

Bestandserhebung und Handlungskonzept 2016
des KreisSportBundes Paderborn e.V.

- Sport und Gesundheit -

IMPRESSUM

Herausgeber

KreisSportBund Paderborn

Am Bischofsteich 42

33102 Paderborn

Telefon: 05251-545591 0

Fax: 05251-545591 9

Email: info@ksb-paderborn.de

Internet: www.ksb-paderborn.de

Facebook: [facebook/ksb-paderborn.de](https://www.facebook.com/ksb-paderborn.de)

Autorin: Julia Meier (Fachkraft „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“, „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ und „Integration durch Sport“)

Eine Initiative des Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Unterstützt durch:



Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



VORWORT

Der KreisSportBund Paderborn e.V. (KSB) hat 2014 erstmalig ein Konzept im Bereich „Sport und Gesundheit - Bestandserhebung und Handlungskonzept 2014“, für den Kreis Paderborn erstellt. 2016 wurde dieses überarbeitet, die Bestandsdaten aktualisiert und das Konzept fortgeschrieben. Wir freuen uns, es Ihnen hiermit vorstellen zu können.

In unserem Land ist der demographische Wandel in aller Munde und beeinflusst zahlreiche Bereiche des gesellschaftlichen Lebens. Durch die immer weiter ansteigende Lebenserwartung der Bevölkerung ist es wichtig, dass auch Menschen ab dem mittleren Erwachsenenalter (ab dem 40. Lebensjahr) die Möglichkeit haben, aktiv im Verein für ihre Gesundheit zu sorgen, aber auch um sozialen Kontakte zu pflegen. Um dieses gewährleisten zu können, sind die Vereine auf dem besten Wege Angebote zu schaffen, die auch die erwähnte Generation und alle darüber hinaus ansprechen.

Der Landessportbund Nordrhein Westfalen (LSB NRW) rief 2011 das Programm „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ ins Leben. Die Ziele sind zum einen, dass der Gesellschaft die Wichtigkeit von Bewegung und Sport für ihre Gesundheit nahegelegt wird und zum anderen das der weitere Ausbau von Sportangeboten und qualifizierten Übungsleitern auf diesem Gebiet gewährleistet wird. Seit dem Jahre 2013 hat sich auch der KSB diesem Programm angenommen und arbeitet neben anderen Projekten, vor allem am Ausbau des Aus- und Fortbildungsprogramms im Bereich Prävention und in der Rehabilitation, um das Fundament für das Bewegungsangebot entsprechend der Altersklasse, im Bereich Sport und Gesundheit, sicherzustellen.

Den Vereinen hat sich durch dieses und dem weiteren LSB Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ eine ganz neue Tür geöffnet. Besonders verdeutlicht wird, dass dieser Zielgruppe in Zukunft mehr Aufmerksamkeit gegeben und ein Angebot geschaffen werden muss, welches die Bereiche Rehabilitation und Prävention erfasst und gleichzeitig die Gemeinschaft und den Spaß an der Bewegung fördert.

Der KSB möchte die Vereine in der Region bei der Umstrukturierung und dem Aufbau neuer Kurse in die Richtung des gesundheitsorientierten Sports unterstützen und ihnen neue finanzielle Wege aufzeigen.

Das folgende Konzept zeigt zum Einstieg die bisherigen Tätigkeiten des KSB im Bereich Sport und Gesundheit in allen Altersklassen auf. Bei der darauf folgenden Bestandsanalyse 2016 wird schwerpunktmäßig auf Präventions- und Rehabilitationssportangebote im Kreis Paderborn und auf die Qualifizierungsmaßnahmen von Übungsleitern eingegangen. Die nachstehenden Zielsetzungen werden durch das zukunftsweisende Handlungskonzept erläutert.

Wir wünschen viel Spaß beim Lesen und weiterhin viel Freude an Bewegung!



Diethelm Krause
Präsident KreisSportBund Paderborn e.V.



Julia Meier
Fachkraft „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“,
„Bewegt GESUND bleiben in NRW!“,
„Integration durch Sport“

Inhaltsverzeichnis

Impressum	2
Vorwort	3
1 Sport im Wandel	6
2 Handlungsfelder	9
3 Bestandsanalyse 2016.....	13
4 Zielsetzung	18
5 Handlungskonzept	19
6 Ausblick	22

1 SPORT IM WANDEL

In den letzten Jahren hat der Sport immer mehr an Bedeutung für die Gesellschaft und deren Gesundheit gewonnen. Regelmäßiger Sport wirkt sich positiv auf den Körper, das Immunsystem, die Psyche und die allgemeine Lebenszufriedenheit aus und beugt Krankheiten vor. Damit das so bleibt, bieten Sportvereine gesundheitsfördernde Sportangebote an.

Für die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen ist Bewegung, Spiel und Sport ein unerlässlicher Baustein. Sie gehören nicht nur zu den elementaren Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen, sondern sind auch unverzichtbar für deren körperliche, geistige, emotionale und soziale Entwicklung. Kindern und Jugendlichen muss genug Raum und Zeit gegeben werden, um diesen Bedürfnissen nachzukommen. Allerdings haben verschiedenste Faktoren dazu beigetragen, dass sich die gegenwärtige Situation des Kinder- und Jugendsports verändert hat und die freien Bewegungszeiten von



Kindern in den Hintergrund rücken. Insbesondere durch die Strukturreform der Bildungspolitik und die vermehrte Ganztagsoffensive haben Kinder weniger freie Zeiten für Bewegung zur Verfügung. Diese Tatsache spiegelt sich auch in den zahlreichen Untersuchungen zur körperlichen Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen wieder. Auf der einen Seite gehört der Sport nach wie vor zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten und findet außerhalb der staatlich verantworteten

