



Bewegungstrainerin BGB

Level 1

Modularisierter Lehrgang



Grundlagen

Das neue Berufsbildungsgesetz sieht formelle und modularisierte Ausbildungen vor. Der BGB Schweiz bietet einen modularisierten Ausbildungslehrgang zur *Bewegungstrainerin BGB* an. Das Lernen in Modulen ist insbesondere für wieder einsteigende und quereinsteigende Frauen eine wertvolle Bildungsmöglichkeit. Diese Grundausbildung entspricht dem Level 1 des BGB und befähigt zur Gestaltung von einfachen Gymnastikangeboten im Rahmen der allgemeinen Gesundheitserhaltung und der Freizeit.

In der Folge an die *Bewegungstrainerin BGB* Ausbildung besteht die Möglichkeit der modularisierten Weiterbildung zur *Bewegungspädagogin BGB*. Diese Weiterbildung vermittelt die Kompetenzen zur Gestaltung von komplexen Bewegungsangeboten im Rahmen der speziellen Gesundheitserhaltung, vor allem der Körperwahrnehmung, der Haltungskorrektur, der Entspannung und der Atmungsarbeit zur Steigerung des Wohlbefindens und im Rahmen der Primär- und Sekundärprävention.

Im Anschluss an Level 2 stehen der *Bewegungspädagogin BGB* auf Level 3 Spezialisierungen in verschiedenen Bereichen offen wie z.B. Bewegungstherapie, Tanz, Gestaltung, oder Choreografie.

Tätigkeit

Während der Grundausbildung erfolgt noch keine Spezialisierung. Über die Bewegung und Entspannung führt die *Bewegungstrainerin BGB* ihre Kundinnen zu einer verbesserten Wahrnehmung ihrer physischen, psychischen und sozialen Befindlichkeit. Das führt zu einer vertieften Selbst-, Fremd- und Umfeldwahrnehmung.

Wichtige Ziele der gymnastischen Bewegungsschulung sind:

- Bewegungsfreude wecken
- Erhaltung der Gesundheit
- Steigerung der Leistungsfähigkeit
- Hinführung zur Wahrnehmung der Körperlichkeit
- Einsatz der Bewegung als gestaltendes Mittel

In der gymnastischen Bewegungsschulung werden sich bedingende und sich ausschliessende Leistungen prozesshaft wahrgenommen und dem eigenen Verhalten zugrunde gelegt, so zum Beispiel:

- Spannung und Entspannung
- Belastung und Belastbarkeit
- Harmonie und Dissonanz
- Ruhe und Stress
- Spiel und Leistung



Durch eine nicht primär leistungsorientierte, sondern auch nach innen föhlende und fein nach aussen agierende gymnastische Arbeit, wird über den Körper die leibliche und seelische Existenz wahrgenommen und begriffen. Diese Arbeit basiert auf einem humanistisch geprägten, im weitesten Sinne wissenschaftlichen Weltbild.

Die *Bewegungstrainerin BGB* verhält sich kritisch gegenüber modischen, ökonomischen, politischen und weltanschaulichen Trends.

Die *Bewegungstrainerin BGB* wendet ihre Kenntnisse, Fähigkeiten und Mittel zur Gesundheitserhaltung und zur Steigerung oder Erhaltung des Wohlbefindens ihrer Kundinnen an. Sie führt diese zu einer gesundheitserhaltenden Selbstverantwortung, indem sie wo immer möglich einen Alltagsbezug herstellt. Sie fördert auch die Bewegungsfreude als solche. Sie verpflichtet sich den ethischen Grundsätzen des BGB.

Tätigkeitsfelder

Die *Bewegungstrainerin BGB* arbeitet vor allem in:

- eigenen Studios
- Fitness- oder Wellness-Zentren
- Alters- und Pflegeheimen
- gesundheitsorientierten Institutionen, Stiftungen oder Vereinen

Mittel der Gymnastik

Die *Bewegungstrainerin BGB* bedient sich einer Vielfalt von Mitteln und setzt diese gezielt ein, so zum Beispiel:

- Gymnastik und Rhythmik
- Spiel und Tanz
- Musik und Gestik
- Atmung und Entspannung
- Techniken zur Förderung der Kraft und Ausdauer
- Techniken zur Förderung der Beweglichkeit
- Techniken zur Förderung der Koordination oder Gewandtheit

