

„Adapted Physical Activities“ bearbeitet Themen im Behindertensport und Sozialtherapiebereich, dazu gehört auch die Mitorganisation des alljährlichen Behindertensporttages. Die Vertiefung „Fitneß“ widmet sich zunächst der Erstellung von Trainingsplänen mit oder ohne Kraftmaschinen und der Abklärung von Risiken. Wer sich zur Fitneßinstructor/in ausbilden läßt, wird weiter in der Durchführung von Leistungstests geschult, wer Aerobicinstructor/in werden will, erlernt die entsprechenden Formen und didaktischen Prinzipien. Beides wird in Lehrübungen angewandt.

An der Universität Basel wie auch an der Eidgenössischen Technischen Hochschule Zürich wird die Ausbildung für eine außerschulische Berufstätigkeit im Gesundheitssport im Rahmen eines Nachdiplomstudiums angeboten. Beim Lehrgang „Fitneß, Training und Gesundheit“ in Basel liegt der Schwerpunkt auf Ausbildertätigkeiten im Fitneßbereich während im Zürcher „Adapted Physical Activities“-Studium Anstellungen in der Sporttherapie sowie im Sonder- und Sozialbereich angepeilt werden.

Allen drei Studiengängen ist gemeinsam, daß sie stark berufsorientiert sind. Die Vermittlung von Wissen wird mit der Schulung von Fertigkeiten für zukünftige Tätigkeiten gekoppelt. Anstellungsmöglichkeiten im praktischen Bereich ergeben sich in der Schweiz in Fitneßcentern, in der betrieblichen Gesundheitsförderung oder in Kliniken, welche derzeit insbesondere die Sporttherapie für Beschwerden mit dem Bewegungsapparat sowie ambulante Herzrehabilitationsprogramme aufstocken. Zunehmend wagen Sportlehrer/innen auch den Schritt in die Selbständigkeit, um sich als Personal Trainer oder Leiter/in von Gesundheitsseminaren, Rückenschule und ähnlichen Kursen zu behaupten. In kleinerem Umfang

bieten sich Einsatzmöglichkeiten in der Sozialtherapie, im Seniorensport oder im Behindertensport.

Arbeitsmöglichkeiten eher administrativer Natur finden sich bei den Gesundheitsförderungsstellen von Behörden, Versicherungen und Krankenkassen, wobei die Anliegen von Bewegung und Sport oft nur ein Teilgebiet darstellen, so daß die Sportlehrer/innen nicht primäre Anwärter/innen auf diese Stellen sind (URSPRUNG 1998).

#### 4 Schlußbemerkung

Die Gesundheitsförderung etabliert sich im Schweizer Sportunterricht an Schulen wie auch im Freizeitsport zunehmend. Der Sport hingegen muß seinen Platz im Gesundheitswesen noch weiter erkämpfen. Sowohl die Sporttherapie als auch die Prävention durch Bewegung und Sport haben in der Schweiz eine junge Tradition. Nur wer die Geldgeber von der eminenten Bedeutung von Bewegung und Sport für die Gesundheit überzeugen kann, darf sich der Aufgabe widmen, auch der Bevölkerung die Wichtigkeit der Bewegung aufzuzeigen, sei es mit oder ohne Sonne und Schnee.

#### Literatur

- CALMONTE, R./KÄLIN, W.: Körperliche Aktivität und Gesundheit in der Schweizer Bevölkerung – Sekundäranalyse der Daten zur Schweizerischen Gesundheitsbefragung 1992 (SGB92) im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit. Bern 1997
- FIRMIN, F.: Gesundheitserziehung in der Ausbildung der beruflichen DiplomsportlehrerInnen. In: KÖPPE, G. (Hrsg.): Theoriegeleitete Praxis in der Sportlehrerausbildung. (Schriften der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft, 57). Sankt Augustin 1993, 77-87
- HÄTTICH, A.: Bewegung und Sport in der Schweiz. Magglingen 1995
- STIERLIN, M./KAMBER, M.: Sport – Bewegung – Gesundheit. 34. Magglinger Symposium 1995. Magglingen 1995
- URSPRUNG, L.: Arbeitsmarkt Sport Schweiz. Zürich 1998

## WEND-UWE BOECKH-BEHRENS/IRIS PAHMEIER

### European Master in Health and Fitness

Im Oktober 1991 wurden anlässlich des 1. Europäischen Forums des ENSSHE (European Network of Sport Sciences in Higher Education) Arbeitsgruppen zur Entwicklung Europäischer Studiengänge eingesetzt. Für den Bereich Gesundheit sind derzeit vor allem die beiden European Master Studiengänge „Adapted Physical Activity“ und „Health and Fitness“ von Interesse, andere wie „Physical Activity for the Elderly“ sind in Vorbereitung.

