

Bewegungstraining und Bewegungspädagogik

Selber in Bewegung sein und andere begleiten



Berufsbild & Ausbildung

Voraussetzungen

Arbeitsfelder

Inhalte

Ausbildungsweg / Level 1-3

Eidg. Berufsabschlüsse

Ausbildungsinstitute



Wir bewegen Menschen

Das Berufsbild und die Ausbildung

Gesundheit und deren Förderung rücken immer mehr ins Bewusstsein der Gesellschaft. Im Bewegungsberuf beschäftigen Sie sich mit verschiedensten Menschen und Zielgruppen jeglichen Alters. Sie führen Ihre Teilnehmer zu mehr Beweglichkeit, Spannkraft sowie Ausdauer und helfen ihnen dabei ihre Körperwahrnehmung und ihr Bewegungspotenzial zu erweitern. Sie haben Vorbildfunktion und sind ein wichtiger Gesprächspartner für die persönlichen Anliegen Ihrer Kundschaft, da Bewegung und Gesundheit auch andere Lebensbereiche berührt. Im engen Kontakt und Austausch mit Ihren Kunden und Kundinnen erfahren Sie, welche Bedürfnisse bestehen. Ihre Ausbildung gibt Ihnen die erforderliche Kompetenz, im Einzel- und Gruppenunterricht Ihre Kenntnisse in Anatomie, Psychologie, Kommunikation, Methodik und Didaktik gezielt einzusetzen.

Voraussetzungen

Ihre Interessen liegen im Bewegen, Planen, Führen, Motivieren, Unterrichten, Anleiten, Zeigen und Üben. Sie haben Freude am Gestalten, Aufbauen und Durchführen von Bewegungs- und Tanzlektionen. Sie nehmen Herausforderungen gerne an, wie z.B. die richtige Musik für den Unterricht zu wählen oder die Gruppe immer wieder mit neuen Ideen anzuleiten. Sie werden mit Ihrem Bewegungsunterricht Ihren Kunden und Kundinnen den Weg zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und somit zur Stabilisierung der Gesundheit aufzeigen. Die Arbeit an der Haltung, der Beweglichkeit, dem Muskelaufbau und dem Körperbewusstsein reizen Sie besonders, da Sie gelernt haben, welchen Einfluss sie auf die Gesundheit hat. Auch die Vorteile des Transfers von Bewegungserfahrungen in den Alltag vermitteln Sie begeistert und verhelfen so den Teilnehmenden zu unvergesslichen Erfolgserlebnissen. Sie decken Bewegungsmuster auf und führen zu mehr Bewusstsein und Wissen über den Körper.

Die Ausbildung und Berufsausübung in Bewegungstraining und Bewegungspädagogik setzen vor allem physische und psychische Belastbarkeit, Kreativität, Spontaneität, Begeisterungsfähigkeit und Beobachtungsgabe voraus. Wichtig ist zudem die Freude am Umgang mit Menschen aller Altersstufen.

Arbeitsfelder

- Fitness-, Wellness- und Gesundheitscenter
- Bewegungs- und Gymnastikcenter
- Rehabilitations- und andere Kliniken
- Alters- und Pflegeheime
- Sonderpädagogische Einrichtungen
- Behinderten Sport
- Jugend und Sport
- Erwachsenensport
- Arbeit mit Kindern
- Mitarbeit in Projekten zur Prävention und Sekundärprophylaxe
- Beratung für einen gesunden Lebensstil, Ergonomieberatung
- In Anstellung oder Selbständig

Inhalte der Ausbildung

- Bewegungsschulung und Bewegungslehre
- Spiel und Tanz
- Musik und Rhythmus
- Atmungsschulung
- Entspannungsmethoden
- Haltungs- und Körperschulung
- Behandlungstechniken
- Trainingsmethoden für: Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination

Der BGB Schweiz regelt die Ausbildungen über ein dreistufiges Levelsystem:

Level 1

BewegungstrainerInnen und FitnesstrainerInnen mit Fähigkeitsausweis BGB gestalten Bewegungs- und Trainingsangebote im Rahmen der Gesundheitsförderung und der Freizeit.