Anforderungen und Zulassungsbedingungen

Der Umgang mit Menschen im Bewegungsbereich erfordert von der *Bewegungstrainerin BGB* vielfältige Voraussetzungen und Kompetenzen, so zum Beispiel:

- Gewandtheit im Umgang mit Menschen, einzeln oder in Gruppen
- ausgeprägtes Körpergefühl und ausgeprägte Bewegungskompetenz
- Interesse an bewegungsphysiologischen, psychosozialen und pädagogischen Hintergründen und Zusammenhängen

Für die modularisierte Ausbildung zur *Bewegungstrainerin BGB* ist eine abgeschlossene BBT anerkannte erste Berufsbildung oder ein anderer Sekundarstufe 2 Abschluss Voraussetzung.

Vor Ausbildungsbeginn erfolgt ein Gespräch zur Überprüfung der Motivation und Eignung zur Ausbildung. Anlässlich des Eignungsgespräches oder einer Lernberatung wird festgehalten, in wie weit Leistungsausweise über bereits vorhandene Ausbildungsteile vorliegen. Diese müssen nicht wiederholt werden, ihre entsprechenden Kompetenzen werden jedoch geprüft.

Anerkennung

Dieser Lehrgang schliesst nach bestandener Prüfung mit dem Fähigkeitsausweis *Bewegungstrainerin BGB* oder *Bewegungstrainer BGB Level 1* ab.

Dieser Fähigkeitsausweis *Bewegungstrainerin BGB Level 1* ist ein Verbandszertifikat des BGB und ist Voraussetzung für die Weiterbildung zur *Bewegungspädagogin BGB Level 2*. Er dient als Zulassung für gewisse Weiterbildungsangebote des BGB auf Level 2 Stufe.

Zurzeit laufen verbandsübergreifende Verhandlungen mit dem BBT zur Akkreditierung des Level 2 im Rahmen eines eidg. Fachausweises.

Reglemente

Für den Lehrgang gelten folgende Reglemente:

- Statuten BGB vom 15. September 2001
- Reglement für BGB anerkannte formelle und modulare Ausbildungslehrgänge in Gymnastik- und Bewegungspädagogik 2009
- Prüfungsreglement über die BGB Level 1 Prüfung zur Bewegungstrainerin oder zum Bewegungstrainer BGB 2009
- Wegleitung zur BGB Level 1 Prüfung 2009
- Qualitätsleitbild und Reglement zur Qualitätssicherung BGB 2004

Lehrgang

Der modularisierte Lehrgang zur *Bewegungstrainerin BGB* gliedert sich in 7 Ausbildungsmodulen und ein allfälliges Abschlussmodul. Der Lehrgang weist nur Pflichtmodule auf.

Modulübersicht

M1	Anatomie und Physiologie Basis: Bewegungssystem, Betriebssystem, Steuerungssysteme. <i>Kompetenznachweis</i>
M2	Ernährungslehre
M3	Trainingslehre Theorie: Physikalische Gesetze, physiologische Prinzipien, neuromuskuläre Systeme, Muskelphysiologie, Gelenksphysiologie, zielorientiertes Arbeiten. Trainingslehre Praxis: Techniken zur Förderung der konditionellen Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Gewandtheit. <i>Kompetenznachweis</i>
M4	Gymnastische Bewegungsschulung 1: Körperformung, Körperwahrnehmung, Haltungsschulung, Atmungsschulung und Entspannungstechniken, didaktisch-methodische Grundlagen für den Gymnastikunterricht. <i>Kompetenznachweis</i>
M5	Gymnastische Bewegungsschulung 2: Bewegungsformung- und -gestaltung, rhythmische und tänzerische Bewegungsschulung, Planen von Gymnastikangeboten. <i>Kompetenznachweis</i>
M6	<i>Geschäftsführung, Berufskunde</i>
M7	<i>Seniorensporthleiter-/in BASPO, Quereinsteigermodul</i> <i>Kompetenznachweis</i>
M8	Abschlussmodul: Repetitorium, konzeptionelles Handeln. Vorbereitung auf die BGB Level 1 Prüfung. <i>BGB Level 1 Prüfung</i>

Bildungsportfolio

Während dem modularisierten Lehrgang muss ein Bildungsportfolio geführt werden. Dieses dient als Nachweis der geforderten Lernleistungen und der selbständig geleiteten praktischen Tätigkeiten. Es dient als Zulassungsbedingung für die BGB Level 1 Prüfung.

