Sachsen-Anhalt
LANDESSPORT
BUND

GESUNDHEITSSPORT
Wegweiser

INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung

1. Sport und Gesundheit 5

2. Gesundheitssport 6

3. Quo Vadis? – Was möchte ich im Verein genau anbieten? 8

4. Qualitätssiegel für den Präventionssport 8

4.1 Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT 8

4.2 Prüfsiegel der Krankenkassen Deutscher Standard Prävention 9

4.3 Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT – Weg zum Qualitätssiegel 9

4.4 Bundeseinheitliche Präventionsprogramme 11

5. Rehabilitationssport 14

6. Übungsleiter*innenausbildung rund um Gesundheitssport 16

6.1 Präventionssport 17

6.2 Rehabilitationssport 18

7. Übersicht Ansprechpersonen 19

Informationsquellen und Literatur 20

Notizen 22

EINLEITUNG

Der demografische Wandel mit einem immer größeren Anteil älterer Menschen stellt uns vor große Herausforderungen. Gesund zu bleiben, die eigene Leistungsfähigkeit, das Wohlbefinden und damit die Lebensqualität zu erhalten, ist ein zentrales Anliegen in der heutigen Zeit.
Die Sportvereine in Sachsen-Anhalt leisten einen wesentlichen Beitrag zur Gesunderhaltung der Bevölkerung. Laut Sportentwicklungsbericht (SEB) 2020-22 bieten insgesamt 34,4 % der Vereine Programme mit den Zielsetzungen der Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation an. Schaut man sich die Bereiche genauer an, bieten ca. 32 % der Vereine ein gesundheitsförderndes oder präventives Angebot an, 6 % der Vereine sind im rehabilitativen (tertiärpräventiven) Bereich und 7,1% im Bereich Behinderung/ chronische Erkrankungen tätig.
Der Stellenwert von Bewegung und Sport rückt dabei immer mehr auch ins Blickfeld von Politik und Gesellschaft. Dadurch gewinnt auch die Zielgruppe an Bedeutung, deren Sportmotiv die Gesundheit ist.

Wegweiser als Leitfaden und Unterstützung

Der Landessportbund Sachsen-Anhalt e. V. möchte Vereine mehr unterstützen, sich auf diesem Gebiet zu etablieren und die Chancen einer gesundheitsorientierten, präventiven und rehabilitativen Ausrichtung des Vereins zu erkennen und umzusetzen. Dazu gehört zum Beispiel Gesundheitssportangebote in ihr Portfolio aufzunehmen, das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT weiterzuverbreiten und mit sportexternen Partnern zusammenzuarbeiten und so neue und dauerhaft Mitglieder zu gewinnen.
Neben Informationen zum Gesundheitssport werden in diesem Wegweiser Umsetzungsmöglichkeiten im Verein und Qualifizierungsmöglichkeiten für Übungsleiter*innen beschrieben, Ansprechpersonen benannt und auf Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten hingewiesen.

RAHMENBEDINGUNGEN

Das Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz - PrävG) trat am 25. Juli 2015 in Kraft. Es verbessert die Grundlagen für die Zusammenarbeit von Sozialversicherungsträgern, Ländern und Kommunen in den Bereichen Prävention und Gesundheitsförderung - für alle Altersgruppen und in vielen Lebensbereichen. Prävention und Gesundheitsförderung sollen dort greifen, wo Menschen leben, lernen und arbeiten: In der Kita, der Schule, am Arbeitsplatz und in Pflege- und Alteneinrichtungen und eben auch im Sportverein.

Mit den Bundesrahmenempfehlungen (am 19. Februar 2016 erstmals verabschiedet) und den Landesrahmenvereinbarungen für Sachsen-Anhalt (30. November 2016 unterzeichnet) sollen bessere Strukturen und Voraussetzungen für die Zusammenarbeit aller Akteure geschaffen werden.
Sachsen-Anhalt hat zudem das Gesundheitsziel „Entwicklung eines gesunden Bewegungsverhaltens und Verbesserung von Bewegungsangeboten für die Bevölkerung" formuliert. An dessen Umsetzung arbeiten die Akteure der verschiedenen Einrichtungen im „Arbeitskreis Bewegung" zusammen.

1. SPORT UND GESUNDHEIT

Bewegung und Sport sind für die Gesunderhaltung ein wichtiger Faktor. Regelmäßige körperliche Bewegung hält fit und steigert das Wohlbefinden. Bewegung kann Risikofaktoren minimieren und Krankheiten vorbeugen. Negative Auswirkungen körperlicher Inaktivität werden als Auslöser für die diversen Gesundheitsprobleme in unserer Zeit angesehen. Die sogenannten Zivilisationserkrankungen nehmen zu und tragen maßgeblich zum Verlust von Lebensqualität und Lebensjahren bei.