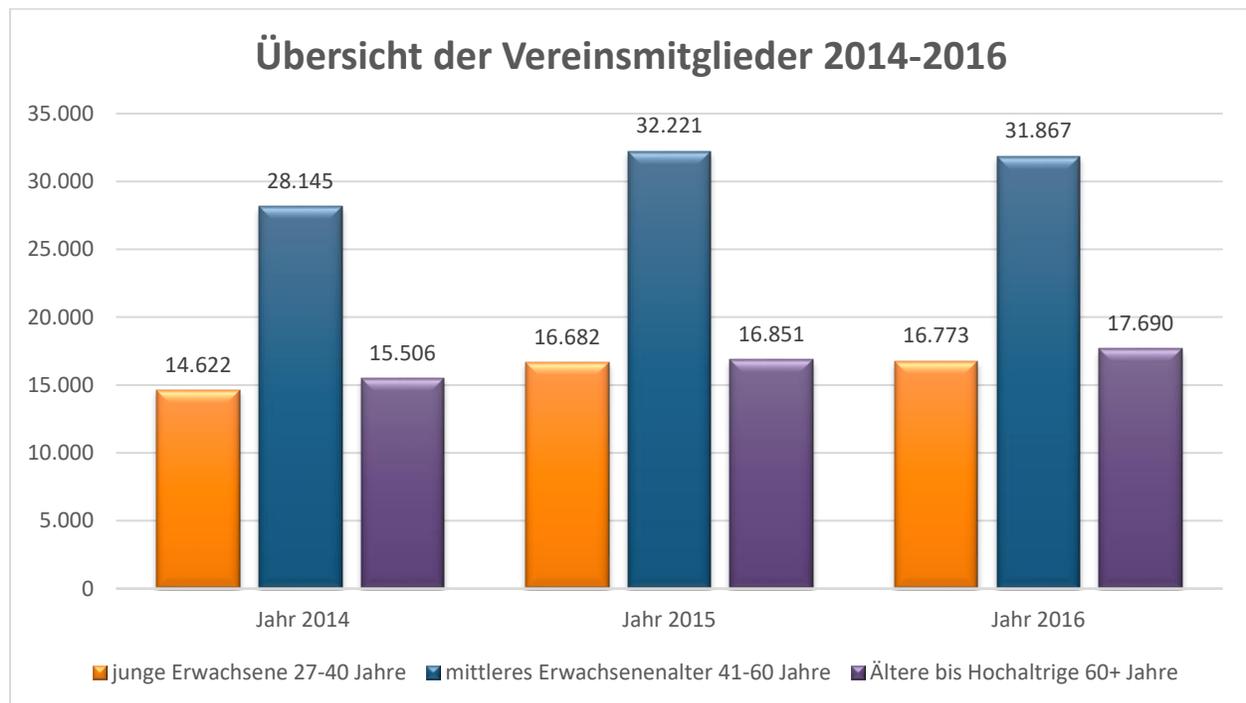
Bildungseinrichtungen, grundsätzlich in den zivilgesellschaftlich organisierten und gemeinwohlorientierten Sportvereinen statt. Auf der anderen Seite verbringen Kinder in keiner anderen Institution mehr Zeit als in der Schule. Diesen Fakten können sich weder der organisierte Sport, noch die Schulen entziehen. Beide haben eine gemeinsame pädagogische Verantwortung für die Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung von Kindern, die wirkungsvoll in einer engen partnerschaftlichen Zusammenarbeit von Schule und Sportverein realisiert werden sollte. Um diese Verantwortung auch in das Land Nordrhein-Westfalen (NRW) zu tragen, wurde im Jahre 2003 eine Rahmenvereinbarung zwischen der Landesregierung und dem LSB NRW über Bewegung, Spiel und Sport in Ganztagschulen und Ganztagsangeboten geschlossen.

Unsere Bevölkerung wird älter - die Nachfrage der Älteren nach passenden sportlichen Aktivitäten steigt. Die ältere Generation ist daher für den organisierten Sport eine Zielgruppe mit Zukunftsperspektive. So haben auch Sportvereine mit Blick auf diese Entwicklungen die einzigartige Chance, sich mit vielfältigen Angeboten



im Bereich Bewegung und Sport erfolgreich für die ältere Generation einzusetzen. Auch wenn viele Vereine bereits gezielt auf diese Zielgruppe eingehen und entsprechende Angebote offerieren, haben dies längst noch nicht alle Sportvereine erkannt.

In der folgenden Übersicht sieht man die Mitgliederzahlen von den jungen Erwachsenen (27-40 Jahr), dem mittleren Erwachsenenalter (41-60 Jahre) bis hin zu den Älteren bis Hochaltrigen (ab 61 Jahren) anhand der Bestandserhebung aus den Jahren 2014 bis 2016.



Deutlich zu sehen ist, dass das mittlere Erwachsenenalter die meisten Mitglieder im Sportverein ausmacht. Zwar zeigt diese Altersspanne einen Rückgang an Vereinsmitgliedern, diese sind aber noch nicht signifikant. Die jungen Erwachsenen und die Älteren bis Hochaltrigen zeigen einen stetigen Anstieg an Vereinsmitgliedern, welches den demografischen Wandel unterstreicht und deutlich macht, dass Sportvereine ihre Sportangebote auf die wachsenden Altersklassen anpassen müssen um ihre älter werdenden Mitglieder halten zu können.

Der KSB will die Vereine von der Basis an unterstützen. Er bietet eine Vielzahl an Übungsleiterausbildungen und entsprechende Fortbildungen an, damit die Vereine mit optimal qualifiziertem Personal entsprechende Kurse/ Angebote schaffen können. Die Anzahl der Grundausbildung (Übungsleiter C-Ausbildung) steigt seit 2014 stetig an.