Umfang / Daten / Kosten

Der Lehrgang umfasst 8 Pflichtmodule, total 74 Tage.
Die Module sind zeitlich nach einander geplant.
Unterrichtstage sind im Wesentlichen Freitag und Samstag.
Im Modul Trainingslehre sind drei Donnerstage terminiert.
Der Kursort ist Zürich.



Modulübersicht

	UE	T	Pflichtmodule
M1	54	9	Anatomie und Physiologie Basis
M2	12	2	Ernährungslehre
M3	60	10	Trainingslehre Davon Theorie 6 Tage, Praxis 4 Tage
M4	120	20	Gymnastische Bewegungsschulung 1 Davon Didaktik/Methodik: 4,5 Tage
M5	150	25	Gymnastische Bewegungsschulung 2 Davon Didaktik/Methodik: 5 Tage
M6	12	2	Geschäftsführung, Berufskunde
M7	22	3	Seniorensportleiter/-in BASPO
M8	12	2	Abschlussmodul
	6	1	BGB Level 1 Prüfung

UE: Unterrichtseinheiten, T: Tage

Ausbildungsbeginn

Die Ausbildung kann mit jedem Modul 1-6 gestartet werden. Lediglich Modul 7 und 8 setzen den vorgängigen Besuch anderer Module voraus.

Ausbildungsdaten 2010/2011

M1 Anatomie und Physiologie Basis:
Daten: 9.1. bis 6.3.2010 Kosten: 1'530.--

M2 Ernährungslehre
Daten: 19. und 20.3.2010 Kosten: 340.--

M3 Trainingslehre
Daten: 25.3. bis 5.6.2010 Kosten: 1'700.--

M4 Gymnastische Bewegungsschulung 1
Daten: 27.8. bis 18.12.2010 Kosten: 3'500.--

M5 Gymnastische Bewegungsschulung 2
Daten: 14.1. bis 25.6.2011 Kosten: 4'350.--

M6 Geschäftsführung, Berufskunde
Daten: 3.9. und 17.9.2011 Kosten: 340.--

Krankheit oder Unfall

Für diesen Fall kann eine Annullierungskosten-Versicherung der ELVIA abgeschlossen werden. Gegen Vorlegung eines ärztlichen Zeugnisses ist dann eine Rückerstattung oder der Erlass des Kursgeldes möglich.

Absage eines Moduls

Der BGB behält sich vor bei zu niedriger Teilnehmerzahl ein Modul zu verschieben oder nicht durch zu führen.

Eignungsabklärung und Orientierungsseminar

Die Eignungsabklärung erfolgt über ein persönliches Gespräch und den Besuch eines Orientierungsseminars. An diesem Tag wird die modulare Ausbildung zur Bewegungstrainerin BGB im Detail vorgestellt und es werden Ihre Fragen zum Inhalt, zur Anerkennung sowie zu den Rahmenbedingungen beantwortet. In einer praktischen Schnupperlektion stellen wir die gymnastische Bewegungsschulung vor.

Kosten: Fr. 90.-- für das individuelle Gespräch
Fr. 90.-- für das Orientierungsseminar

Das persönliche Gespräch wird individuell terminiert.
Nächste Orientierungsseminare sind an folgenden Daten in Zürich,
jeweils 13.00 bis 17.00 Uhr geplant:

Samstag, 27. März 2010

Samstag, 19. Juni 2010

Aufnahmebedingungen

- abgeschlossene Erstausbildung
- Eignungsgespräch und Besuch des Orientierungsseminars
- ärztliches Gesundheitsattest

Änderungen vorbehalten

Auskunft und Anmeldung

BGB Schweiz
Berufsverband für Gymnastik und Bewegung
Vogelsangstrasse 13 A
5412 Gebenstorf
Tel. 056 223 23 71, Fax 223 23 81
info@bgb-schweiz.ch
www.bgb-schweiz.ch