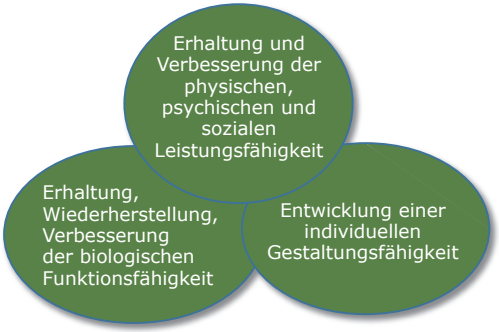


Abb.1: Mögliche Beiträge des Sports zur Gesundheit (aus Sport, Bewegung und Gesundheit, 2003, S.6)

WIEVIEL BEWEGUNG IST EMPFEHLENSWERT? „NATIONALE EMPFEHLUNGEN FÜR BEWEGUNG UND BEWEGUNGSFÖRDERUNG" (BZGA, 2017)

Kinder und Jugendliche

- Kindergartenkinder von 4 bis 6 Jahren: Bewegungszeit täglich mind. 180 Minuten
- Schulkinder von 6 bis 18 Jahren: Bewegungszeit täglich mind. 90 Minuten moderate bis hohe Intensität

Gesunde Erwachsene (18 – 65 Jahre)

- mindestens 150 Minuten/Woche moderate Intensität oder
- mindestens 75 Minuten/Woche mit höherer Intensität oder

- Mix aus moderater und höherer Intensität
- Verteilung in der Woche möglichst gleichmäßig
- dazu muskelkräftigende Aktivitäten mindestens 2 x/Woche
- langes Sitzen vermeiden

Ältere Erwachsene (ab 65 Jahre)

- mindestens 150 Minuten/Woche moderate Intensität oder
- mindestens 75 Minuten/Woche mit höherer Intensität oder
- Mix aus moderater und höherer Intensität
- Verteilung in der Woche möglichst gleichmäßig
- dazu muskelkräftigende Aktivitäten mindestens 2 x/Woche
- langes Sitzen vermeiden
- bei Mobilitätseinschränkungen 3x/Woche Gleichgewichtsübungen zur Sturzprävention
- bei gesundheitlichen Einschränkungen, mind. so viel Bewegung wie die Gesundheit zulässt

Zur Erreichung dieser Richtwerte kann die Ausübung einer sportlichen Aktivität im Verein einen wertvollen Beitrag leisten.

2. GESUNDHEITSSPORT

Folgende Definition des Gesundheitssports vertreten der DOSB und seine Mitgliedsorganisationen (siehe auch Sport und Gesundheit, 2011):

> „Gesundheitssport ist der Prozess, der mit den Mitteln des Sports das Ziel verfolgt, Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen."

KERNZIELE DES GESUNDHEITSSPORTS SIND:

Kernziel 1: Stärkung physischer Gesundheitsressourcen
Kernziel 2: Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen
Kernziel 3: Verminderung von Risikofaktoren
Kernziel 4: Bewältigung von Missbefinden und Beschwerden
Kernziel 5: Aufbau von Bindung an gesundheitssportliche Aktivität
Kernziel 6: Verbesserung der Bewegungsverhältnisse

DIE DREI SÄULEN DES GESUNDHEITSSPORTS

Kennzeichnende Merkmale und Voraussetzungen eines Angebots:

	Allgemein gesundheitsfördernder Sport	Präventionssport	Rehabilitationssport
Zielgruppe	Gesundheitsbewusste Sportinteressierte	Menschen mit Bewegungsmangel Neu- und Wiedereinsteiger	Menschen mit Behinderung oder von Behinderung bedroht Chronisch Kranke
Zielsetzung	Schwerpunkt im Bereich Gestaltungsfähigkeit und psychosoziale Ressourcen Heranführen zu lebenslangem Sporttreiben	Schwerpunkt im Bereich Reduzierung von Bewegungsmangel, Gestaltungsfähigkeit und psychosoziale Ressourcen Heranführen zu lebenslangem Sporttreiben	Schwerpunkt im Bereich Krankheitsbewältigung/ Verbesserung und Stabilisierung körperlicher Fähigkeiten, Gestaltungsfähigkeit und psychosoziale Ressourcen Heranführen zu lebenslangem Sporttreiben
Strukturen/ Organisation	Einbindung des Angebotes in die Lebenswelt Sportverein Qualifizierte Übungsleitung	Einbindung des Angebotes in die Lebenswelt Sportverein Qualifizierte Übungsleitung Krankenkassenbezuschussung bei zertifiziertem Angebot SPORT PRO GESUNDHEIT und Deutscher Standard Prävention	Qualifizierte Übungsleitung Verordnung durch den Arzt Einbindung des Angebotes in die Lebenswelt Sportverein Bei Kostenübernahme durch den Kostenträger ist die Teilnahme an einem zertifizierten Rehasportangebot möglich
Gesetzliche Grundlagen	keine	§ 20 SGB V (Sozialgesetzbuch) Leitfaden Prävention des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung von § 20 und 20a SGB V	§ 64 SGB IX Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining (Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation)

