der es um die Vermittlung der Grammatikinhalt geht und nicht um das Kennenlernen der Grammatikinhalt.

Der Schwerpunkt der Fortbildungen liegt auf Deutsch-Kursen der Niveaustufen A1 bis B1, aber auch Dozenten anderer Sprachen sind herzlich willkommen.

Kursnummer U 40490RF

VHS Crailsheim

Referentin: Melanie Röhl

Termin: Freitag, 20. Oktober 2023, 14:00-18:30 Uhr

Kursort: vhs, Raum 01, EG, links

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 30 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Crailsheim

Tel. 07951 403-3800, vhs@crailsheim.de

Die vhs.cloud als digitale Unterstützung für Sprachkurse (für Kursleitungen)

Die vhs.cloud kann Ihren Sprachkurs bereichern: als Kommunikationsmittel mit Ihren Kursteilnehmenden, zur Bereitstellung der Kursaufgaben und -dateien oder Verlinkung von Materialien für die weitere Vertiefung des Gelernten. Sie können an Flexibilität gewinnen, bei Bedarf Videokonferenzen abhalten oder verschiedene Lernsettings (Präsenz- und Online-Lernen kombinieren).

Blended-Learning-Veranstaltung: Zwischen den beiden Kursterminen haben Sie die Möglichkeit, Ihren eigenen Kurs in der Cloud zu gestalten. Am ersten Präsenztage erhalten Sie wichtiges Handwerkszeug hierzu, am zweiten Präsenztage können Sie Ihren Kurs präsentieren und offene Fragen klären.

Kursnummer: 23W-508.48

VHS Eppingen

Referentin: Yolanda Cabrera Ruiz

Termin: Samstag, 11. u. 25. November 2023, 09:30-12:30 Uhr, 2 Vormittage

Kursort: VHS, Kaiserstraße 1/1 (altes Forstamt), Eppingen,

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Eppingen

Tel: 07262 20695-17 oder -18, vhs@eppingen.de

Einsteigen, bitte! – Aber wie?

Kreative und motivierende Unterrichtseinstiege für Sprachkurse

Der Einstieg in unsere Sprachkurse entscheidet oft über den weiteren Verlauf der Unterrichtseinheiten. Mit dem notwendigen didaktischen und methodischen Repertoire können wir unsere Teilnehmenden in dieser Phase motivieren und kreativ aus ihrem Alltag abholen. In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns mit den wichtigsten Hintergrundfragen zu Unterrichtseinstiegen und werden dann selbst viele Methoden aus der Praxis kennenlernen und teilweise selbst ausprobieren. Wir lernen Eisbrecher und themenunabhängige Spracheinstiege kennen und beschäftigen uns auch mit der Planung eines Einstiegs in eine aktuelle Unterrichtslektion oder ein Stundenthema, so dass wir die Ideen sofort in aktuellen Kursen anwenden können.

Die Ideen und Methoden dieser Fortbildung sind so ausgewählt, dass sie jeweils für fast alle gesprochenen Sprachen geeignet sind und es ist für alle Sprachniveaus und Kursformate etwas dabei.

Kursnummer U106A604

VHS Heilbronn

Referentin: Melanie Röhl

Termin: Samstag, 18. November 2023, 9:00-13:00 Uhr

Kursort: vhs Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 35 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131-9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Beruf

ChatGPT – was kann künstliche Intelligenz? (Online)

Seit Anfang 2023 ist der Chat-Bot ChatGPT von OpenAI in aller Munde. Der Textgenerator arbeitet mit künstlicher Intelligenz (KI) und antwortet im Chat-Format auf Nutzeranfragen; er kann sowohl einfache Fragen beantworten als auch komplexe Texte verfassen.

Im Mittelpunkt werden diese Themen stehen:

- Wie funktioniert ChatGPT - und wo sind die Grenzen?
- Welche Anwendungsmöglichkeiten gibt es?
- Welche Vor- und Nachteile sind zu berücksichtigen?
- Wie können Interessierte das KI-Tool nutzen?
- Wie unterscheiden sich die kostenlose und die Bezahlversion?
- Wie sieht der Datenschutz bei ChatGPT aus?

Anhand von praktischen Beispielen wird aufgezeigt, wie ChatGPT im Alltag und im beruflichen Kontext (z. B. Unterrichtsvorbereitung) genutzt werden kann. Einige Aspekte können je nach Wunsch der Teilnehmenden vertieft diskutiert werden. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Voraussetzung: Gute Internetverbindung, Webcam, Mikrofon, Lautsprecher/Headset.

Kursnummer U106A602D

VHS Heilbronn

Referent: Daniel Wierbicki

Termin: Samstag, 14. Oktober 2023, 9:00-11:30 Uhr

Kursort: Home Office

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 10 €, für externe Teilnehmende 25 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131 9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Präsentationstechniken mit PowerPoint (GQ)

für Fortgeschrittene (online)

PowerPoint ist ein hervorragendes Werkzeug, um interessante Präsentationen für große oder kleine Gruppen zu gestalten und vorzuführen. Haben Sie schon erste Erfahrungen mit PowerPoint machen können und möchten nun Ihr Wissen erweitern, so erfahren Sie in diesem Kurs, wie Sie weitergehende Techniken und Funktionen einsetzen können. Sie sehen, wie verschiedene Farbschemen und Designs ausgewählt und verwendet werden können und bekommen einen intensiven Einblick, wie Bilder, Grafiken und andere Objekte in die Folien eingebunden und gestaltet werden.