Bereits seit 2015 bietet der KSB im Bereich Prävention (2. Lizenzstufe, „Sport der Älteren“ und „Haltungs- und Bewegungssysteme“) und 2016 erstmalig im Bereich der Rehabilitation (2. Lizenzstufe, Profil Orthopädie) Ausbildungen auf der zweiten Lizenzstufe an. Diesbezüglich wird genaueres unter dem Punkt Bestandsanalyse 2016 genannt.

Für Senioren wird ein Sportangebot im Kreis Paderborn seit 2014 ebenfalls geboten, um die Mobilität und Beweglichkeit auch im fortschreitenden Alter beizubehalten. Der KSB vermittelt qualifizierte Übungsleiter an Senioren-Wohngemeinschaften, die direkt vor Ort regelmäßige und qualifizierte „Inhouse Bewegungsangebote“ leiten. Ziel dieses Angebots ist es, den Spaß an Bewegung wiederzuerlangen und die Selbstständigkeit und Mobilität zu stärken.

2 HANDLUNGSFELDER

Der KSB unterscheidet zwei gesundheitsorientierte Handlungsfelder: *Kinder und Jugendliche* und *Sport ab der zweiten Lebenshälfte*. Neben diesen steht das Bildungswerk mit Qualifizierungen im Aus- und Fortbildungsbereich für beide Handlungsfelder.

Kinder und Jugendliche

Im Bereich Kinder und Jugendliche führt der KSB zum einen das Landesprogramm „NRW bewegt seine Kinder“ durch, welches in vier Schwerpunkte unterteilt ist. Dieses Landesprogramm, mit Blick auf den Bereich Sport und Gesundheit, setzt der KSB wie folgt für Vereine und Kindertageseinrichtungen um:

- > Außerunterrichtlicher Schulsport/ Ganzttag

Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote (BeSS-Angebote) sind für die ganzheitliche Bildung unverzichtbar und daher fester Bestandteil des Ganztagsangebots. Nur mit den Sportvereinen lassen sich die Angebote erfolgreich und flächendeckend realisieren. Der KSB leistet in diesem Bereich Unterstützung in Form von:

- individueller Beratung der Sportvereine und Schulen im Bereich Kindersportentwicklung,
- Unterstützung und Durchführung von Kooperationsverhandlungen,
- Koordinierung der Bewegungsangebote/ Bedarfsermittlung,
- Qualifizierung von Übungsleitern,
- Lobbyarbeit für den Sport und
- Bildungs- und Teilhabepaket im Sport.

- > Kinder- und Jugendarbeit im Sportverein

Hier tritt der KSB beratend und unterstützend für alle Vereine im Kreis Paderborn ein. Wie kann die inhaltliche Ausrichtung des Vereinsangebots angepasst oder verändert werden? Mit wem beziehungsweise welcher Institution kann der Verein auf sportlicher Ebene kooperieren?

> Kommunale Entwicklungsplanung/ Netzwerkarbeit

Vor einiger Zeit ist zwischen dem KSB und dem Kommunalen Integrationszentrum (KI) eine enge Zusammenarbeit entstanden. Zudem besteht eine Mitarbeit in der AG Jugend 78 des Kreises Paderborn sowie dem Jugendhilfeausschuss und Gremien des Bildungs- und Teilhabepakets.

> Kindertagesstätten und Kindertagespflege

„Nur eine Gesellschaft, die eine Kinderwelt als Bewegungswelt garantiert, ist zukunftsfähig!“ (Landessportbund NRW, 2010) Diesen Leitspruch hat sich der KSB für den Bereich Kindertagesstätten und Kindertagespflege in und um Paderborn angenommen, um den Gesundheitszustand und die motorischen Fähigkeiten vieler Kinder und Jugendlicher zu fördern und zu optimieren.

Die Bewegungserziehung und deren Zusammenhänge mit einer gesunden psychischen, kognitiven und sozialen kindlichen Entwicklung, spielen eine zentrale Rolle. *Bewegung* sowie *Körper, Gesundheit und Ernährung* werden als zwei zentrale Bildungsbereiche angesehen, die den gesamten Lebensalltag von Kindern beeinflussen.

Spezifisch berät und unterstützt der KSB Kindergärten darin, das Zertifikat *Anerkannter Bewegungskindergarten* zu erwerben und hat dies in den letzten Jahren schon bei 16 Einrichtungen erfolgreich ausgeführt. Ein wichtiges Kriterium für dieses Zertifikat ist das Eingehen einer Kooperation mit einem naheliegenden Sportverein. Dieser bekommt dadurch wiederum die Möglichkeit der Zertifizierung als *kinderfreundlicher Sportverein*.

Darüber hinaus gibt es noch eine Erweiterung des Siegels: *Anerkannter Bewegungskindergarten mit Pluspunkt Ernährung des LSB NRW*. Hier wird neben der Bewegungserziehung auch die Ernährungserziehung aufgegriffen. Der KSB fungiert bei diesem Zertifikat ebenfalls als Ansprechpartner, Unterstützer, Vermittler und Berater.