Tabelle 1: Säulen des Gesundheitssports

3. QUO VADIS? – WAS MÖCHTE ICH IM VEREIN GENAU ANBIETEN?

Diese drei W-Fragen, sollte sich ein Verein zuerst stellen:

Welche Zielgruppe soll erreicht werden?
Was möchte ich wo anbieten?
Wie sollen die Angebote ausgerichtet werden?

Orientierung gibt dabei die Übersicht über die drei Säulen des Gesundheitssports. Zunächst fällt die Entscheidung, ob die Tätigkeit schwerpunktmäßig im allgemein gesundheitsfördernden, im präventiven oder rehabilitativen Bereich liegen soll. Dabei sind unterschiedliche Voraussetzungen und gesetzliche Grundlagen zu beachten. Zur Gewinnung neuer Zielgruppen kann es auch sinnvoll sein, in allen drei Bereichen tätig zu werden. Im Nachfolgenden werden die Bereiche Präventionssport und Rehabilitationssport mit ihren Voraussetzungen und Grundlagen näher erläutert sowie Ansprechpersonen benannt.

4. QUALITÄTSSIEGEL FÜR DEN PRÄVENTIONSSPORT

4.1 DAS QUALITÄTSSIEGEL SPORT PRO GESUNDHEIT

Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT zeichnet gesundheitsorientierte Sportangebote in Sportvereinen aus. Es wurde vom DOSB gemeinsam mit der Bundesärztekammer entwickelt. Es hat klar definierte Ziele und Kriterien und schafft Orientierung im Dschungel der zahlreichen angebotenen Programme des Gesundheitssports.

Insgesamt bietet das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT folgende Vorteile für den Verein:

- Qualitätsnachweis des Angebots und Kompetenznachweis der Übungsleitung
- Angebotserweiterung, Attraktivitätssteigerung und Imagegewinn
- Marketinginstrument
- Bindung der Vereinsmitglieder und Gewinnung neuer Mitglieder
- Förderung des Vereinszwecks durch größeren finanziellen Rahmen
- Akzeptanz bei Ärzten, Wissenschaft, Politik, Krankenkassen
- Werbung durch Veröffentlichung des SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebotes in den Datenbanken unter: www.bewegungslandkarte.de und bei den Krankenkassen

Auch die Siegel „Pluspunkt Gesundheit (präventionsgeprüft)“ des Deutschen Turner-Bundes und „Gesund und fit im Wasser“ des Deutschen Schwimm-Verbandes gehören zur Dachmarke SPORT PRO GESUNDHEIT. Das Siegel „Pluspunkt Gesundheit“ des Deutschen Turner-Bundes wird auch als Auszeichnung für weitere Gesundheitssportangebote im Verein, die festgelegte Qualitätskriterien erfüllen, vergeben.

4.2 PRÜFSIEGEL DER KRANKENKASSEN DEUTSCHER STANDARD PRÄVENTION

Im Jahr 2014 wurde die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) gebildet. Sie ist eine Kooperationsgemeinschaft der gesetzlichen Krankenkassen zur Prüfung von Präventionsangeboten. Mithilfe des Prüfsiegels „Deutscher Standard Prävention“ erkennen Versicherte sofort, welche Angebote die Qualitätsstandards der Krankenkassen erfüllen. Für diese Angebote können dann die Teilnehmenden ihre Kursgebühren von den Krankenkassen erstattet bekommen.

