

## Voraussetzungen zur Anerkennung von Grundkursen in Sportphysiotherapie durch den DOSB

Grundkurse in Sportphysiotherapie, die als Eingangsvoraussetzung für die Weiterbildungsseminare „DOSB-Sportphysiotherapie“ vom Deutschen Olympischen Sportbund anerkannt werden sollen, müssen folgende Voraussetzungen erfüllen:

### 1. Kursadressaten

- | Masseure
- | med. Bademeister
- | Physiotherapeuten

### 2. Kursdauer

Die Ausbildung umfasst insgesamt 150 Lerneinheiten (LE) und schließt mit einer schriftlichen und einer theoretisch/praktischen Lernerfolgskontrolle ab, die Bestandteil der Mindestkursdauer ist.

### 3. Lerninhalte

#### 3.1 Theoretische Inhalte

##### 3.1.1 Trainingslehre

insgesamt 10 LE

- | Terminologie, Grundlagen der Trainingslehre unter Berücksichtigung repräsentativer Sportarten
- | Trainingsplanung
- | Trainingsmethoden
- | Trainingsmittel unter Berücksichtigung repräsentativer Sportarten
- | Leistungs- und Spitzensport
- | Gesundheits-, Breiten- und Altensport
- | Regeneration

##### 3.1.2 Funktionelle Anatomie, Arthrokinematik, Sportverletzungen und sportmedizinische Untersuchungsmethoden für:

insgesamt 15 LE

- | Fuß
- | Unterschenkel, Kniegelenk
- | Oberschenkel, Becken
- | Wirbelsäule
- | Obere Extremitäten

##### 3.1.3 Sportmedizin

insgesamt 20 LE

- | Muskelphysiologie/Muskelleistung
- | Neurophysiologie
- | Kardiopulmonales System und seine Regulationsmechanismen
- | Anti-Doping
- | Ernährung im Sport

##### 3.1.4 Psychologie im Sport

insgesamt 5 LE

##### 3.1.5 DOSB-Sportphysiotherapie (PPP)

1 LE

## 3.2 Praktische Sportphysiotherapie

### 3.2.1 Massage

- |  |       |
|--|-------|
| Allgemeine und sportartspezifische Massage | 20 LE |
| Spezielle Massagetechniken                 | 5 LE  |
| Myofasciale Techniken (Triggerpunkte)      |       |
| Funktionsmassage                           |       |
| Bindegewebsmassage                         |       |

### 3.2.2 Thermotherapie

- |       |      |
|-------|------|
| Kälte | 4 LE |
| Wärme |      |

### 3.2.3 Elektrotherapie

- |                |      |
|----------------|------|
| Niederfrequenz | 4 LE |
| Mittelfrequenz |      |
| Hochfrequenz   |      |
| Ultraschall    |      |

### 3.2.4 Funktionelle Verbände

- |                  |       |
|------------------|-------|
| Daumen           | 20 LE |
| Handgelenk       |       |
| Muskelaufhängung |       |
| Innenband Knie   |       |
| Sprunggelenk     |       |
| Achillessehne    |       |

### 3.2.5 Palpation

- |          |      |
|----------|------|
| Becken   | 5 LE |
| Knie     |      |
| Fuß      |      |
| Schulter |      |

### 3.2.6 Untersuchungen

- |                          |       |
|--------------------------|-------|
| Becken                   | 10 LE |
| Knie                     |       |
| Fuß                      |       |
| Schulter                 |       |
| Safety-Tests HWS und LWS |       |

### 3.2.7 Behandlungsschemata

- |                      |      |
|----------------------|------|
| Ursache-Folge-Ketten | 5 LE |
|----------------------|------|

### 3.2.8 Training

- |  |       |
|--|-------|
| Warm-up und Cool-down                          | 17 LE |
| Kräftigungstraining ausgewählter Muskelgruppen |       |
| Arbeit an Trainingsgeräten                     |       |
| Sensomotorik                                   |       |

Die praktische Ausbildung hat insgesamt einen Umfang von 90 Lerneinheiten.

#### **4. Inhalte der Lernerfolgskontrolle**

- | Schriftliche Lernerfolgskontrolle mit mindestens 20 Fragen
- | Praktische und mündliche Lernerfolgskontrolle verpflichtend in den Fächern
  - | Funktionelle Anatomie und Befunderhebung
  - | Massage
  - | Funktionelle Verbände

#### **5. Informationsverpflichtung**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind über die vom DOSB geforderten Inhalte des Grundkurses mit der Anmeldungsbestätigung schriftlich zu informieren.

Die Erfüllung dieser Voraussetzungen muss durch unaufgefordertes Einsenden der Seminarprogramme - mit Referentenbenennung und Terminen – bis spätestens eine Woche vor Beginn jedes Kurses nachgewiesen werden. Die DOSB-Anerkennung des jeweiligen Grundkurses ist hiervon abhängig.

Zur Qualitätssicherung sind die Grundkurse durch Teilnehmerbefragungen am Ende des Kurses auszuwerten. Der DOSB behält sich vor, im Bedarfsfall die Ergebnisse der Teilnehmerbefragungen anzufordern.

Zusätzlich muss zu den abschließenden Lernerfolgskontrollen ein Vertreter des DOSB auf Kosten des Veranstalters eingeladen werden.

**DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND**

Geschäftsbereich Leistungssport

Lehrstab „DOSB-Sportphysiotherapie“  
Januar 2010