



## DOSB | SPORT PRO GESUNDHEIT

Antrag auf Verleihung des Qualitätssiegels  
**SPORT PRO GESUNDHEIT**  
für ein Gesundheitssportangebot im Verein  
(bzw. „Pluspunkt Gesundheit. DTB“. Gesund & Fit im Wasser)

Titel des Angebotes: \_\_\_\_\_

Neuantrag                      oder                       Verlängerung

Name und Anschrift des Vereins, in dem das Angebot durchgeführt werden soll:

Verein \_\_\_\_\_ Vereinskennziffer (falls bekannt): \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner/in (Name, Vorname, Tel., E-Mail): \_\_\_\_\_

Übungsort und Übungstermin für das beantragte Angebot:

Halle/Platz/Trainingsort: \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

1. Wochentag: \_\_\_\_\_ Uhrzeit von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

2. Wochentag: \_\_\_\_\_ Uhrzeit von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

Name und Anschrift des Übungsleiters<sup>1)</sup> oder der Übungsleiterin für das beantragte Angebot:

Name/Vorname: \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Bezeichnung der Vereinsabteilung, in der das Angebot betreut wird und des Fachverbandes, dem das Angebot / die Abteilung gemeldet ist:

Abteilung: \_\_\_\_\_ Fachverband: \_\_\_\_\_

<sup>1)</sup> Im Folgenden wird auf die Nennung der weiblichen Schreibweise beim Begriff Übungsleiter/-innen aus Gründen der Vereinfachung verzichtet. Selbstverständlich sind Frauen bei den Erläuterungen immer mit einbezogen.

# 1. Zielgruppengerechtes Angebot

- 1.1 Wie sind **Ziele** und **Inhalte** des Angebotes dokumentiert? (Bitte nur **EINE** Antwort ankreuzen):
- Zum Angebot liegt ein Rahmenkonzept vor, das insbesondere Ziele, Inhalte und Methoden des Angebotes unter Berücksichtigung der jeweiligen Zielgruppe darstellt. (Konzept bitte beifügen).
- Es handelt sich bei dem Angebot um ein standardisiertes Programm<sup>2)</sup>, und zwar:
- 
- (Ein Rahmenkonzept ist bei standardisierten Programmen nicht erforderlich)
- 1.2 Das Angebot kann **EINEM** der nachfolgend genannten **Bereiche** zugeordnet werden (Bitte nur **EINEN** Bereich ankreuzen):
- Herz-Kreislauf  Allgemeiner Präventionssport
- Muskel-Skelettsystem  Entspannung / Stressbewältigung
- 1.3 Das Angebot kann **EINER** der nachfolgend genannten **Zielgruppen SCHWERPUNKTMÄSSIG** zugeordnet werden (Bitte **nur EINE** Zielgruppe ankreuzen):
- Kinder und Jugendliche  Erwachsene  Ältere

---

# 2. Qualifizierte Leitung

- 2.1 Der Übungsleiter verfügt über eine **Übungsleiterausbildung** „Sport in der Prävention“ auf der 2. Lizenzstufe (Bitte Kopie der Lizenz beifügen).
- Ja  Die Lizenz ist gültig bis: .. (bitte weiter mit 2.2)
- Nein  (bitte weiter mit 2.3)
- 2.2 Die **Übungsleiterlizenz** „Sport in der Prävention“ auf der 2. Lizenzstufe kann **MINDESTENS EINEM** der genannten Bereiche **und/oder EINER** der genannten Zielgruppen zugeordnet werden:
- | <b>BEREICH:</b>  | <b>ZIELGRUPPE:</b>                              |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Herz-Kreislauf                  | <input type="checkbox"/> Kinder und Jugendliche |
| <input type="checkbox"/> Muskel-Skelettsystem            | <input type="checkbox"/> Erwachsene             |
| <input type="checkbox"/> Entspannung / Stressbewältigung | <input type="checkbox"/> Ältere                 |
| <input type="checkbox"/> Allgemeiner Präventionssport    |   |
- 2.3 Hat der Übungsleiter eine **höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung** absolviert (Bitte Nachweis beifügen)?
- Ja  Nein

<sup>2)</sup> Standardisierte Programme sind Angebote, deren Ziele, Inhalte und Methoden etc. durch den Verband festgelegt und detailliert beschrieben werden.