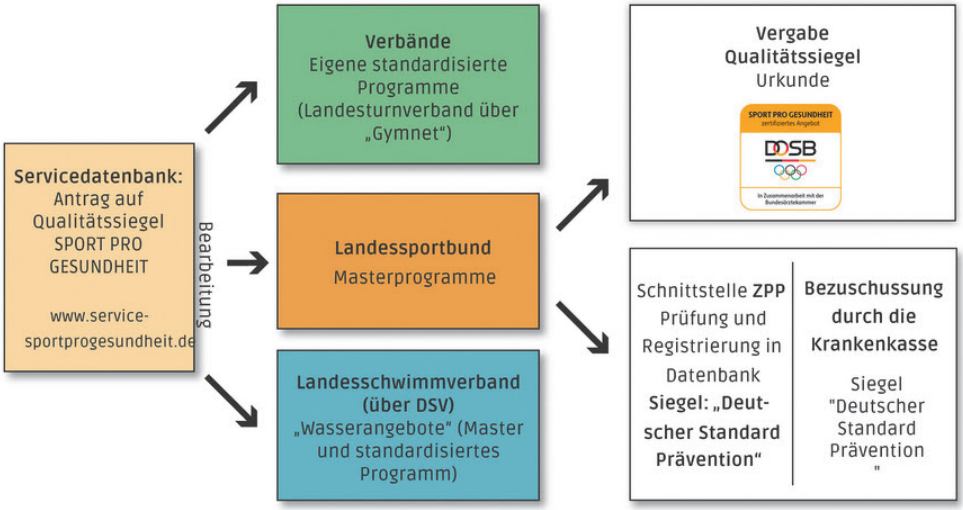
4.3 SERVICEPLATTFORM SPORT PRO GESUNDHEIT – WEG ZUM QUALITÄTSSIEGEL

Über die Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT findet die Vergabe des gleichnamigen Qualitätssiegels statt. Ebenso ist es hier möglich, mit dem gleichen Antrag das Prüfsiegel der Krankenkassen Deutscher Standard Prävention zu erhalten und sich somit die Bezuschussung von Kursgebühren über die Krankenkassen zu sichern.
Die Serviceplattform ist unter www.service-sportprogesundheit.de erreichbar. Die Anträge werden online gestellt. Nach der Registrierung des Vereins durch den LSB, wird durch den/die Vereinsvorsitzende/n eine zuständige Person eingetragen, die die Beantragung des Siegels für ein Sportangebot übernehmen kann. Für die Beantragung des Siegels ist eine gesondert ausgebildete Übungsleitung notwendig.
Nach Erfüllung aller Voraussetzung und der Qualitätskriterien sowie der Prüfung des eingereichten Angebotes kann das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT vergeben werden. Wenn gewünscht, wird der Antrag über die Schnittstelle in der Datenbank zeitgleich an die ZPP weitergeleitet.

Zertifizierungsstellen sind der Landessportbund Sachsen-Anhalt e.V. und verschiedene Sportverbände. Eine Auflistung der siegelvergebenden Verbände findet sich im Servicebereich der Datenbank.

Abb.2: Serviceplattform www.service-sportprogesundheit.de

Im Folgenden findet sich eine Übersicht über den Weg zur Vergabe des Qualitätssiegels SPORT PRO GESUNDHEIT und die mögliche Bezuschussung durch die Krankenkassen in Sachsen-Anhalt.



Weg der Bezuschussung für SPORT PRO GESUNDHEIT in Sachsen-Anhalt nach §20 SGB V (Bild LSB)

Abb.3: Weg der Bezuschussung SPORT PRO GESUNDHEIT (LSB Sachsen-Anhalt)

Zertifizierungsstelle und Ansprechperson im Landessportbund Sachsen-Anhalt e.V.
Ressort Sportentwicklung, Dr. Bachmann
Tel.: 0345 5279124, E-Mail: bachmann@lsb-sachsen-anhalt.de

4.4 BUNDESEINHEITLICHE PRÄVENTIONSPROGRAMME

Auf der Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT sind verschiedene Präventionssportprogramme hinterlegt.

- Masterprogramme mit zugehörigem Masterbaukasten
- Standardisierte Programme

Die Beantragung des Qualitätssiegels für individuelle Programme ist nicht möglich. Die bundeseinheitlichen Programme sind qualitätsgesichert, durch den organisierten Sport und die ZPP vorgeprüft und teilweise bezuschussungsfähig. Über die Bezuschussungsfähigkeit kann man sich im Servicebereich der Datenbank SPORT PRO GESUNDHEIT genauer informieren oder die Ansprechperson im LSB kontaktieren. Für die Programme sind Einweisungen der Übungsleitenden beim jeweiligen Anbieter notwendig.

MASTERPROGRAMME

Masterprogramme sind Kursprogramme von 8, 10 oder 12 Einheiten. Es gibt darüber hinaus noch die Möglichkeit zwischen Stundenbildern mit 60 oder 90 Minuten zu wählen. Durch hinterlegte Übungen sind in einer Art Masterbaukasten Stundenteile austauschbar, so dass die Programme individualisierbar sind.