Außerdem fördern wir im Bereich Kinder und Jugendliche die Initiative „Wir bewegen alle Kinder im Kreis Paderborn“. Hier gab es eine Vernetzung aller Verantwortlichen und Akteure bestehender Initiativen zur Bewegungsförderung von Kindern im Kreis Paderborn, die effektiv und nachhaltig verankert werden soll. Partner der Initiative sind der Kreis Paderborn, der Ausschuss



für den Schulsport im Kreis Paderborn, die Deutsche Olympische Gesellschaft, der Fußball- und Leichtathletikverband Paderborn, sowie der KSB Paderborn, Pro Leistungssport Paderborn, die Stadt- und Gemeindegemeinschaften im Kreis Paderborn, die Universität Paderborn (Department Sport und Gesundheit) und die Stiftung LEBENSlauf. Die geplanten Maßnahmen sollen alle Kinder im Kreis Paderborn erreichen, beziehungsweise flächendeckend umgesetzt werden. Die Partner vertreten gemeinschaftlich und gleichberechtigt die Interessen der Bewegungs- und Sportförderung von Kindern in der Öffentlichkeit. Sie planen, gestalten und realisieren gemeinsame Angebote und Maßnahmen zur allgemeinen Bewegungsförderung von Kindern bis zum Alter von neun Jahren.

Sport ab der zweiten Lebenshälfte

Seit 2013 hat sich der KSB den Förderprogrammen „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ und „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ angenommen.

- > „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“

Mit diesem Landesprogramm werden Angebote aus den Bereichen Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation entwickelt, um die Lebensqualität der Bevölkerung im Kreis Paderborn zu erhalten und zu verbessern. Der KSB weist durch Workshops und informative Veranstaltungen auf die Wichtigkeit von Gesundheit und Beweglichkeit, bis ins hohe Alter, hin. Seit 2015 werden explizit Informationen und Änderungen von REHASUPPORT- dem Service- und Zertifizierungszentrum des LSB NRW und Änderungen des Präventionsgesetzes in Hinsicht auf das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT in erster Linie an die Vereinsvorstände und Abteilungsleiter weitergegeben. Es erfolgt eine stetige Verbesserung des Informationsstandes über die gesundheitsorientierten Leistungen und Angebote der Sportvereine. Eine Intensivierung der Vernetzung zwischen dem KSB und dem Gesundheitsamt erfolgte in 2014 durch die Wahl zum Mitglied in die Kommunale Gesundheitskonferenz.



Schwerpunkte des Landesprogramms sind die folgenden:

- I. Gesundheitsfördernder Lebensort Sportverein,
- II. Gesundheitsorientierte Angebote im Sportverein,
- III. Gesundheitspartner Sport und
- IV. Gesundheitsmarketing im Sport

Die Sportvereine mit ihren differenzierten Sport- und Bewegungsangeboten stehen dabei im Zentrum der Offensive. Sie gilt es zu unterstützen und in ihrer Entwicklung zu fördern.

> „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“

Der demographische Wandel schreitet immer weiter voran und beeinflusst zahlreiche Bereiche unseres gesellschaftlichen Lebens. Im organisierten Sport ist es die Aufgabe des KSB den Sportvereinen, Verbänden und Bündeln bewusst zu machen, dass eine Umstellung des eigenen Sportangebots in Zukunft nicht mehr zu umgehen ist. Dazu bieten wir entsprechende Angebote, Vorträge, Infoveranstaltungen und Workshops zur Unterstützung an. Auch in Pflegeeinrichtungen haben wir seit 2014 ein Bewegungsangebot, das in Wohngemeinschaften mit Senioren, teils pflegebedürftigen, erfolgreich durchgeführt wird und langfristig angesetzt ist. Mitte 2014 hat der KSB sein Netzwerk durch zwei Fachverbände, den Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband e.V. und den Tanzsportverband NRW erweitern können, die das Programm in ihrem spezifischen Verband umsetzen. Seit Mitte 2016 arbeitet der KSB auch eng mit dem Westdeutschen Tischtennis-Verband zusammen. Nur durch eine enge Zusammenarbeit wird Nachhaltigkeit, in diesem wichtigen Bereich, gesichert.

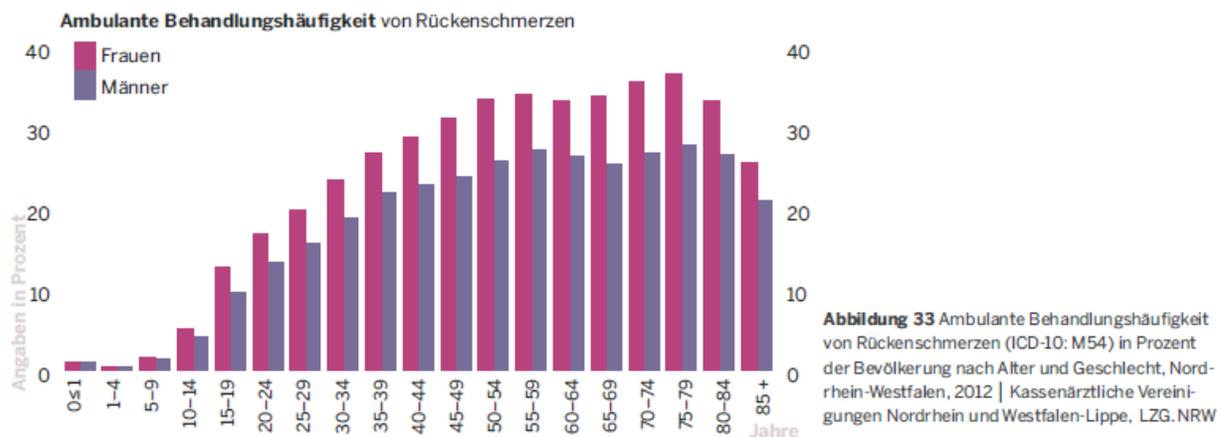
Neben diesen Programmen sind, satzungsgemäß des LSB NRW, die Querschnittsaufgaben Gender, Mainstreaming und Chancengleichheit, Integration/ Inklusion, Sporträume/ Umwelt-und Klimaschutz und Bildung/ Mitarbeiterentwicklung gelistet. Hier hat der KSB seit Juni 2016 eine Fachkraft im Bereich Integration durch Sport über den LSB anstellen können. Auch bei diesen Querschnittsaufgaben ist der KSB bemüht diese, in allen drei Programmen, zu berücksichtigen und umzusetzen. Dieses wird durch die Entwicklung konzeptioneller und inhaltlicher Grundlagen, politischer Lobbyarbeit und Interessenvertretung der Vereine sowie durch organisatorische Unterstützung der Mitgliedsorganisationen erreicht. Zudem zählt die Förderung des Ehrenamts, Öffentlichkeitsarbeit und Werbung und die Kooperation mit Bildungseinrichtungen und sonstigen Institutionen als wichtiger Bestandteil in allen drei Programmen. Darüber hinaus werden Beratungs-, Informations- und Schulungsangebote für Mitarbeiter/innen aus allen Vereinen programmübergreifend angeboten.