Falls **ja**, muss diese **einer** der nachfolgend genannten Qualifikationen zugeordnet werden können:

- Sportwissenschaftler (Diplom / Magister / Lehramt) mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung
- Sport- u. Gymnastiklehrer/in mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung
- Physiotherapeut/in bzw. Krankengymnast/in mit Zusatzqualifikation in der Methodik des Sports
- Ergotherapeut oder Motopäde mit Zusatzqualifikation in der Methodik des Sports

---

### 3. Einheitliche Organisationsstruktur

- 3.1  Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 15 Teilnehmer je Angebot begrenzt.
- 3.2 Rhythmus und Dauer der Übungsveranstaltungen:
  - Es handelt sich um ein **Kursangebot** mit mindestens einer Unterrichtsstunde wöchentlich. Das Angebot umfasst mindestens 10 und maximal 15 Unterrichtsstunden.
  - oder**
  - Es besteht ein **Kursangebot** im Rahmen eines Dauerangebots mit mindestens einer Unterrichtsstunde wöchentlich.

---

### 4. Präventiver Gesundheits-Check

- 4.1  Allen **Teilnehmern ab dem 18. Lebensjahr** wird vor der Aufnahme des Angebotes ein „**Eingangsfragebogen für Sporttreibende**“<sup>3)</sup> vorgelegt. In begründeten Fällen wird eine darüber hinausgehende Untersuchung in Abstimmung mit dem Hausarzt angeraten.
- 4.2  **Teilnehmern ab dem 35. Lebensjahr** wird zusätzlich vor der Aufnahme des Angebotes eine **Gesundheitsvorsorgeuntersuchung** empfohlen. Bei krankhaftem Befund werden darüber hinausgehende Untersuchungen in Abstimmung mit dem Hausarzt angeraten.
- 4.3 Nehmen am Angebot **Kinder und Jugendliche (bis zum 17. Lebensjahr) teil**: Ja  Nein   
Falls **ja**:
  - Für Kinder, die vom Schulsport ausgeschlossen sind oder waren, wird vor der Aufnahme des Angebotes eine Rücksprache mit dem Hausarzt oder ggf. eine Jugenduntersuchung empfohlen.
- 4.4  In begründeten Fällen wird von den Teilnehmern eine **ärztliche Bescheinigung** gefordert.
- 4.5  Aus gesundheitlichen Gründen können Personen von der **Teilnahme ausgeschlossen** werden.

<sup>3)</sup> **Information zum Fragebogen:** Der Fragebogen lehnt sich an den „Einstiegsfragebogen für Sporttreibende“ der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention an, der seinerseits auf dem PAR-Q Test beruht. Der Fragebogen dient der Selbsteinschätzung durch den Sporttreibenden. Für den Einsatz des Fragebogens und die daraufhin aufgenommenen Aktivitäten wird keine Verantwortung übernommen. In allen Zweifelsfällen sollte vor Aufnahme der Aktivitäten ein Arzt aufgesucht werden. Der „Eingangsfragebogen für Sporttreibende“ liegt den Qualitätskriterien in der aktuell gültigen Version als Fragebogen (Kopiervorlage) bei. Der Leiter / die Leiterin sollte den Teilnehmenden vor der Aufnahme des Angebotes den „Eingangsfragebogen für Sporttreibende“ aushändigen.