Masterprogramm	Profil/ Schwerpunkt	Siegel		Zertifizierungsstelle
Haltung und Bewegung durch Ganzkörperkräftigung	Haltung und Bewegung			LSB Sachsen-Anhalt e.V.
Präventives Ausdauertraining	Herz-Kreislauf			LSB Sachsen-Anhalt e.V.
Allgemeines Gesundheitstraining – ein kraft- und ausdauerorientiertes Programm für die Gesundheit	Allgemeine Prävention/ Herz-Kreislauf			LSB Sachsen-Anhalt e.V.
Bewegungskids – Präventive Bewegungsförderung für Kinder von 6 bis 7 Jahren von 8-12 Jahren	Allgemeine Prävention			LSB Sachsen-Anhalt e.V.
Kräftigende Aquagymnastik	Haltung und Bewegung/ Bewegungsraum Wasser			Landesschwimmverband Sachsen-Anhalt e.V.
Ausdauerorientiertes Aquajogging	Herz-Kreislauf/ Bewegungsraum Wasser			Landesschwimmverband Sachsen-Anhalt e.V.

Tabelle 2: Übersicht über die Masterprogramme

STANDARDISIERTE PROGRAMME

Standardisierte Programme sind fertig ausgearbeitete Kursprogramme. Der Inhalt dieser Programme ist nicht veränderbar. In der Regel werden sie mit 10 Kurseinheiten angeboten. Die Tabelle zeigt einige ausgewählte Programme, die vollständige Liste findet sich im Servicebereich der Datenbank SPORT PRO GESUNDHEIT.

Standardisiertes Programm	Profil/ Schwerpunkt	Siegel		Zertifizierungsstelle
Nordic Walking	Herz-Kreislauf			LSB Sachsen-Anhalt e.V.
ATP – Alltags-trainings-programm für Ältere	Haltung und Bewegung/ Allgemeine Prävention			LSB Sachsen-Anhalt e.V./ Deutscher Turner-Bund e.V.
Laufend unterwegs	Herz-Kreislauf			Deutscher Leichtathletik-Verband e.V.
Aquafitness – Trainiere Deine Ausdauer im Wasser, sei fit im Wasser und an Land	Herz-Kreislauf/ Bewegungs-raum Wasser			Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.
Bewegen statt Schonen – ein Ganzkörperkräfti-gungsprogramm	Haltung und Bewegung			Deutscher Turner-Bund e.V.
Easy-Cardio-Workout „Budomotion“ – Ausdauer(nd)-Training“	Herz-Kreislauf/			Deutscher Karate Verband

Tabelle 3: Übersicht über ausgewählte standardisierte Programme

5. REHABILITATIONSSPORT

Rehabilitationssport (RehaSport) ist eine ergänzende Leistung zur medizinischen Rehabilitation und zur Teilhabe am Arbeitsleben, welche durch die Rehabilitationsträger getragen werden müssen (vgl. § 64 SGB IX). RehaSport ist also ärztlich verordnete sportliche Betätigung und wird unter fachkundiger Anleitung von Übungsleitenden mit der Lizenz Übungsleiter*in B Sport in der Rehabilitation durchgeführt.
RehaSport wird ärztlich betreut. In Herzsportgruppen ist die ständige Anwesenheit eines Arztes oder einer Ärztin notwendig.

Krankenkasse bzw. Kostenträger
Freigabe 09.09.2022
Name, Vorname des Versicherten
geb. am
Kostenträgerkennung
Versicherten-Nr.
Status
Betriebsstätten-Nr.
Arzt-Nr.
Datum

Antrag auf Kostenübernahme
56
für Rehabilitationssport
für Funktionstraining
Rehabilitationssport/Funktionstraining werden von den Krankenkassen insbesondere mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe zur Verfügung gestellt.

Ärztliche Verordnung für Rehabilitationssport/Funktionstraining
verordnungsrelevante Diagnose(n), gegebenenfalls relevante Nebendiagnose
Diagnoseschlüssel ICD-10-GM
Schädigung der Körperfunktionen und Körperstrukturen für die verordnungsrelevante(n) Beeinträchtigung(en) der Aktivität(en) und Teilhabe
Ziel des Rehabilitationssports/Funktionstrainings
Verbindliches Muster

Abb. 4: Mit dem Formular 56 (Krankenversicherung) / G850 (Rentenversicherung) wird Rehabilitationssport vom Arzt verordnet

Die genauen Rahmenbedingungen sind in der Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining vom 26.11.2021 geregelt. Rehabilitationssport verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz mit konkreten und spezifisch ausgerichteten Zielsetzungen. RehaSport-Angebote gibt es für Menschen mit krankheitsbedingten Einschränkungen bzw. drohender Behinderung oder chronischer Erkrankung.