3 BESTANDSANALYSE 2016

Präventions- und Rehabilitationsangebote im Kreis Paderborn

An der Spitze der behandelten Krankheiten in NRW „stehen die weitverbreiteten Herz-Kreislauf-Risikofaktoren Bluthochdruck und erhöhte Blutfettwerte neben Krankheitsbildern mit häufig chronischem Charakter wie Rückenschmerzen oder Diabetes Typ 2 [...]“ (Landesgesundheitsbericht NRW 2015, S.31)

„Bluthochdruck und Rückenschmerzen bilden mit jeweils rund vier Millionen Patientinnen und Patienten die häufigsten Behandlungsdiagnosen (22% der Gesamtbevölkerung sind von Rückenschmerzen, 24% von Bluthochdruck betroffen)“ (Landesgesundheitsbericht NRW 2015, S.31). Der Landesgesundheitsbericht NRW 2015 zeigt auf, dass die häufigste Schmerzerkrankung im Erwachsenenalter Beschwerden aufgrund von Rückenschmerzen sind:



Zwischen 2005 und 2012 gab es einen nahezu stabilen Anstieg, der ambulanten Behandlungszahlen, von 4,5% (Landesgesundheitsbericht NRW 2015, S. 45).

Ein ähnliches Bild lässt sich auf den Kreis Paderborn übertragen. Demzufolge sind ca. 66.240 Patienten (22% der Bevölkerung im Kreis Paderborn) auf Grund von Rückenschmerzen und Bluthochdruck behandelt worden. Bei einer Bevölkerungszahl im Jahr 2011 von 301.092 Einwohnern sind Anteilig 12,2% zwischen 65 bis 79 Jahre alt. Bis 2030 soll diese Altersspanne auf 18,9% steigen.

Durch die steigende Anzahl der orthopädischen Beschwerden steigt auch die Zahl der von Ärzten ausgestellten Verordnungen für Rehabilitationssport und somit die Nachfrage in Vereinen. Neben diesen

wird auch das Interesse an Präventionskursen größer, die von Krankenkassen in Kooperationen mit Vereinen im Bereich Prävention angeboten werden.

Im Folgenden werden zwei, unglücklicherweise recht unterschiedliche, Erhebungen aufgezeigt: Einmal die Ergebnisse der Bestandserhebung des LSB NRW, für den Kreis Paderborn (Stand: August 2014), in den Bereichen Präventionsangebote mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT und Reha-Sportangebote. Die anderen Angaben sind aus den Internetplattformen: <http://www.rehasport-in-nrw.de/home> und <http://www.sportprogesundheit.de/de/sport-und-gesundheit/bewegungsangebote-in-ihrer-naehe/>.

Die Bestandserhebung des LSB NRW zeigt, wie das Kursangebot der Vereine aufgestellt ist. Im Kreis Paderborn sind, nach dem Stand August 2014, 340 Vereine gemeldet, von denen zu wenige Präventions- und/ oder Rehabilitationssportangebote (P/R) anbieten. Nur drei aller Vereine besitzen das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT (Abbildung 1).

Aufgeteilt in P/R Angebote zeigt sich, dass bis 2014 9 Vereine den Bereich Prävention in ihr Kursangebot integriert haben und es insgesamt in 30 Vereinen ein Rehabilitationsangebot mit unterschiedlichen Schwerpunkten gibt. Einige Vereine bieten mehrere Schwerpunkte an. Die genaue Anzahl der einzelnen Kursangebote im jeweiligen Verein liegt hier nicht vor.¹

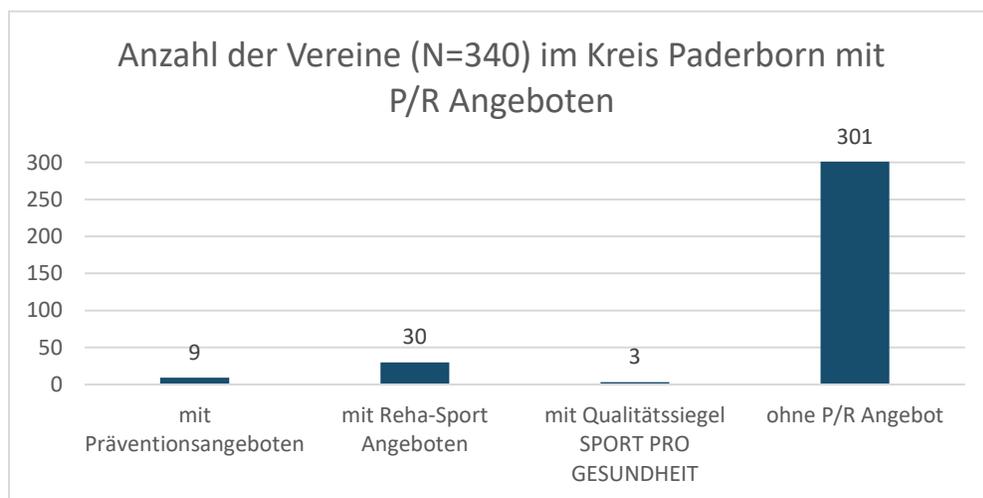


Abbildung 1: Anzahl der Sportvereine, die kreisweit Kurse mit dem Qualitätssiegel haben und Angebote im Rehabereich, anhand der Bestandserhebung des LSB NRW, Stand August 2014