Level 2

Bewegungspädagogen und -pädagoginnen mit Fähigkeitsausweis BGB gestalten Gymnastik-, Bewegungs- und Trainingsangebote im Rahmen der Gesundheitsförderung, der Freizeit und der Sekundärprävention. Schwerpunkte sind dabei einerseits Bewegungsschulung, -gestaltung und Tanz, andererseits Körperwahrnehmung, Haltungsschulung, Atmung und Entspannung.

Level 3

Bewegungspädagogen und -pädagoginnen mit Diplom BGB verfügen zusätzlich über spezifische Kenntnisse in Spezialgebieten der Gymnastik oder in bewegungstherapeutischen Massnahmen, einsetzbar im Rahmen der Rehabilitation und Pädagogik.

Weiterführende eidg. Berufsabschlüsse

Der BGB Schweiz war in übergeordneten Verbandsverhandlungen an der Entstehung der neuen Berufsabschlüsse im Berufsfeld «Bewegung und Gesundheit» beteiligt. Es besteht die Möglichkeit ein eidg. Fähigkeitszeugnis und/oder einen eidg. Fachausweis zu erlangen.

Wenn Sie die Basismodule der Ausbildung zum Spezialisten/zur Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. FA erfolgreich absolviert haben, so können Sie Aktivmitglied im BGB Schweiz werden und den Level 1 BGB beantragen. Weitere Informationen erhalten Sie unter:

www.bgb-schweiz.ch/de/ausbildung/bewegung-und-gesundheit/eidg.fachausweis.html

«Bewegungs- und Tanzpädagogik»

Zur Zeit entwickelt der BGB Schweiz zusammen mit weiteren Partnern neue eidg. Abschlüsse im Bereich Bewegungs- und Tanzpädagogik. Informationen dazu finden Sie unter:

www.bgb-schweiz.ch/de/ausbildung/bewegungs-und-tanzpaedagogik.html

Die dem BGB Schweiz angeschlossenen Ausbildungsinstitute bieten sowohl Ausbildungslehrgänge Level 1-3 BGB als auch Weiterbildungs- und Spezialisierungslehrgänge an. Unsere Mitgliedsinstitute und ihre Angebote:

Alphabetisch angeordnet

Ausbildungsinstitute	Lehrgänge
<p>art of motion training in movement gmbh Ostermundigenstr. 73 CH-3006 Bern Tel. +41 31 311 14 41 info@art-of-motion.com www.art-of-motion.com</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrgang in Pilates • Lehrgang in Slings Myofasiales Training
<p>Ausbildung im Chladek®-System, Zürich Biberlinstrasse 14, CH-8032 Zürich Tel. +41 79 698 16 35 mail@annaliespreisig.ch www.rosalia-chladek.com «Switzerland»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ausbildungslehrgang im Chladek®-System
<p>Danielle Curtius Tanz, Bewegung & Ausbildung Schachenstr. 9, CH-9016 St. Gallen Tel. +41 71 280 35 32 info@curtius-tanz.ch www.curtius-tanz.ch</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ausbildung zum/zur Bewegungspädagoge/-in Level 2 BGB • Vorbereitung auf die Berufsprüfung Spezialist/Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. FA • Weiterbildungslehrgang in Tanzpädagogik • Weiterbildungslehrgang in Kindertanzpädagogik
<p>HWS Huber Widemann Schule AG Bewegung und Gesundheit Eulerstr. 55, CH-4051 Basel Tel. +41 61 202 11 11 info@hws.ch www.hws.ch</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ausbildung zum/zur Bewegungspädagoge/-in Level 3 BGB • Ausbildung zum/zur Bewegungs- und Fitnesstrainerin • Vorbereitung auf die Berufsprüfung Spezialist/Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. FA • Weiterbildung in Geburtsvorbereitung, Schwangerschafts-gymnastik und Rückbildung
<p>Schule für Bewegung Zürich Peter Hasslinger Zelgstr. 46, CH-8134 Adliswil Ausbildungsort: Zürich Tel. +41 44 202 06 88 info@schule-fuer-bewegung-zuerich.ch www.schule-fuer-bewegung-zuerich.ch</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ausbildung zum/zur Bewegungspädagoge/-in Level 2 BGB • Vorbereitung auf die Berufsprüfung Spezialist/Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. FA