



KURSLEITER/IN RÜCKENSCHULE

ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer, selbstständig Rücken- trainings- und Rückenschulprogramme inhaltlich-methodisch sinn- voll und verantwortungsbewusst zu konzipieren, zu organisieren und durchzuführen. Innerhalb der Trainingsprogramme leiten sie ihre Teilnehmer professionell und unter Beachtung didaktisch- methodischer Prinzipien in den verschiedenen Elementen der Rückenschule an.

★★★★★
Aufbauqualifikation

vor Ort | digital

INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Epidemiologie und Entwicklung der Rückenschule
 - Entwicklung der Rückenschule in Deutschland
 - Anforderungen an heutige Rückenschulkonzepte
2. Anatomische und diagnostische Grundlagen
 - Aufbau, Funktion und muskuläre Sicherung der Wirbelsäule
 - Physiologische Haltung und Normvariation
 - Diagnostische Mittel für den Rückenschultrainer
3. Praxis der präventiven Rückenschule
 - Körperwahrnehmung und Körpererfahrung
 - Haltungs- und Bewegungsschulung
 - Rückengesundes Alltagsverhalten
 - Funktionsgymnastik
 - Kleine Spiele/Spielformen
 - Entspannung
4. Planung, Organisation und Durchführung einer Rückenschule
 - Zeitliche Planung
 - Teilnehmer und Zielgruppen
 - Inhaltlicher und methodischer Aufbau
 - Rückenschule für ausgewählte Zielgruppen

ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Gruppentrainer, die bereits über grundlegende trainings- wissenschaftliche sowie funktionell-anatomische Grundkenntnisse in Theorie und Praxis verfügen und ihr Wissen im Themenfeld des gruppenspezifischen Rücken- trainings ausbauen wollen.
Die BSA-Basisqualifikation „Gruppentrainer/in-B-Lizenz“ oder eine vergleichbare Vor- bildung wird empfohlen.

BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation
Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten.

EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Trainer/in für präventives Rückentraining
- Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)
- Lehrer/in für Gruppentraining

<p> DAUER 3 Monate mit 2 Tagen Präsenzphase</p>	<p> ANERKENNUNG Staatlich geprüft und zugelassen ZFU-Nr. 7186808</p>	
<p> PRÜFUNG Zulassung Teilnahme an der Präsenzphase Art vor Ort: Lehrprobe digital: Lehrprobe als Video</p>	<p> GEBÜHR 448,00 EUR in 1 Rate oder monatlich 123,00 EUR in 4 Raten; gesamt: 492,00 EUR Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138) Förderung möglich (Seite 138)</p>	
	<p> START Jederzeit möglich</p>	
	<p> INFOS/ANMELDUNG QR-Code scannen</p>	