



Bewegungstrainerin BGB

Level 1

Modularisierter Lehrgang



Bewegung - Gesundheit - Freude

Das sind drei Stichworte, die Sie während einer Ausbildung in Gymnastik und Bewegungspädagogik begleiten werden. Ein vielseitiges Fächerprogramm lässt Sie ihre Fähigkeiten und Stärken erkennen. Sie werden verschiedene Trainingsarten, Tanz- und Bewegungstile erlernen. Das erlangte Wissen und Können wird es ihnen ermöglichen, ihre Bewegungsstunden dynamisch und abwechslungsreich zu gestalten. Sie lernen, ihre Kreativität zu nutzen und mit jüngeren und älteren Menschen umzugehen.

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.

Das modulare Baukastensystem ermöglicht es ihnen, bereits absolvierte Ausbildungsmodule und Kenntnisse aus vorgängigen Berufsausbildungen anerkennen zu lassen. Individuell stellen Sie sich ihren Ausbildungsweg zusammen und koordinieren ihn mit ihrer Arbeits- und Wochenplanung.

Lehrgang zur Bewegungstrainerin BGB

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 fühlende 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



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.

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	Geschäftsführung, Berufskunde
M7	Erwachsenensportleiter/-in Gymnastik esa-Ausbildung, Bundesamt für Sport, BASPO <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

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

Modulübersicht

	KS	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	132	22	Gymnastische Bewegungsschulung 2 Davon Didaktik/Methodik: 5 Tage
M6	12	2	Geschäftsführung, Berufskunde
M7	36	6	Erwachsenensportleiter/-in
M8	12	2	Abschlussmodul
	6	1	BGB Level 1 Prüfung

KS: Kontaktstunden, T: Tage

Ausbildungsbeginn

Der Ausbildungsbeginn ist jederzeit möglich und kann wahlweise mit einem Modul begonnen werden. Lediglich Modul 7 und 8 setzen den vorgängigen Besuch anderer Module voraus.

Angabe über genaue Unterrichtsdaten und -zeiten, Lernziele, Inhalte und Dozenten entnehmen Sie dem detaillierten Modulbeschrieb unter www.bgb-schweiz.ch.

Lehrgangsordnung

Kompetenznachweis: BGB Level 1 Prüfung
Nachweis der selbständig geleitete praktische Tätigkeit
schriftliche Abschlussarbeit

Ausbildungsumfang: 448 Kontaktstunden
402 Std. Selbststudium
100 Std. selbständig geleitete praktische Tätigkeit

Ausbildungskosten

Die Ausbildungskosten variieren beträchtlich, entsprechend den bereits erbrachten Vorleistungen. Die Kurs- und Modulkosten entsprechen der Gebührenverordnung des BGB Weiterbildungsprogramms. Die Akkreditierungskosten entsprechen der Prüfungsgebührenordnung des BGB.

Zahlungsmodus

nach BGB-Richtlinien

Abbruch eines Moduls

Bei Abbruch eines Moduls besteht kein Anspruch auf Rückerstattung des bereits bezahlten Betrages oder Erlass des noch ausstehenden Kursgeldes.

Abmeldung vor Beginn eines Moduls

Sollte eine Warteliste bestehen und eine Ersatzperson den Platz übernehmen, entstehen ausser einer Umtriebsentschädigung in der Höhe von Fr. 100.- keine weiteren Kosten.

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

Die Eignungsabklärung erfolgt über ein persönliches Gespräch und das Absolvieren eines Praxisteils. Das Gespräch wird individuell terminiert, die Teilnahme an einer Bewegungsstunde erfolgt nach Absprache.

Kosten: Fr. 180.-- (inkl. schriftlicher Rückmeldung betreffend Eignung)

Aufnahmebedingungen

- abgeschlossene Erstausbildung
- abgeschlossene Eignungsabklärung
- 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