FOLGENDE BEREICHE GIBT ES IM REHASPORT

- Bereich Orthopädie
- Bereich Neurologie
- Bereich Geistige Behinderungen
- Bereich Innere Medizin
- Bereich Sensorik
- Bereich Psychische Erkrankungen

VEREINE ALS ANBIETER

In Sachsen-Anhalt bieten die Mitgliedsvereine des Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbandes Sachsen-Anhalt e.V. (BSSA) Reha-Sport an. Voraussetzung ist die Anerkennung der einzelnen RehaSport-Gruppen. Lizenzierte Übungsleiter*in B „Sport in der Rehabilitation“ mit Fachübungsleiter*innenlizenzen in den o.g. Bereichen leiten die RehaSport-Gruppen in den Vereinen.

REHASPORTGRUPPE
anerkannt+zertifiziert DBS-GEPRÜFT

Ansprechperson:
Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt e.V.
Doreen Seiffert, Referentin Rehabilitationssport
Am Steintor 14, 06112 Halle (Saale)
Tel.: 0345 5170824 Fax.: 0345 5170825
E-Mail: info@bssa.de

BSSA
Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt e.V.

6. ÜBUNGSLEITER*INNENAUSBILDUNG RUND UM DEN GESUNDHEITSSPORT

Für allgemeine Sportangebote reicht in der Regel die DOSB-Lizenz Übungsleiter*in C Breitensport aus. Möchte eine Übungsleitung im Bereich Gesundheitssport tätig werden, ist eine DOSB-Lizenz Übungsleiter*in B „Sport in der Prävention“ empfehlenswert. Für qualifizierte, zertifizierte Angebote im Bereich Prävention ist diese Lizenz Voraussetzung. Zur Durchführung von zertifizierten Rehabilitationsportangeboten ist die Lizenz Übungsleiter*in B Sport in der Rehabilitation nötig.

Sachsen-Anhalt LANDESSPORT BUND

QUALIFIZIERUNGSSYSTEM IM SPORT

DOSB-Lizenzstufe	Ausbildungsträger					
	Landessportbund Sachsen-Anhalt			Landessportjugend Sachsen-Anhalt		Landesfachverbände
	Sportpraxis	Führung und Management	Lehrarbeit	Sportpraxis	Führung und Management	Sportpraxis
2. Lizenzstufe 60 Lerneinheiten	**DOSB-Übungsleiter*in-B „Sport in der Prävention“** Wählbare Profilmodule • Stressbewältigung und Entspannung • Allgemeines Gesundheitstraining Kinder • Herz-Kreislauftraining • Haltung und Bewegung • Bewegungsraum Wasser + Basismodul	**DOSB-Vereinsmanager*in-B** DOSB-Lizenzabschlussmodul Wahlmodule Einstiegsmodul	**DOSB-Ausbilderzertifikat** Modul Sozial- und Selbstkompetenz (15 Lehreinheiten) + Modul Methodenkompetenz (15 Lehreinheiten)			**DOSB-Trainer*in-B** Wählbare Profilmodule • Breitensport • Leistungssport
1. Lizenzstufe 120 Lerneinheiten	**DOSB-Übungsleiter*in-C „sportartübergreifender Breitensport“** Wählbare Profimodule • Kinder/Jugendliche • Erwachsene/Ältere + Basismodul oder Jugendleitercard (nur Profil Kinder/Jugendliche)	**DOSB-Vereinsmanager*in-C** DOSB-Lizenzabschlussmodul Wahlmodule Pflichtmodule		**DOSB-Übungsleiter*in-C „sportartübergreifender Breitensport“** Profimodul • Kinder/Jugendliche + Basismodul oder Jugendleitercard (nur Profil Kinder/Jugendliche)	**DOSB-Jugendleiter*in**	**DOSB-Trainer*in-C** Wählbare Profilmodule • Breitensport • Leistungssport
Vorstufen-Qualifikation	Sportassistent*innen			Sportassistent*innen		Trainerassistent*innen

*Abb. 5: Schema DOSB Lizenzausbildung Übungsleiter*in-B „Sport in der Prävention“ (zur genaueren Beschreibung des ÜL- B Sport in der Rehabilitation siehe Kapitel 6.2)*

6.1. PRÄVENTIONSSSPORT

Ziel der Ausbildung ist die Qualifizierung von Übungsleiter*innen für die Durchführung gesundheitsorientierter Bewegungsangebote. Die Ausbildung DOSB Übungsleiter*in - B „Sport in der Prävention“ ist ein Qualitätskriterium zum Erwerb des Qualitätssiegels „SPORT PRO GESUNDHEIT“.