Die Arbeitsgruppe European Masters Degree in Health and Fitness ist ein Interuniversity Collaboration Programme (ICP) in Health and Fitness. Es hat seit 1991 von der Europäischen Kommission insgesamt über 100.000 Ecu erhalten, um einen Postgraduierten Europäischen Studiengang in „Health and Fitness“ zu entwickeln und zu institutionalisieren. Zur Zeit sind 15 Universitäten Mitglieder dieser Arbeitsgruppe (Abb. 1).

1994 konnte das gemeinsam entwickelte Curriculum abgeschlossen und die Informationsbroschüre zum Studiengang vorgelegt werden. Nach Abschluß der Curriculum-Entwicklung sind die Hauptaktivitäten der Ar-

beitsgruppe die Organisation des Dozenten- und Studentenaustauschs und des jährlich stattfindenden Intensive Programmes.

Amsterdam (NL)	Chester (UK)
Bayreuth (D)	Clermont Ferrand (F)
Bristol (UK)	Edinburgh (UK)
Brussels (B)	Groningen (NL)
Linköping (S)	Porto (P)
Lisbon (P)	St Mary's (UK)
Odense (DK)	Telemark (S)
Oslo (N)	

Abb. 1: Mitglieder der Arbeitsgruppe „European Masters Degree in Health and Fitness“

#### Studentenaustausch und Intensive Programmes

Der Studentenaustausch findet auf der Basis der europäischen SOKRATES-Richtlinien mit Hilfe bilateraler Kooperationsverträge zwischen den einzelnen Hochschulen statt.

Das „Intensive Programme“ ist ein einwöchiges Kompaktseminar, an dem ca. 60 Studierende und 20 Dozenten der Mitgliedshochschulen ihre Lehr- und Forschungsaktivitäten in Form von Vorträgen, Seminaren, praktischen Workshops und Studentenpräsentationen (Kurzvortrag oder Poster) an jährlich wechselnden europäischen Universitätsstandorten in englischer Sprache vorstellen.

### Kriterien für den Erwerb des European Masters Degree

Folgende Bedingungen müssen für den Erwerb des European Masters Degree erfüllt werden:

1. Der Kandidat muß mindestens 60 ECTS (European Credit Transfer System) Credits nachweisen, einschließlich 18 Credits für eine schriftliche Abschlussarbeit. Die veranstaltungsgebundenen Credits beziehen sich auf das vorgeschriebene Curriculum.
2. Mindestens 6 Credits müssen im Rahmen eines Auslandsstudiums an einer der Partnerhochschulen erworben werden.
3. Ein akademisches Studium von mindestens vier Jahren Dauer.

### Europäisches Curriculum

Die Programmbausteine des Curriculums sind in Abb. 2 aufgeführt. Sie können von Hochschule zu Hochschule in Abhängigkeit von der inhaltlichen Spezialisierung im Umfang und in der Wertigkeit der Credits variieren. Das Programm enthält Pflichtbausteine (C = compulsory), Wahlbausteine (O = optional) und Zusatzbausteine (F = flexible).

Nicht alle der 15 Mitgliedsuniversitäten der Arbeitsgruppe können derzeit einen vollständigen Studiengang

mit dem Abschluß des European Master Degree anbieten. An den übrigen Universitäten können Teilvoraussetzungen erworben werden. Statistische Angaben über Absolventenzahlen aller European Master Absolventen liegen bisher nicht vor.

### Ziele für die Zukunft

Die Arbeitsgruppe hat sich für die Zukunft folgende Ziele gesetzt:

1. Inhaltliche und organisatorische Optimierung des Europäischen Studiengangs
2. Erweiterung der Anzahl der Mitgliedshochschulen; interessierte Hochschulen, die Beratung zum Aufbau eines Lehrprogramms und/oder eines Studienabschlusses in Gesundheit und Fitness wünschen oder die eine Mitgliedschaft in der Arbeitsgruppe anstreben, können sich an den Programmkoordinator wenden.
3. Aufbau von interuniversitären Forschungs Kooperationen
4. Zusammenarbeit mit anderen Gruppen, einschließlich Nordamerika und Australien, die im Bereich Gesundheit und Fitness aktiv sind
5. Verbesserung der finanziellen Ressourcen auch außerhalb der europäischen Förderungsmöglichkeiten.

