

# 0790 Diplomlehrgang Kindergesundheitstrainer:in

## Kinder gezielt fördern und bewegen

Kinder durchlaufen in ihrem Leben unterschiedliche Entwicklungsstufen. Der Diplomlehrgang „Kindergesundheitstrainer“ vermittelt ganzheitliche Kompetenzen, um diese individuell zu fördern. Der natürliche Bewegungs- und Tatendrang der Kinder hilft dabei, dass sie sowohl auf körperlicher als auch auf geistiger Ebene gesund heranwachsen. Die WHO definiert Gesundheit jedoch nicht nur durch das körperliche und geistige, sondern auch durch das soziale Wohlbefinden. Gerade hier schafft die Teilnahme an regelmäßigen Trainings- und Übungseinheiten in Gruppen, aber auch das Lernen von Sieg und Niederlage bei Wettkämpfen eine ideale Lernbedingung für das spätere Leben. Die Inhalte dieses Diplomlehrgangs sind vielfältig in der regelmäßigen Aktivität mit Kindern und Jugendlichen anwendbar und verhelfen so zu einem besseren Verständnis für die tägliche Arbeit im Verein oder den selbstständig organisierten Übungseinheiten.

### Die Lernziele:

- Sie sind in der Lage, die spezielle Anatomie und Physiologie des menschlichen Körpers im Kindes- und Erwachsenenalter zu verstehen und anwenden zu können.
- Sie sind in der Lage, Trainingssteuerung im Kindes- und Jugendalter zu planen und durchzuführen, einschließlich Ausdauer-, Kraft- und Koordinationstraining sowie die Entwicklung motorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten.
- Sie sollten ein Verständnis für die Grundlagen der Methodik und Didaktik haben und sind in der Lage, die Erziehungsziele von Bewegung und Sport zu definieren und pädagogische Aufgaben als Trainer oder Trainerin zu erfüllen.
- Sie sind in der Lage, die Bedeutung der Entwicklung der exekutiven Funktionen zu verstehen und Bewegungsspiele zu nutzen, um die kognitiven Fähigkeiten und Gehirnentwicklung von Kindern zu fördern.

### Die Zielgruppe:

Die Ausbildung zum/zur diplomierten Kindergesundheitstrainer:in richtet sich an alle Personen, die selbstständig im Gesundheitsberuf, als auch privat zum Beispiel in Vereinen, die Kompetenzen im Umgang mit Kindern und Jugendlichen ausbauen und vermitteln wollen. Eltern, Lehrer:innen, Kindergärtner:innen und Interessierte.

### Die Inhalte:

#### Medizinische Grundlagen:

- Spezielle Anatomie und Physiologie (sowie Entwicklungsphysiologie)
- Der Bewegungsapparat im Kindes- und Erwachsenenalter

#### Trainingslehre:

- Trainingssteuerung im Kindes- und Jugendalter Ausdauer, Kraft & Koordination
- Motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten im Kindes- und Jugendalter

#### Pädagogik, Didaktik und Methodik:

- Grundlagen der Methodik & Didaktik
- Erziehungsziele von Bewegung und Sport
- Pädagogische Aufgaben des Trainers/der Trainerin
- SPEZIAL: Mastery Climate - das motivierende Lernklima

#### Psychologie:

- Entwicklungspsychologie



Kursbuchung und weitere Details unter **0790** im WIFI-Kundenportal:

[www.wifi.at/ooe](http://www.wifi.at/ooe)

# 0790 Diplomlehrgang Kindergesundheitstrainer:in

## Kinder gezielt fördern und bewegen

- Konzentration und Aufmerksamkeit
- SPEZIAL: Beweg dich schlau - die Macht der exekutiven Funktionen

### Bewegung:

- Kreative Bewegung & Kindertanz
- Kinderyoga & Achtsamkeitsimpulse
- Koordinations- und Geschicklichkeitsübungen
- Wirbelsäulen- und Haltungstraining
- Outdoortraining und Erlebnispädagogik in der Natur
- SPEZIAL: Kognitive Fähigkeiten und Gehirnentwicklung - Bewegungsspiele für Kids

### Ernährung:

- Der Stoffwechsel im Kinds- und Jugendalter
- Einfluss von Ernährung auf den Stoffwechsel des Kindes

### Arbeitsmöglichkeiten:

Dipl. Kindergesundheitstrainer:in – das ist ein Berufsbild mit Zukunft. Die Arbeitsmöglichkeiten sind so vielfältig wie die Inhalte der Ausbildung:

- Bewegungsprogramme für Kindergärten, erlebnispädagogische Einrichtungen
- Kinderanimation in Hotels und Clubs
- Freizeitbetreuung von Kindern in Tagesstätten, Horten, Jugendlagern
- Beratung von Schulen und Projektarbeit
- Zusammenarbeit mit Kinderärzten und -ärztinnen und Therapeuten und Therapeutinnen
- Vorträge und Workshops

### Die Dauer der Ausbildung:

80 Trainingseinheiten Präsenzunterricht (Theorie und Praxis)

### Die Voraussetzung:

Positive Absolvierung des Kurses 0775 Grundlehrgang Gesundheit & Sport

### Die Prüfung:

Der Lehrgang wird mit einer schriftlichen und praktischen Prüfung abgeschlossen. Die schriftliche Prüfung beinhaltet den gesamten Lernstoff der Ausbildung. Die praktische Prüfung ist ein Lehrauftritt aus einem definierten Themenpool. Über den erfolgreichen Besuch Lehrgangs erhalten die Kunden/Kundinnen ein WIFI-Zeugnis und WIFI-Diplom. Zur Erlangung des WIFI-Zeugnisses und des WIFI-Diploms sind 75% Anwesenheit und die positive Beurteilung der Abschlussprüfung Voraussetzung.

### Der Lehrgangleiter:

Andreas Altenhofer, healthquarter OG



Kursbuchung und weitere Details unter **0790** im WIFI-Kundenportal:

[www.wifi.at/ooe](http://www.wifi.at/ooe)