# Rahmenkonzept

## SPORT PRO GESUNDHEIT

für ein Gesundheitssportangebot im Verein

### 1. Angebot

Titel des Angebotes: \_\_\_\_\_

Das Angebot kann einem der nachfolgenden Bereiche zugeordnet werden (Zutreffendes bitte ankreuzen):

- Herz-Kreislauf       Allgemeiner Präventionssport  
 Entspannung / Stressbewältigung  
 Muskel-Skelettsystem

### 2. Zielgruppe

Das Angebot wendet sich an (Bitte in jeder Spalte mindestens eine Auswahl treffen):

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Kinder und Jugendliche | <input type="checkbox"/> Frauen / Mädchen | <input type="checkbox"/> sportlich Aktive |
| <input type="checkbox"/> Erwachsene             | <input type="checkbox"/> Männer / Jungen  | <input type="checkbox"/> Neueinsteiger    |
| <input type="checkbox"/> Ältere                 | <input type="checkbox"/> Gemischt         | <input type="checkbox"/> Wiedereinsteiger |
| <input type="checkbox"/> Familien               |   |   |

### 3. Zielsetzung und Umsetzung

Dem Angebot liegt ein ganzheitlicher Ansatz zugrunde, die Inhalte beziehen sich sowohl auf physische, d.h. körperliche als auch auf psychische und psychosoziale Aspekte. Wichtige Ziele des Programms sind:

**Stärkung physischer Gesundheitsressourcen:**

z.B. durch Förderung der **Ausdauer**, der **Kraft**, der **Beweglichkeit**, der **Koordination**, oder der (muskulären)

**Entspannungsfähigkeit.**

Nennen Sie bitte die Schwerpunkte **physischer Gesundheitsressourcen**, die Sie in Ihren Unterrichtsstunden entwickeln und stellen Sie stichwortartig Mittel und Methoden dazu dar (ggf. als Anlage anfügen):

---

---

---

---

---

---



## 5. Begleitendes Qualitätsmanagement

- 5.1  Der Übungsleiter erklärt die grundsätzliche Bereitschaft, an Qualitätszirkeln teilzunehmen.
- 5.2  Der Übungsleiter ist grundsätzlich bereit, an weiteren Maßnahmen im Rahmen eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses, wie z.B. einer Teilnehmerbefragung oder einem Audit (Qualitätsbewertung), teilzunehmen.

---

## 6. Der Verein als Gesundheitspartner

- 6.1  Der Verein ist bereit, z.B. mit Ärzten, Schulen, Kindergärten, Seniorenorganisationen, Gesundheitsämtern, Krankenkassen und Krankenhäusern zu kooperieren.
- 6.2 Das Angebot findet in folgender „Lebenswelt“ (Setting) statt.
- Sportverein       Schule       Kindergarten
- Betrieb       Senioreneinrichtung
- \_\_\_\_\_
- 6.3  Der Verein ist bestrebt, sein gesundheitsorientiertes Selbstverständnis weiter zu entwickeln.

---

Ich verpflichte mich als ÜL die Qualitätskriterien für das Qualitätssiegel einzuhalten und bin einverstanden, dass die Daten (nur zu Angebot und Ansprechpartner) im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit (z.B. im Internet) weitergegeben werden.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift (ÜL): \_\_\_\_\_

Wir beantragen das Qualitätssiegel (Gültigkeitsdauer 2 Jahre) und verpflichten uns, dafür Sorge zu tragen, dass die Qualitätskriterien eingehalten werden.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_ Vereinsstempel:

Unterschrift (Verein): \_\_\_\_\_

Vorstand vertretungsberechtigt nach § 26 BGB

Anlagen:

- Rahmenkonzept
- Kopie der **GÜLTIGEN** Übungsleiterlizenz „Sport in der Prävention“ auf der 2. Lizenzstufe oder Nachweis über höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung

**Ein „bewegtes“  
und gesundes Leben  
wünscht Ihnen  
SPORT PRO GESUNDHEIT!**