Kursinhalte:

- Das Programm PowerPoint und erweiterte Möglichkeiten im Detail kennenlernen
- Texte bearbeiten, formatieren und platzieren
- Verschiedene Objekte erzeugen, einbinden und gestalten
- Farben, Farbschemen und Designs auswählen und anwenden
- Präsentationen individualisieren und den Vortrag steuern

Kursnummer 232VV50140

VHS Unterland

Referent: Thomas Ströbel

Termin: Freitag, 2. Februar 2024, 15:00-18:00 Uhr

Kursort: Online

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 10 €, für externe Teilnehmende 25 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Viola Feulner, Tel. 07131 5940-150, feulner@vhs-unterland.de

Bitte melden Sie sich an bis 29.01.2024

Anmeldung:

- Bitte melden Sie sich frühzeitig direkt bei der VHS an, die die Fortbildung durchführt; die Kontaktdaten sind bei den Veranstaltungen jeweils vermerkt.
- Die Anmeldung ist telefonisch oder per E-Mail möglich. Das SEPA-Lastschriftmandat schicken Sie der VHS zu.
- Sie erhalten per Mail eine Anmeldebestätigung.
- Bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung können Sie gebührenfrei von der Teilnahme zurücktreten.

SEPA-Lastschriftmandat für Anmeldegebühren der Regionalversammlung Franken

Ich ermächtige die VHS _____ zum einmaligen Einzug der Anmeldegebühr _____
für das Seminar _____ am _____
Bank _____ IBAN _____
Name/Vorname _____ Kursleiter*in der VHS _____
Anschrift _____
Mobiltelefon (für kurzfristige organisatorische Informationen) _____
E-Mail _____ Datum / Unterschrift _____

Anschriften der Volkshochschulen in der Regionalversammlung Franken

VHS Bad Mergentheim

Marktplatz 1, 97980 Bad Mergentheim
Tel. 07931 57-4300, Fax 07931 57-4907
E-Mail: vhs@bad-mergentheim.de, www.vhsmgh.de

VHS Crailsheim (Stadt)

Spitalstr. 2a, 74564 Crailsheim
Tel. 07951 403-3800
E-Mail: vhs@crailsheim.de, www.vhs-crailsheim.de

VHS Crailsheim-Land e.V.

Schlossstraße 10, 74592 Kirchberg/Jagst
Tel. 07954 9801-32, Fax 07954 9801-19
E-Mail: info@crailsheim-land.de, www.vhs-crailsheim-land.de

VHS Eppingen

Kaiserstraße 1/1, 75031 Eppingen
Tel. 07262 2069518, Fax 07262 2069519
E-Mail: vhs@eppingen.de, www.vhs-eppingen.de

VHS Heilbronn gGmbH

Kirchbrunnenstraße 12, 74072 Heilbronn
Tel. 07131 9965-0, Fax 07131 9965-65
E-Mail: info@vhs-heilbronn.de, www.vhs-heilbronn.de

Zweckverband VHS Künzelsau

Kirchplatz 9, 74653 Künzelsau
Tel. 07940 9219-0, Fax 07940 9219-29
E-Mail: info@vhskuen.de, www.vhs-kuen.de

VHS Mittleres Taubertal e.V.

Struwepfad 2, 97941 Tauberbischofsheim
Tel. 09341 89680-0, Fax 09341 89680-29
E-Mail: vhs-mittleres-taubertal@t-online.de
www.volkshochschule-aktuell.de

VHS Neckarsulm

Seestraße 15, 74172 Neckarsulm
Tel. 07132 35370, Fax 07132 35-374
E-Mail: vhs@neckarsulm.de, www.vhs-neckarsulm.de

VHS Öhringen

Uhlandstr. 23, 74613 Öhringen
Tel. 07941 68-4250, Fax 07941 68-4260
E-Mail: volkshochschule@oehringen.de
www.volkshochschule-oehringen.de

VHS Schwäbisch Hall e.V.

Salinenstr. 6-10, 74523 Schwäbisch Hall
Tel. 0791 97066-0, Fax 0791 97066-29
E-Mail: info@vhs-sha.de, www.vhs-sha.de

VHS Unterland im Landkreis Heilbronn

Geschäftsstelle:
Allee 40, 74072 Heilbronn
Tel. 07131 5940-0, Fax 07131 5940-199
E-Mail: info@vhs-unterland.de, www.vhs-unterland.de

VHS Wertheim e.V.

Hämmelsgasse 4, 97877 Wertheim
Tel. 09342 857-35 21, Fax 09342 857-35 22
E-Mail: info@vhs-wertheim.de, www.vhs-wertheim.de