



BACHELOR OF ARTS (B.A.)

Bewegungscoaching und Gesundheit

DER **SPORTWISSENSCHAFTLICHE STUDIENGANG**
FÜR **SPORT- UND FITNESS**

Der Studiengang Bewegungscoaching und Gesundheit

Qualifikationsziele

Das duale sportwissenschaftliche Studium vermittelt Methoden, Kompetenzen und Wissen, die für die Abschlussbezeichnung „Bachelor“ erforderlich sind. Insbesondere werden die Studierenden auf wissenschaftlicher Grundlage befähigt, in sport- und gesundheitsbezogenen Handlungsfeldern beruflich verantwortlich zu handeln. Die Qualifikationsziele des Studiengangs „Bewegungscoaching und Gesundheit“ bestehen in der Vermittlung und Ausprägung eines breiten und gleichzeitig sehr tiefen Wissens. Unsere Absolventen erhalten das handlungsfähige Können, um die zielgruppenspezifischen Anforderungen an Bewegungs- und Sportprogramme umzusetzen. Zusätzlich zur Vermittlung des Fachwissens arbeiten wir gemeinsam mit den Studierenden an ihrer persönlichen und sozialen Entwicklung. Als späterer Coach sind dies sehr wichtige Schwerpunkte. Eine methodisch-analytische Kompetenz und die Vermittlung der Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens runden unsere hochwertige ganzheitliche Ausbildung ab. Der Studiengang qualifiziert für zahlreiche berufliche Tätigkeiten in den verschiedensten Bereichen von Sport, Fitness und Gesundheit. Der Gründervater der dba Claus Umbach sagt dazu: „Unser Ziel ist es, den optimalen Sportlehrer der Zukunft auszubilden“.

Das Ziel des Studiums

Mit einem dualen Studium, das ein wissenschaftliches Studium und berufliche Praxis vereint, wird den aktuellen und zukünftigen Erfordernissen an die Sport- und Gesundheitsbranche entsprochen. Der Wissenschaftsbezug hat dabei eine besondere Bedeutung, um nicht nur kurzfristige Bedarfe des Arbeitsmarktes zu bedienen. Das duale Studium befähigt die Absolventen, kreativ und innovativ auf Entwicklungen der Praxis zu reagieren und diese kritisch reflektieren zu können.

Das duale Studium an der dba wird **praxisintegriert** angeboten.

Ein **praxisintegriertes** Studienangebot verbindet die Praxis im Unternehmen mit dem wissenschaftlichen Studium, jedoch ohne IHK-Abschluss. Die Studierenden und die Unternehmen schließen einen Vertrag, der Studium- und betriebliche Praxis regelt.

Studierende an der Deutschen Berufsakademie Sport und Gesundheit in Baunatal erwerben ihre Kompetenzen durch ein modernes 3-jähriges duales sportwissenschaftliches Studium, auf Basis des Blended Learnings mit Präsenzphasen, Selbststudium und Moodleplattform und der betrieblichen Ausbildung. Das duale Studium vermittelt die grundlegenden fachlichen und überfachlichen Theorien, Methoden und Kenntnisse, die für einen berufsqualifizierenden Hochschulabschluss „Bachelor of Arts (B.A.)“ erforderlich sind. Insbesondere werden die Studierenden der dba befähigt, in sport- und gesundheitsbezogenen Handlungsfeldern wie dem Breiten-, Leistungs- und Gesundheitssport einerseits, und dem Gesundheitsmanagement andererseits, beruflich verantwortlich und selbstorganisiert zu handeln.

Sportwissenschaftliches Studium mit viel Praxis

Ein sportwissenschaftliches Studium im dualen Ausbildungssystem zu absolvieren, ist besonders und bei uns einzigartig. Die Kombination aus neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und dem Erlernen der wesentlichen beruflichen praktischen Anforderungen ist die beste Voraussetzung für eine erfolgreiche Karriere. Der oft fehlende Theorie-Praxistransfer steht an der dba im Fokus. **Über 40% Praxis** in den Studienmodulen sind für ein sportwissenschaftliches Studium einzigartig.