Teilnahmevoraussetzung

- Besitz einer gültigen DOSB-Übungsleiter*in - C- oder DOSB Trainer*in - C-Lizenz
- Nachweis einer mindestens einjährigen Übungsleiter*innen bzw. Trainer*innen – Tätigkeit im Sportverein
- Lizenzerhalt ist nach Vollendung des 18. Lebensjahres möglich

Umfang der Ausbildung

Die Ausbildung untergliedert sich in zwei Module: Das Basismodul im Umfang von 30 Lerneinheiten (LE) absolvieren alle Interessierten unabhängig ihres Profilwunsches beim LSB. Anschließend kann je nach Interessenlage die Profilausbildung (mind. 30 LE) erfolgen.
Die komplette Ausbildung (Basis- und Profilmodul) muss innerhalb von 2 Jahren abgeschlossen werden. Als Abschluss erhalten die Übungsleiter*innen die Lizenz DOSB Übungsleiter*in - B „Sport in der Prävention“ im absolvierten Profil. Wird später eine Lizenz in einem anderen Profil angestrebt, muss nur noch ein weiterer Profillehrgang besucht werden.

Profile und Anbieter

- Landesturnverband (LTV): Haltung & Bewegung und Kinderturnen.
  Für das Profil „Kinderturnen“
  ist die Übungsleiter*in – C Lizenz Kinderturnen des LTV Zugangsvoraussetzung.
  Hier entfällt die Teilnahme am Basismodul des LSB
- Leichtathletik-Verband: Herz-Kreislauf
- Landesschwimmverband: Bewegungsraum Wasser (Zugangsvoraussetzungen Qualifikationen für den Bewegungsraum Wasser beachten!)
- Landessportbund Sachsen-Anhalt: Stressbewältigung und Entspannung sowie Allg. Gesundheitstraining für Kinder

Ansprechpersonen:

Landesssportbund Sachsen-Anhalt e.V.
Thomas Deparade,
Tel.: 0345 5279128
E-Mail: t.deparade@lsb-sachsen-anhalt.de

Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V.
Janka Daubner
Tel.: 0345 1207675
E-Mail: pluspunkt@ltv-sachsen-anhalt.de

Leichtathletik-Verband Sachsen-Anhalt e.V.
n.N.,
Tel.: 0345 5405051
E-Mail: bildung@lvsa.de

Landesschwimmverband Sachsen-Anhalt e.V.

Tel.: 0345 475005
E-Mail: info@lsvsa.de

6.2 REHABILITATIONSSPORT

Die Qualifizierung zum/zur Übungsleiter*in B Sport in der Rehabilitation ist ein Ausbildungsangebot des Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt e.V. (BSSA). Folgende Fachlizenzen können hier erworben werden:

Übungsleiter*in B Sport in der Rehabilitation (2. Lizenzstufe)
- Profil Orthopädie
- Profil Sensorik
- Profil Geistige Behinderung
- Profil Innere Medizin
- Profil Neurologie
- Profil Psychiatrie

Umfang der Ausbildung

Die Ausbildung beginnt mit einem Grundlagenblock. Der Grundlagenblock beinhaltet insgesamt 90 Lerneinheiten. Eine Lerneinheit umfasst 45 Minuten. Nach erfolgreicher Absolvierung ist die Teilnahme an den Profilblöcken möglich. Die Profilblöcke umfassen für die zweite Lizenzstufe 90 Lerneinheiten. Eine Ausnahme bildet der Profilblock Innere Medizin, der einen Lernumfang von 120 Lerneinheiten umfasst.
Gegebenenfalls können bestimmte Inhalte der Ausbildung bei Vorliegen eines jeweils nachgewiesenen abgeschlossenen Ausbildungs- und/oder Studienganges erlassen werden. Dazu kann ein entsprechender Sonder-/Kompaktlehrgang absolviert werden.

Gültigkeit der Lizenz

Die Übungsleiter*innenlizenz ist für vier Jahre gültig (Ausnahme: Innere Medizin zwei Jahre). Nach vier Jahren (Ausnahme: Innere Medizin nach zwei Jahren) ist eine Fortbildung von 15 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung nachzuweisen.