### Koordinator des Programms

Dr. Chris RIDDOCH, Department of Sport, Exercise & Health Sciences, University of Bristol, Woodland House, 34 West Park, Bristol, BS8 2LU, England, UK, Tel.: (+44-117) 9288131, Fax.: (+44-117) 9467748.

#### **Fundamentals of health, fitness and well-being (ECTS 1-4) [C]**

Definitions of terms. Concepts of health, health education, health promotion and wellness. Health issues for the individual and the community. Workplace health promotion. Policy implications. Commercial health and fitness. International perspectives.

#### **Research methods and assessment (ECTS 4-6) [OC\*]**

Reading scientific literature; writing a research proposal; computer skills; using statistic packages, quantitative research techniques, qualitative research techniques. (\*This module is compulsory if the student has no background in research methods)

#### **Physiology of Exercise and Health (ECTS 4-8) [C]**

Acute and chronic effects of exercise (cardiovascular, strength, flexibility). Physiology of ageing. Exercise and metabolic rate. Musculo-skeletal adaptations. Haemodynamic adaptations. Training for optimal performance. Risks and benefits of exercise. Exercise and cardiovascular health. Dose-response relationships. Measurement issues.

#### **Nutrition for exercise and health (ECTS 3-6) [C]**

Weight management. Essentials of nutrition for health. Diet and coronary heart disease. Nutritional demands of exercise. Nutrition for special populations.

#### **Psychology of exercise and health (ECTS 4-8) [C]**

Exercise and mental health. Psychological models and health behaviour. Exercise participation, adherence and motivation. Stress management.

#### **Lifestyle Management (ECTS 2-8) [O]**

Behavioural change related to stress, diet and drug use. Adherence factors. Health ethics. Counselling. Exercise prescription. Theories of stress management.

#### **Sociology and history of exercise and health (ECTS 2-8) [O]**

Health strategies. Social aspects of health. Cultural issues in image and body shape. Socio-logical methods. Historical, cultural and social aspects of health.

#### **Business management (ECTS 2-8) [O]**

Organisational management. Accounting. Marketing. Public relations. Legal aspects. Fitness equipment. Concept development. Communication skills.

#### **Injury prevention and rehabilitation (ECTS 1-4) [O]**

Physiology and pathophysiology of vital functions (respiratory system, cardiovascular system, consciousness, metabolism) Basic life support (including resuscitation). Emergency call procedures. Trauma injuries (blunt instrument injuries, open wounds). First aid equipment. Safety procedures (safety of training equipment, emergency room, panic buttons, staff training and education).

#### **Special Populations (ECTS 2-8) [O]**

Obesity, back pain, the elderly, the post-coronary patient, the asthmatic, the diabetic, children. Bulimia nervosa, anorexia nervosa.

#### **Practical studies (ECTS 4-8) [O]**

Cardiovascular, strength and flexibility and psycho regulation training. Specific programmes (eg lower back). Exercise prescription.

#### **Supported individual study (ECTS 4) [O, F]**

Directed individual study on a health-based topic. The topic, programme of work and asses-ment method are negotiated between student and tutor. Students may choose a maximum of 2 directed studies (maximum total credits = 8).

#### **Internship [O,F]**

1 month minimum (ECTS 4); 3 months minimum (ECTS 8). 8 ECTS maximum. Supervised work, in either a laboratory or workplace setting. The aim is to enable students to gain insight to relevant fields of work and to keep up-to-date with developments in both health research and practice. Students are encouraged to undertake internships abroad.

#### **Dissertation (ECTS 18) [C]**

An original investigation of a health-related topic. Students must demonstrate creative ability in identifying and investigating a significant health-related research problem. Students must collect, analyse and interpret data using appropriate research methods, and present a thesis, which makes a positive contribution to the health and fitness knowledge base. The thesis will be evaluated according to the regulations of the student's home institution.

Abb. 2: Curriculum für den Master Degree in Health and Fitness