Staatlich anerkannt

Unsere Studienabschlüsse sind **staatlich anerkannt** und vom Akkreditierungsrat akkreditiert. Sie sind damit gleichwertig zu Bachelorabschlüssen staatlicher Hochschulen und Universitäten und berechtigen, den Titel Bachelor of Arts (B.A.) zu führen.



Was bedeutet Bewegungscoaching und Gesundheit?

Bewegungscoaching ist die lösungsorientierte, individuelle Beratung, Befähigung und Prozessbegleitung zum Erhalt und zur Verbesserung der Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität von Menschen mittels Bewegung und Sport.



Der Bewegungscoach zeichnet sich durch folgende Kompetenzen aus

- Sozial- und Beratungskompetenz
- Pädagogische und psychologische Fähigkeiten zum coachen von Menschen, Emotionen zu wecken und zu motivieren
- Erkennen von Problemursachen und Identifikation von Lösungswegen
- Förderung der Selbstreflexion und Ausprägung der Eigenverantwortung
- Befähigung zur Ausbildung von Verhaltensweisen, Fähigkeiten und Fertigkeiten zu einer gesunden Lebensweise durch Bewegung, Entspannung und Ernährung

Welche Inhalte vermittelt das Studium Bewegungscoaching und Gesundheit

Die Studieninhalte

Schwerpunkt des Studiums ist der Kompetenzerwerb im Gesundheitssport, der Athletik, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und dem Coaching auf Basis einer Diagnostik. Neben dem breiten und integrierten theoretischen Wissen lernen die Studierenden Grundbegriffe zu beherrschen, um Theorien und Gesetze auf die Anwendungsfelder in die Praxis zu übertragen. In den praktischen Modulen legen wir Wert auf Selbstkompetenzen bei korrekter

Übungsausführung und eigener Körper- und Technik-erfahrung. Der Aufbau von Vermittlungskompetenzen bei der Übungsanleitung mit Zielgruppen ist dabei sehr entscheidend. Das Bewegungscoaching ist die lösungsorientierte, individuelle Beratung und Befähigung. Hierbei sollen Prozesse zum Erhalt und zur Verbesserung der Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität mittels Bewegung und Sport eingesetzt werden.

Das Studium ist stark praxisorientiert ausgerichtet. Traditionell beinhalten die Sportmodule an den Universitäten nach wie vor den Sportarten-Mix (z.B. Turnen, Leichtathletik, Ballsportarten, Schwimmen, etc.). Die dba setzt grundlegend bei den sportmotorischen Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Agilität und deren Trainierbarkeit an.

Auszug der fachspezifischen Studieninhalte

Diagnostik

- Gütekriterien
- Normwerte
- Status- und Prozessdiagnostik
- Diagnoseverfahren
- Fähigkeitstests und Fitnessdiagnostik

- Methoden und Verfahren
- Trainierbarkeit und Koordination der Beweglichkeit
- Beweglichkeitseinschränkungen

Coaching in Sport, Fitness und Prävention

- Methoden des Coachings
- Gesundheitsförderung durch Gesundheitsorientierung
- Gesundheitscoaching
- Personalisiertes Belastungcoaching
- Coaching im Leistungs-, Fitness- und Gesundheitssport
- Einzel- und Gruppencoaching
- Trainingsplanerstellung

Ausdauertraining und Gesundheit

- Theorien und Modelle des Ausdauertrainings
- Physiologische Wirkung
- Bedeutsamkeit für Prävention, Rehabilitation, Fitness und Leistungsfähigkeit
- Mittel, Methoden und Inhalte des Ausdauertrainings
- Planung und Umsetzung in der Praxis
- Belastungsnormative

Funktionelles Krafttraining und Gesundheit

- Bewegungsanalyse von Trainingsübungen
- Fehleranalyse und -korrektur
- Methoden des Krafttrainings und deren Wirkung
- Spezielle Methoden und Verfahren
- Trends und Entwicklungen
- EMS Training