¹ Durch das Diagramm wird nur veranschaulicht wie viele Vereine P/R Angebote in ihrem Wochenprogramm integriert haben. Wie viele Kurse jeder Verein im entsprechenden Themengebiet hat, ist hier nicht aufgeführt und verlangt eine detaillierte Vereinsumfrage.

Die Internetplattformen zeigen eine etwas andere Übersicht (Stand Dezember 2016). Hier ist zu sagen, dass gerade die Angebote, die im Bereich Rehasport zu finden sind, aus eigenen Kenntnissen des KSB, nicht korrekt sind. Nach den Plattformen gäbe es im ganzen Kreisgebiet nur 2 Vereine die Reha-Sportangebote anbieten würden und 9 Vereine, die für ihre Präventionskurse mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet sind.

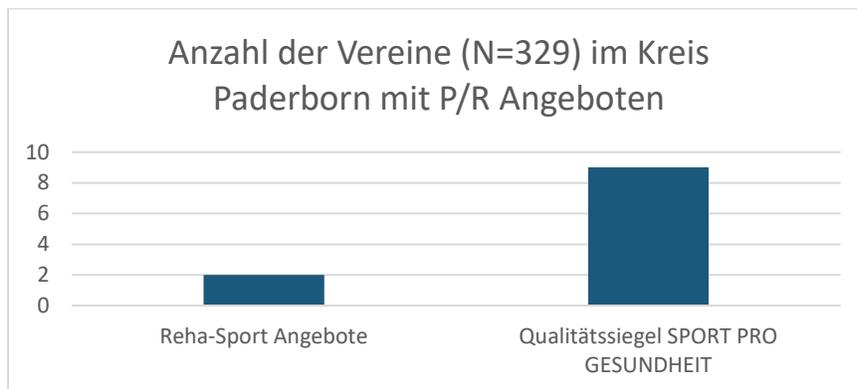


Abbildung 2: Anzahl der Sportvereine, die kreisweit Kurse mit dem Qualitätssiegel haben und Angebote im Rehabereich, anhand der Internetplattformen <http://www.rehasport-in-nrw.de/home> und <http://www.sportprogesundheit.de/de/sport-und-gesundheit/bewegungsangebote-in-ihrer-naehe/>, Stand Dezember 2016

Qualifizierung von Übungsleiter/innen

Seit einigen Jahren ist der KSB bemüht Ausbildungen und Fortbildungen für Übungsleiter im Bereich Sport und Gesundheit anzubieten. Durch den Ausbau der Außenstelle des Bildungswerks konnten die Angebote bis 2016 schon deutlich ausgebaut werden:

Angebote des KSB als Außenstelle des Bildungswerks LSB NRW 2013-2016:

	Lizenzstufen	Vorstufen-qualifizierung	Ausbildung			Fortbildungen (15LE)	Fortbildungen (8LE)	
			Basis-modul	Aufbaumodul			KSB	KSB
				Kinder + Jugend	Zielgruppenübergreifend			
2013	Gruppenhelfer	1x I						
	ÜL-C		3x	1x	1x	4x		
	ÜL-B BiKuV		2x	2x		1x	2x	
2014	Gruppenhelfer	1x I						
	ÜL-C		2x	1x	1x	2x	2x	
	ÜL-B BiKuV		2x	2x			2x	
	ÜL-B Reha/Präv					1x	1x	3x
2015	Gruppenhelfer	1x I; 1x II						
	ÜL-C		6x	1x	5x	2x	5x	
	ÜL-B BiKuV		1x	1x			4x	
	ÜL-B Präv Ältere		1x		1x HuB			
	ÜL-B Reha							2x
2016	Gruppenhelfer	1x I; 1x II						
	ÜL-C		9x	5x	4x	6x		
	ÜL-B BiKuV		1x	1x		1x		
	ÜL-B Reha		1x		1x Orthopädie			2x
	ÜL-B Präv						2x	

Zu den aufgelisteten Fortbildungen in der obigen Tabelle wurden weitere in Kooperation mit dem Ostwestfälische Turngau (OWTG) und dem Fußball- und Leichtathletikverband (FLVW) angeboten.

2014 begann der KSB auch im Bereich der Prävention erstmalig Fortbildungen anzubieten. Dieser Bereich wurde 2015 mit einer ÜL-B Präventionsausbildung mit dem Profil „Sport für Ältere“ fortgeführt. Die erste Rehabilitationsausbildung, Profil Orthopädie, konnte der KSB in 2016 zum ersten Mal anbieten und durchführen. Zudem wurde der Grundlagenbereich mit ÜL-C Ausbildungen erheblich ausgebaut.

Diese ist wichtig, damit den Übungsleitern die nötigen Kompetenzen gelehrt werden, um im Nachhinein auch gesundheitsorientierte Sportangebote anbieten zu können. Daher ist bei allen Aus- und

Fortbildungen der Anteil an Praxis und Theorie entscheidend, um auch in den jeweiligen Kurseinheiten die Themen praktisch umzusetzen und theoretisches Wissen mit einfließen zu lassen.

