

# Rückengesundheit Kursleiter | ZPP zertifiziert | 15 FP



Diese Kursleiter-Fortbildung fokussiert sich vorrangig auf den Aufbau bzw. Erhalt eines aktiven und bewegungsorientierten Gesundheitsverhaltens in Bezug auf die Rückengesundheit.

## Ihr Nutzen:

Wenn Sie für Ihre Kursteilnehmer einen besonders praxis- und bewegungsorientierten Rücken-Basiskurs suchen, der von gesetzlichen Kostenträgern anerkannt ist, sind Sie in dieser Fortbildung genau richtig.

Zusätzlich zur Kursleiterbefähigung erhalten Sie eine vollumfängliche Einweisung in zwei ZPP- zertifizierte Kurskonzepte inkl. detaillierter Stundenbilder sowie fertig ausgearbeiteter Teilnehmerunterlagen.

Ihr persönlicher Arbeitsaufwand wird dadurch stark reduziert, sodass Sie sich auf die eigentliche Tätigkeit Durchführung qualitativ hochwertiger Kurseinheiten konzentrieren können.

## Themen des Kurses:

- Evidenzlage und wissenschaftlicher Stand zur Rückengesundheit
- Rückenschmerzen aus biopsychosozialer Sicht (Einteilung, Entstehung, Coping, Chronifizierungswege etc.)
- psychologische Aspekte (Schmerzverarbeitung/ endurance- & fear avoidance belief)
- Positivsuggestionen zur Förderung der Rückengesundheit
- Gruppenleitung aus gesundheitsorientierter Sicht (Binnendifferenzierung, Progression)
- Aspekte der Motivation und Gruppendynamik (Kommunikation, Musikeinsatz, Interaktion etc.)
- kleine Spiele und freudbetonte Erwärmungsformen
- Übungsprogramme zur Förderung der Kraftfähigkeit, Koordination sowie Beweglichkeit
- Stundenaufbau und Kursgestaltung
- Praktisches Erleben ausgewählter Modellstunden
- Erläuterung der Theoriebausteine inkl. fertig ausgearbeiteter Tafelbilder
- Lehrpraktische Übung inkl. Auswertung
- ZPP- anerkanntes Kurskonzept zur einfachen Zertifizierung nach § 20 SGB V
- umfangreicher Seminarordner mit allen relevanten Teilnehmer-Unterlagen

Die Seminarteilnehmer:innen erhalten zusätzlich alle für die Kursdurchführung relevanten Unterlagen auch in digitaler Form.

## Voraussetzung für die Anerkennung gemäß § 20 SGB V:

- Sportwissenschaftler/in (Abschlüsse: Diplom, Staatsexamen, Magister, Master, Bachelor)
- Krankengymnast/in, Physiotherapeut/in
- Sport- und Gymnastiklehrer/in
- Ärztin/Arzt
- Ergotherapeutinnen/Ergotherapeuten sowie Masseurinnen/Masseure

Sonst alle gesundheitsorientierten Kursleiter, interessierte Bewegungsfachkräfte und Trainer.

|                           |                                                                                                 |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Leitung</b>            | Lehrteam der Health and Fitness Academy                                                         |
| <b>Kursgebühr</b>         | 0,00 € inkl. Skript                                                                             |
| <b>Beginn</b>             | 30.09.2023                                                                                      |
| <b>Ende</b>               | 02.10.2023                                                                                      |
| <b>Kurszeiten</b>         | Sa. 30.09., 10:00 - 18:30 Uhr<br>So. 01.10., 09:00 - 17:30 Uhr<br>Mo. 02.10., 09:00 - 17:30 Uhr |
| <b>Kursort</b>            | Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg                                                      |
| <b>Zielgruppe</b>         | Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Ärzte, Sportwissenschaftler                       |
| <b>Fortbildungspunkte</b> | 15                                                                                              |