Beweglichkeit und Sensomotorik

- Beweglichkeit als motorische Fähigkeit
- Übungsanalysen



Übersicht der Studienmodule und Karrierechancen

Übersicht der Studienmodule

| Semester 1 | Semester 2 | Semester 3 |
|--|--|---|
| Einführung in das Studium und das wissenschaftliche Arbeiten | Grundlagen der Sportpädagogik, Sportpsychologie und Sportethik | Gesetzliche Rahmenbedingungen in Sport, Prävention und Therapie |
| Anatomische und physiologische Grundlagen | Marketing in der Sport-, Gesundheits- und Ernährungsbranche | Stressbewältigung und Motivationsregulation |
| Grundlagen der Bewegungs- und Trainingslehre | Ausdauertraining I | Kommunikation und Präsentation |
| Wirtschaftslehre in der Sport- und Gesundheitsbranche | Ausdauertraining II | Group Fitness Training |
| Krafttraining I | Krafttraining II | Funktionsgymnastik |
| Praxis-Projekt im Partnerunternehmen | Praxis-Projekt im Partnerunternehmen | Praxis-Projekt im Partnerunternehmen |
| Semester 4 | Semester 5 | Semester 6 |
| Bewegungscoaching bei verschiedenen Krankheitsbildern | Wissenschaftliches Arbeiten (Vertiefung) | Bewegungscoaching - Praxisprojekt |
| Diagnostik | Beweglichkeit und Sensomotorik | Wahlpflichtmodul |
| Ausdauertraining und Gesundheit | Ernährung und Gesundheit | Entspannung und Stressabbau |
| Funktionelles Krafttraining und Gesundheit | Bewegungscoaching in Sport, Fitness und Prävention | Bachelorarbeit |
| Praxis-Projekt im Partnerunternehmen | Functional Training | |

Praxismodule

Karrierechancen hat der Absolvent in folgenden Bereichen






- Fitness-, Wellness- und Gesundheitsstudios
- Präventionsanbieter
- Sportvereine und Verbände
- Schulen, Bildungseinrichtungen, Volkshochschulen und Beratungsunternehmen
- Krankenkassen und Rehabilitationszentren
- Anbieter von Rehasport
- Gesundheitsmanager in Betrieben
- Freiberufliche Tätigkeit als (Personal-) Trainer, Berater oder Projektleiter
- Hotels, Ferienanlagen oder Kreuzfahrtschiffe sowie Verlage/Redaktionen im Fitness-, Gesundheits- und Sportbereich
- Unternehmen der Fitness-, Gesundheits- und Lebensmittelindustrie
- Kommunen, öffentliche Einrichtungen und Seniorenresidenzen
- Vertrieb von Sportgeräten

Mehr Informationen findest Du auf unserem YouTube Kanal.








Die Vorteile des Studiums für Studierende und Unternehmen

Vorteile für Studenten

-  Die Möglichkeit, Sportwissenschaften stark praxisorientiert im dualen System zu studieren, ist einzigartig in Deutschland.
-  Sehr gut planbare Präsenzphasen einmal pro Monat, kein Umzug oder Veränderung des Lebensmittelpunktes notwendig.
-  Persönliche und freundschaftliche Lernatmosphäre in kleinen Gruppen, direkter Kontakt zur Studiengangsleitung und dem Dozententeam.
-  Schnelle Qualifikation, bereits nach dem 2. Semester Fitnesstrainer A-Lizenz¹⁾, nach dem 3. Semester Übungsleiter B Sport in der Rehabilitation (Orthopädie)²⁾
-  Staatlich anerkannter Abschluss, gleichwertig zu Bachelorabschlüssen staatlicher Fachhochschulen und Universitäten. Dennoch maximale Flexibilität im Studium möglich.

Vorteile für Unternehmen

-  Sehr schnell sehr gut qualifizierte Mitarbeiter
2. Semester Fitnesstrainer A-Lizenz¹⁾
3. Semester Übungsleiter B Sport Rehabilitation²⁾
-  Überwiegende Zeit, ca. 20-35 Stunden pro Woche, im Praxisunternehmen einsetzbar.
-  Thematisch und individuell auf Ihr Unternehmen zugeschnittene Praxisprojekte die einen Mehrwert bieten.
-  Absolventen:innen der dba erfüllen die Voraussetzungen, um eine Zertifizierung durch die Zentrale Prüfstelle Prävention zu beantragen.
-  Regelmäßige Anpassung der Studieninhalte an die sich veränderten Bedürfnisse der Praxisunternehmen und deren Zielgruppen.