Insgesamt bestehen die wichtigsten Bausteine einer ÜL- Ausbildung aus der Planung, Durchführung und Auswertung einer Sportstunde, um eventuell aufkommende Verbesserungsmöglichkeiten umzusetzen.

4 ZIELSETZUNG

Die Zielsetzungen des KSB sind aus den Ergebnissen der Bestandsanalyse entstanden.

- I. Die Anzahl der qualifizierten Sportangebote in den einzelnen Vereinen im Bereich Prävention und Rehabilitation soll ausgebaut werden. Demzufolge sollen die Vereine noch mehr darauf aufmerksam gemacht werden, ein entsprechendes Angebot im eigenen Verein zu schaffen.
- II. 2014 wurde letztmalig ein Angebotsverzeichnis Ü50 aller Vereine im Kreis Paderborn veröffentlicht. Hier soll wieder eine Abfrage stattfinden (2013: 77 Sportkurse aus 25 zurückgemeldeten Vereinen; 2014: 93 Sportangebote aus 31 zurückgemeldeten Vereinen).
- III. Der Bereich der Qualifizierung neuer Übungsleiter im Bereich Prävention und Rehabilitation soll weiterhin unterstützt werden. Da es den Erfahrungen nach nicht genug Interessierte für eine jeweilige Ausbildung gibt, soll hier verstärkt auf Ausbildungen anderer KSBs/SSBs hingewiesen werden. Der Fortbildungsbereich soll weiter ausgebaut werden.
- IV. Vereine sollen durch Workshops und Infoveranstaltungen noch mehr auf die älter werdenden Vereinsmitglieder aufmerksam gemacht werden, damit der Verein neue Angebote schaffen sollte, um diese zu halten. Der KSB steht hierbei unterstützend zur Seite und informiert zudem über finanzielle Möglichkeiten.
- V. Weitere Netzwerke schaffen

5 HANDLUNGSKONZEPT

Zu Zielsetzung I.

Mehr qualifizierte Sportangebote in der Prävention und Rehabilitation schaffen

Der KSB möchte die Vereine in der Zukunft dazu motivieren, qualitativ gute, an der Gesundheit orientierte, Sportangebote zu initiieren. Hierbei stützt sich der KSB auf das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT, das der DOSB im Jahr 2000 gemeinsam mit der Bundesärztekammer entwickelt hat. Das Siegel zeichnet gesundheitsorientierte Sportangebote in Vereinen aus und ist zwei Jahr gültig, sofern diese und deren Übungsleiter sechs festgelegte Qualitätskriterien erfüllen (Deutscher Olympischer Sportbund unter <http://www.dosb.de/index.php?id=14027>).

Zum derzeitigen Stand (Dezember 2016) gibt es im Kreis Paderborn Kurse, die mit einem solchen Qualitätssiegel des DOSB ausgestattet sind. Um diese Zahl der ausgezeichneten Sportangebote im Kreis Paderborn zu erhöhen, finden jährlich Informationsveranstaltungen „Aktuelle Entwicklung rund um das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT“ statt. In 2016 gab es durch die Veränderungen des Präventionsgesetzes und einer neuen Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT des DOSB viele Änderungen, die noch nicht abgeschlossen sind. Hier versucht der KSB 2017, in enger Zusammenarbeit mit dem LSB, konkrete Informationen direkt an die Sportverein und Übungsleiter weiter zugeben. Wichtig ist es, dass der KSB die Vereine über aussagekräftige Änderungen und Anpassungen informiert und bei Interesse, unterstützend und beratend, zur Seite steht.

Interessant für Vereine, die ihr Angebot im gesundheitsorientierten Sport erweitern möchten, ist die Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT (<https://service-sportprogesundheit.de/>), auf der alles zum Qualitätssiegel und zum Deutschen Standard Prävention zu finden ist und die Internetseite des neuen Service- und Zertifizierungszentrums des LSB NRW – REHASUPPORT (<https://rehasupport.nrw/cp/1/1/home>).

Zu Zielsetzung II.

Angebotsverzeichnis aller Sportvereine

In 2013 und 2014 gab es einen Flyer zum Thema „Sportangebote in Ihrer Nähe“. Am Anfang eines jeden Jahres werden alle Vereine angeschrieben und gebeten, ihre aktuellen Sportangebote für die

Altersgruppe 50plus anzugeben, damit der KSB dies zusammengefasst an Interessierte weiterleiten oder aushändigen kann. Einerseits können alle Sportvereine bei der Basisdatenerhebung des LSB NRW ihr Sportangebote für Ältere angeben, woraus der KSB 2016 eine Übersicht erstellen wollte. Andererseits gab es aber leider zu wenig eingetragene Sportangebote, weshalb derzeit überlegt wird, eine neue direkte Abfrage durchzuführen. Mit den Angeboten der einzelnen Vereine möchte der KSB Nachhaltigkeit schaffen und den Vereinen zu Eigenwerbung verhelfen. Demzufolge wäre ein wünschenswertes Ziel, die Mitgliederzahlen in der benannten Altersspanne im Verein zu steigern und vor allem die passiven Mitglieder durch Angebote wieder aktiv an den Verein zu binden.



Zu Zielsetzung III.