Ansprechperson:
Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt e.V.
Judith Jeremiasch, Referentin Aus- und Fortbildung
Tel.: 0345 5170824, E-Mail: info@bssa.de

7. ÜBERSICHT ANSPRECHPERSONEN

Behinderten-und Rehabilitations-Sport-verband Sachsen-Anhalt e.V.
Am Steintor 14, 06112 Halle (Saale)
Tel.: 0345 5170824; Fax.: 0345 5170825
E-Mail: info@bssa.de

Landessportbund Sachsen-Anhalt e.V.
Maxim-Gorki-Str. 12, 06114 Halle (Saale)
Tel.:0345 5297124; Fax.: 0345 5279100
E-Mail: bachmann@lsb-sachsen-anhalt.de

Landesschwimmverband Sachsen-Anhalt e.V.
Stadtgutweg 7, 06128 Halle (Saale)
Tel.: 0345 470 50 05; Fax: 0345 470 50 07
E-Mail: info@lsvsa.de

Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V.
Manfred-Stern-Str. 7, 06128 Halle (Saale)
Tel.: 0345 1200216; Fax: 0345 1200217
E-Mail: info@ltv-sachsen-anhalt.de

Leichtathletik-Verband Sachsen-Anhalt e.V.
Kreuzvorwerk 22, 06120 Halle (Saale)
Tel.: 0345 5405051; Fax.: 0345 5405052
E-Mail: info@lvsa.de

Deutscher Olympischer Sportbund e.V.
Miriam van Geenen
Otto-Fleck-Schneise 12, 60528 Frankfurt
Tel.: 069 / 6700-442
E-Mail: vanGeenen@dosb.de

Pluspunkt-Büro Deutscher Turner-Bund
Tel.: 069-67801143
E-Mail: pluspunkt@dtb.de

Deutscher Schwimm-Verband e.V.
Wolfgang Lehmann
Tel.: 0561 9408326
E-Mail: lehmann@dsv.de

INFORMATIONSQUELLEN UND LITERATUR

Informationsquellen:

Website LSB: http://www.lsb-sachsen-anhalt.de
Website DTB: https://www.dtb.de/
Website BSSA: https://www.bssa.de/
Website DSV: http://www.dsv.de
Website Ministerium für Arbeit, Soziales Gesundheit und Gleichstellung:
https://ms.sachsen-anhalt.de/themen/gesundheit/gesundheitsfoerderung/gesundheitsziele/
Website der Servicedatenbank SPORT PRO GESUNDHEIT: https://service-sportprogesundheit.de/

Literatur

Breuer, C. & Feiler, S. (2021) Sportvereine in Deutschland: Ergebnisse aus der 8. Welle des Sportentwicklungsberichts. Sportentwicklungsbericht für Deutschland 2020-2022 - Teil 1. https://www.bisp.de/SharedDocs/Downloads/Publikationen/Publikationssuche_SEB/SEB2020_2022Teil1.pdf;jsessionid=D51D30959707F3D38F3B6E7201F2E873.internet981?__blob=publicationFile&v=3 , Aufruf am 04.09.2023

Holz, A. (2016) Lebensfreude – Würde- Respekt. Wissenswertes zum Rehabilitationssport nach § 44 SGB IX. In: Gesund & Fit. Stadtsportbund Halle Magazin. S. 6-9

Robert Koch-Institut (Hrsg.) (2016) Gesundheit in Deutschland – die wichtigsten Entwicklungen. Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Gemeinsam getragen von RKI und Destatis. RKI, Berlin

Rütten A., Pfeifer K. (2017), Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.), Köln

Sport und Gesundheit (2011) Ein Strategiekonzept für den DOSB und seine Mitgliedsorganisationen. DOSB (Hrsg.) Frankfurt

Sport, Bewegung und Gesundheit, Grundlagen und Leitziele zur Praxis gesundheitsorientierter Sport und Bewegungsangebote in Nordrhein-Westfalen Positionspapier (2003), Hrsg. Landessportbund Nordrhein-Westfalen, Duisburg

Bildnachweise

Landessportbund Sachsen-Anhalt e.V.

BEWEGUNG MIT HERZ

Das Präventionsprojekt für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Sachsen-Anhalt

GKV-Bündnis für GESUNDHEIT

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

Sachsen-Anhalt LANDESSPORT BUND

Das Projekt „Bewegung mit Herz“ wird gefördert durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkasse nach § 20a SGB V im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit (www.gkv-buendnis.de).

NOTIZEN

Landessportbund
Sachsen-Anhalt e.V.

Maxim-Gorki-Straße 12
06114 Halle (Saale)

Tel.: 0345 5279124
www.lsb-sachsen-anhalt.de