„Die Wirtschaft braucht kompetente und praxisnah ausgebildete Absolventen. Daher ist es wichtig, dass bei der Ausgestaltung des Studienangebotes darauf zu achten ist, den Studierenden das erforderliche Rüstzeug für einen reibungslosen Übergang ins Arbeitsleben zu vermitteln“.

Prof. Dr. Matthias Obinger
Studiengangsleitung

reiches Handeln im Sport. Wir versuchen vom Start weg unsere Studenten durch eine qualifizierte und persönliche Betreuung zu unterstützen. Dieses Coaching hilft vor Ort im Betrieb und im wissenschaftlichen Studium. Wir wollen durch eine optimale Betreuung eine hohe Zufriedenheit bei den Studierenden und eine hohe Studienabschlussquote erreichen.

Was bedeutet Coaching eigentlich?

Die Studierenden stehen im Mittelpunkt der Wissens- und Kompetenzvermittlung. Nicht nur der hohe Praxisbezug wird gepflegt, sondern durch eine persönliche Lernatmosphäre wird ein direkter Draht zwischen Lernenden und Lehrenden hergestellt. Die Kombination aus Praxis im Betrieb und wissenschaftlichem Studium bildet die beste Voraussetzung, um später lückenlos ins Berufsleben einzusteigen. Wenn man manche Szenarien an deutschen Universitäten mit überfüllten Hörsälen und Studierenden sitzend auf den Treppenstufen verfolgt, dann ist es gut zu wissen, dass an der Deutschen Berufsakademie sehr großer Wert auf individuelles Lernen in kleinen Gruppen gelegt wird. Die Ausbildung wird immer mit überschaubaren Studentengruppen stattfinden. Das duale Studium bietet Gewähr für ein erfolg-

¹⁾ Die Fitnesstrainer A-Lizenz wird auf der Basis eines Äquivalenzverfahrens der anerkannten A-Lizenz der dflv erworben. Hierfür muss eine zusätzliche Klausur geschrieben werden. Es entstehen keine zusätzlichen Kosten, die notwendigen Praxisstunden sind mit dem dualen Ansatz gewährleistet.

²⁾ Der Übungsleiter B Sport in der Rehabilitation wird durch die Teilnahme an einem parallel zum Studium angebotenen Ausbildungsseminar erworben. Es entstehen keine zusätzlichen Kosten.

Beide Lizenzen werden auf freiwilliger Basis erworben und haben keine Auswirkungen auf das Gesamtergebnis der Studienleistung.

Weitere wichtige Informationen zum Studiengang

Studiengangsleitung

Die Deutsche Berufsakademie legt viel Wert auf eine sehr praxisnahe Ausbildung und viel praktische Anwendung während der Präsenzphasen. Dies unterscheidet uns bis heute vom Wettbewerb und garantiert eine bestmögliche

Ausbildung. Unser Dozententeam setzt sich aus ehemaligen und aktiven Leistungssportlern, Nationaltrainern und Olympiateilnehmern zusammen. Echte Praktiker mit viel Erfahrung.



Prof. Dr.
Matthias Obinger
Studiengangsleiter

Prof. Dr. Obinger ist Sportwissenschaftler und hat an der Kinderklinik der Universität Würzburg im Bereich „Bewegung und Gesundheit in der Lebenswelt der Kinder“ promoviert. Von 2009 bis 2016 arbeitete er als wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut

für Sportwissenschaften der Universität Würzburg. Von 2015 bis 2019 trainierte er als Cheftrainer das Handball Bundesligateam Rimpärer Wölfe. Aktuell ist Prof. Dr. Obinger Vizepräsident des bayerischen Handballverbandes (BHV) und engagiert sich als Botschafter für „Hilfe im Kampf gegen Krebs e.V.“ auch im sozialen Bereich. Prof. Dr. Obinger unterrichtet unter anderem die Module Grundlagen der Bewegungs- und Trainingslehre, Diagnostik und Coaching in Sport, Fitness und Prävention sowie Sportpädagogik.

Zulassungsvoraussetzungen und Bewerbung

Das duale sportwissenschaftliche Studium richtet sich an Menschen, die gerne körperlich aktiv sind, Lust haben mit Menschen zu arbeiten und Ihre Zukunft im

Gesundheitssektor, dem Wachstumsmarkt, sehen. Das Studium wendet sich an Personen, die ihre wissenschaftlichen Kenntnisse praktisch anwenden möchten.

