DA-SPAS-27-01

# Sport nach Schlaganfall | Bewegungstherapie in der Gruppe | 10 FP



Immer mehr Menschen sind von Schlaganfall, Parkinson und MS betroffen. Bewegungsmangel ist ein zusätzliches Risiko, beispielsweise für Schlaganfall. Sich zu bewegen bedeutet Unterstützung der Neurogenese.

Gymnastik und Bewegungsspiele helfen Hemmungen abzubauen und Brücken zur Teilnahme am sozialen Leben aufzubauen. Gruppenarbeit ist bei neurologischen Erkrankungen besonders wichtig, denn viele neigen dazu, sich zu isolieren. Angst, Unsicherheit und /oder Mutlosigkeit sind oft die Ursachen.

**Ziel des Seminars:**
Mehr Bewegung für Menschen mit neurologischen Handicaps zur Wiedergewinnung und Erhaltung der individuellen Lebensqualität und zur Entlastung der Angehörigen.

**Zielgruppen von SpaS:**
Neurologische Patienten der Phasen B bis E, aber auch während des Klinikaufenthalts (Phase B und C)

**Themen im Seminar:**
Wir zeigen, wie man die äußerst inhomogene Gruppe der vom Schlaganfall Betroffenen oder andere mit neurologischen Handicaps mit Bewegung „unter einen Hut bringt“, sowohl in der Klinik als auch ein Leben lang in der Zeit danach.

**Themen des Kurses:**

- Förderung der Kommunikationsfähigkeit
- Gedächtnis und Bewegung (GriBS)
- Gleichgewichtsschulung (StuBS)
- Gymnastik mit/ ohne Handgeräte
- Kleine Spiele im Sitzkreis und im Raum (Reaktions-, Differenzierungs-, Orientierungs-, Rhythmus- und Koppelungsfertigkeit)
- Spiele für heterogene Gruppen (Fußgänger und Rollstuhlfahrer)
- Übungsformen zur Schulung der Beidseitigkeit bei Hemiplegie
- Lehrübungen
- Methodik – Didaktik

Es werden sowohl Gruppen als auch Einzeltherapien berücksichtigt. Die Gruppentherapie kann Therapeuten und Übungsleitern ein zweites berufliches Standbein bieten.

Zu erwartenden Effekte sind unter anderem: Stimulation der Entwicklung des ZNS, geringeres Sturzrisiko, leistungsfähigeres Cardio-Pulmonalsystem, Korrektur von Bewegungsstereotypen, mehr Beweglichkeit und Kraft, Normalisierung des Muskeltonus, bessere feinmotorische Fähigkeiten, Förderung von Fähigkeiten der Selbstpflege, Sprache und Kognition, Stabilisierung der Psyche, verbesserte soziale Kontakte,

| | |
|---|---|
| **Leitung** | Friederike Ziganek-Soehlke \| Sportwissenschaftlerin und Dipl. Fach-Sportlehrerin für Prävention und Rehabilitation |
| **Kursgebühr** | 180,00 € |
| **Beginn** | 09.04.2027 |
| **Ende** | 09.04.2027 |
| **Kurszeiten** | Fr. 09.04., 10:00 - 18:00 Uhr |
| **Kursort** | Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt |
| **Zielgruppe** | Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Ärzte, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler, Logopäden |
| **Fortbildungspunkte** | 10 |