Qualifizierungsangebote für neue Übungsleiter ausbauen

Im Bereich der Präventions- und Rehabilitationsausbildung hat der KSB 2015 und 2016 je eine Ausbildung anbieten können. Bei beiden Ausbildungen war gerade die Mindestteilnehmerzahl erreicht, um diese stattfinden lassen zu können. Wie in der Zielsetzung erwähnt, bemüht sich der KSB daher in Zukunft, dass verstärkt auf Ausbildungen anderer KSBs/SSBs hingewiesen wird. Falls es zu einem deutlichen Anstieg der Nachfragen kommen sollte werden wieder Ausbildungen des KSB angeboten. Um die Qualität der erfolgreich ausgebildeten Übungsleiter/innen zu halten, will der KSB in einem zweiten Schritt, entsprechende Fortbildungen thematisch an die Ausbildungen angliedern. Dies soll den Übungsleitern/innen bei einer Lizenzverlängerung die Möglichkeit bieten, sich in ihrer gewählten Zielgruppe fortzubilden. Geplante Fortbildungen in der Prävention/ Rehabilitation und unter Berücksichtigung der Themen der angebotenen Ausbildungen sind unter anderem Faszientraining und Sport der Älteren im Bereich Demenz und Rollator Walking.

Seit 2015 bietet der LSB NRW sein eigenes Ausbildungsprogramm im Reha-Bereich – REHASUPPORT - an, zu dem die Profile Orthopädie, Innere Medizin und in Zukunft auch viele weitere Profile zählen. Auch hier möchte der KSB seine Fortbildungen an die vom LSB angebotenen Ausbildungen anknüpfen.

Eine weitere Maßnahme zur Verbesserung der Qualifizierungen soll eine Zusammenarbeit mit den an Paderborn anliegenden KreisSportBünden Höxter und Lippe sein. Ziel dieser Kooperation ist eine höhere Teilnehmerzahl bei allen Aus- und Fortbildungen.

Zu Zielsetzung IV.

Angebote im Bereich der Älteren schaffen

Das Landesprogramm des LSB NRW „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ bietet den KSBs/SSBs die Möglichkeit, verschiedene Workshops, Aktionstage und Informationsveranstaltungen in wünschenswerter Kooperation mit einem Sportverein oder für Sportvereine anzubieten. Mit den Flyern „Sportangebote in Ihrer Nähe“ unter Punkt II *Angebotsverzeichnis aller Sportvereine* können Sportvereine ihre Angebote für Interessierte veröffentlichen.

Mit der innerhalb Punkt IV erwähnten Zielsetzung sollen zu den schon bestehenden Angeboten weitere geschaffen werden und dort Angebote initiiert werden, wo noch keine bestehen. Vor allem bei kleineren Vereinen kommt es bei den älter werdenden Vereinsmitgliedern vor, dass diese entweder aus dem Verein austreten oder sich passiv stellen lassen, weil es keine Altersgruppen entsprechenden Angebote gibt. Durch Workshops des Vereins sollen die älter werdenden Mitglieder eingeladen werden um neue Möglichkeiten der Bewegung mit einem E-Bike bis hin zu Rollator-Gymnastik kennen zu lernen. Dadurch soll eine neue Verbindung zum Verein geschaffen werden und die Teilnehmer erfahren das Gefühl der Wertschätzung seitens des Vereins. Durch solche Workshops, aber auch weiteren Infoveranstaltungen für mehrere Vereine und kleine „Aktionstage“, bietet der KSB neben der organisatorischen und beratenden auch eine in gewissem Maße finanzielle Unterstützung an.

Zu Zielsetzung V.

Netzwerk ausbauen

Anfang September wurde die Fachkraft für „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ als ständiges Mitglied in die Kommunale Gesundheitskonferenz gewählt. Dazu gab es im November 2014 erste Gespräche wie die Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt in Zukunft aussehen kann. Dieses Netzwerk soll zukünftig auf- und weiter ausgebaut werden, um so im Bereich Gesundheit wichtige Partner und Kooperationen zu finden. Im vierten Quartal 2014 wurde erstmals mit zwei von 19 Fachverbänden (Judoverband und Tanzsportverband) enger zusammengearbeitet. Dies konnte 2016 um den Westdeutscher Tischtennis-

Verband (WTTV) erweitert werden und soll auch mit weiteren Fachverbänden in Zukunft geschehen. Der KSB hofft für eine engere Zusammenarbeit einen gemeinsamer Nenner zu finden.

Bisher fehlt den Vereinen das Bewusstsein, neue Angebote zu schaffen, um Ältere im Verein zu halten, aber auch neue zu gewinnen. Im Jahr 2014 wurde damit begonnen, Kurzvorträge über die Landesprogramme „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ und „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ in den Jahreshauptversammlungen der Stadtsportverbände und Gemeindegewandtsportverbände zu referieren. Hierdurch sollen die Vorstände der Sportvereine für diese Themen expliziter sensibilisiert werden. Diese Vorgehensweise wird in den folgenden Jahren weiter geführt, um den Vorständen ein Gesicht zum Programm zu geben und um vor Ort mit Ihnen kommunizieren zu können.

6 AUSBLICK

In den nächsten Jahren soll die Bestandserhebung jährlich aktualisiert und das Handlungskonzept entsprechend umgesetzt sowie weiterentwickelt werden. Die erwähnten Ziele sollen zukünftig, neben den Maßnahmen für die LSB Programme „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ und „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“, ausgeführt werden und auch vor allem mit der Querschnittsaufgabe Integration und Inklusion kombiniert werden.

Der KSB freut sich, die Zusammenarbeit mit den Vereinen weiter auszubauen und Rückmeldungen zur geleisteten Arbeit entgegenzunehmen. Daher bittet der KSB auch um Verbesserungsvorschläge und/oder neue Ideen, die es gilt umzusetzen.

Auch in Zukunft ist das primäre Ziel des KSB, den Vereinssport als festen Bestandteil in der Bevölkerung zu verankern. Mit der Unterstützung der Partner aus dem Gesundheits-, Bildungs- und Sozialwesen ist der KSB auf einem guten Wege dies zu erreichen.