Folgende Zulassungsvoraussetzungen sind erforderlich

- Abitur **oder**
- Fachhochschulreife **oder**
- Meister mit IHK-Abschluss **oder**
- Mittlerer Bildungsabschluss und Nachweis einer abgeschlossenen Berufsausbildung. (IHK) mit einer Abschlußnote von 2,5 oder besser.
Sollte die Abschlussnote der Berufsausbildung schlechter als 2,5 sein, ist eine Aufnahmeprüfung notwendig.
- Nachweis eines Ausbildungsbetriebes

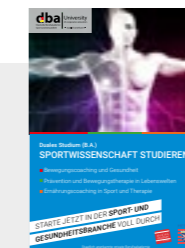
Alle Details regelt die Zulassungsordnung der dba.

Die Bewerbung

- Wir benötigen
- Ausgefülltes und unterschriebenes Bewerbungsformblatt der dba
 - Lebenslauf
 - Beglaubigte Kopie des Schulabschluss-Zeugnisses
 - Kopie von Lizenzen oder Nachweis über Qualifizierungen (*falls vorhanden*)
 - Angaben zum Ausbildungs- bzw. Praxisbetrieb
Eine Bewerbung ist auch möglich wenn noch kein Ausbildungsunternehmen gefunden ist.

Alle Dokumente und Vorlagen findet Ihr auf unserer Website unter www.dba-baunatal.de

Mehr Informationen zu den Zulassungsvoraussetzungen, dem Bewerbungsprozess und den Kosten findest du in unserer Gesamtbroschüre.



Oder auf unserer Website



Wie könnt Ihr uns erreichen? Unsere Kontaktmöglichkeiten

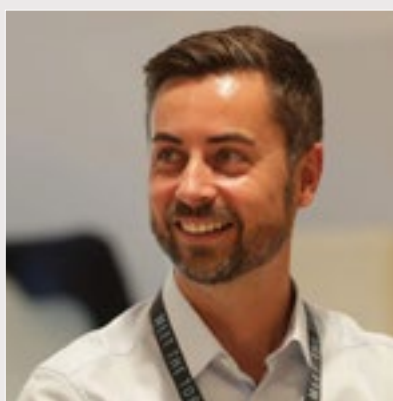
Du möchtest mehr über die dba und die Studiengänge wissen?

Wende dich jederzeit an uns

| | |
|-----------------|------------------------------------|
| Telefon: | 05601-58091 30 |
| E-Mail: | info@dba-baunatal.de |
| Infotage: | www.dba-baunatal.de/infotage |
| Onlineberatung: | www.dba-baunatal.de/onlineberatung |



Studienberatung



Stefan Fischer

*Leitung Studienberatung
Mentorenbetreuung*

Telefon: +495601 899 3001
stefan.fischer@dba-baunatal.de

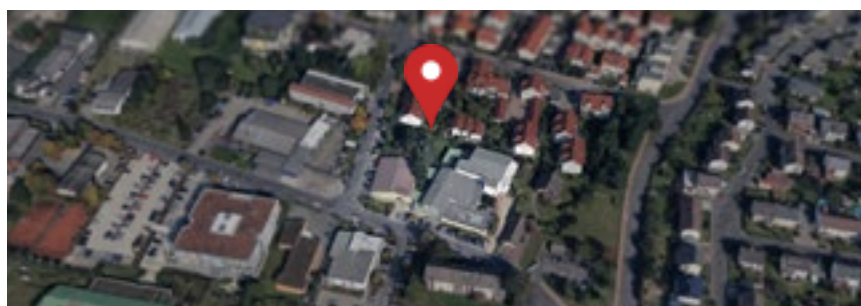


Tabita Böhm

Studiensekretariat

Telefon: +495601 899 3015
tabita.boehm@dba-baunatal.de

Deutsche Berufsakademie
Sport und Gesundheit der
HVU Bildungsakademie gGmbH
Stettiner Straße 4 34225 Baunatal



www.dba-baunatal.de



DBA_DUALES_SPORTSTUDIUM



DBA.SPORTSTUDIUM