



Konzept Zertifikat „Senior-Coach“

1. Vorwort

Schon seit ein paar Jahren arbeiten wir im Programm „Bewegt ÄLTER werden“ an Projekten und Programmen, die unsere Vereine dabei unterstützen können, die „neue“ Zielgruppe der „Best Ager“ losgelöst vom Badminton-Leistungs- und Wettkampfsport wahrzunehmen. Mit unserem Maßnahmenpaket, das viele Stundenbeispiele für eine breitensportlich orientierte Trainingsreihe enthält oder den bunt illustrierten Übungskarteikarten geben wir den Vereinen Werkzeuge an die Hand für die Gestaltung von Badminton-Angeboten für ihre Breitensportler. Doch was nutzt all das Material, wenn dem Verein der Trainer oder Übungsleiter fehlt oder dem Betreuer die grundlegenden Kenntnisse fehlen?

Das Zertifikat „Senior-Coach“ ist eine „Kurz“-Ausbildung für Betreuer und Trainer von existenten oder zukünftigen Badminton-Breitensportgruppen, Hobby- oder Betriebssportgruppen, egal ob mit oder ohne körperlichen Handicaps. Inhaltlich entspricht diese Ausbildung also in etwa einer verkürzten und doch qualitativ hochwertigen Trainer C-, B- oder A-Ausbildung– spezialisiert auf den Badminton mit „Älteren“ (Schwerpunkt „Lebenslang und gesund Badminton“).

2. Ausgangslage

Natürlich kennen wir den Altersaufbau der Bevölkerung, der sich seit den letzten 100 Jahren entscheidend verändert hat. Heute ist etwa jeder Fünfte älter als 65 Jahre, zur Mitte des Jahrhunderts ist zu erwarten, dass es jeder Dritte sein wird. Unsere Zielgruppe der 45-75-jährigen wird bis 2060 einen Anteil von 34-38% an der Gesamtbevölkerung haben.

Im größten Landesverband des DBV, dem BLV-NRW veränderte sich die Altersstruktur der Mitglieder in den letzten Jahren deutlich. Die Mitglieder der Altersklassen 40 - 60 und über 60 Jahren verzeichnen einen kontinuierlichen Zuwachs, so dass die Personen über 40 Jahren den größten Anteil in einem Fachsportverband stellen, der eigentlich seinen Schwerpunkt im Leistungssport und der Talentförderung junger Menschen sieht.

Der traditionelle Verein ist also mit der Aufgabe konfrontiert, neben der für den Verein so wichtigen Förderung des Nachwuchses in gewisser Weise „mit zu reifen“ und entsprechende Angebote für die „Älteren“ zu schaffen. Bei diesen „Älteren“ sprechen wir von Menschen, die voll im Leben stehen und sich ehrgeizig-sportlich betätigen wollen. Menschen, die nicht mehr zwanzig Jahre jung sind und vielleicht das ein oder andere altersbedingte Wehwehchen oder sogar stärkere körperliche Einschränkungen mit sich herumtragen. Sie sind wichtig für den Verein, denn meist stellen sie den finanzstärksten Zweig eines Vereins dar und bieten dem Verein ein riesiges Potenzial an Lebens- und oft auch sportartspezifischer Erfahrung. Aber auch eine solche „Zielgruppe“ muss gepflegt werden, denn gerade hier ist der Markt groß und die Konkurrenz – meist professionelle Fitness- oder Gesundheitszentren – hat ebenfalls die „Best Ager“ für sich entdeckt.

Die Ausgangslage für die Vereine ist eigentlich ganz gut. Oft sind die „Best Ager“ schon seit vielen Jahren Mitglied – im Optimalfall sogar die ganze Familie und sie brauchen nicht als Neumitglied angeworben zu werden. Jetzt liegt es am Verein, für diese Mitglieder, die eben nicht

mehr am Spielbetrieb und am Mannschaftstraining teilnehmen wollen oder können, bedarfsorientierte Angebote zu schaffen, um sie auch weiterhin als aktives Mitglied zu halten.

Ein großes und neues Wirkungsfeld eröffnet sich für Vereine, die neue Zielgruppen ins Auge fassen. So gibt es beispielsweise die Möglichkeit, mit einem nahegelegenen Betrieb zusammenzuarbeiten und gerade die älteren Mitarbeiter in Räumen des Betriebes oder in Vereinshallen zum angeleiteten Badmintonspielen zu motivieren.

Wie bei jedem anderen Sportangebot auch, ist es für den Erfolg einer solchen Sportgruppe wichtig, einen qualifizierten Trainer oder Übungsleiter – also einen Kümmerer/ Zusammenhalter vom Verein zur Verfügung zu stellen. Die Betreuung des Angebotes durch einen lizenzierten Badminton-Trainer ist hier zwar wünschenswert aber in der Realität aus verschiedenen Gründen nicht immer umsetzbar.

Für ein solches Training bedarf es nicht immer eines lizenzierten Badmintontrainers C, B oder A sondern eher eines Motivators und Anleiters, der das Training an die motorischen, kognitiven sowie sozial-psychologischen Veränderungen anpasst – eben eines „Senior-Coachs“.

3. Ziele und Inhalte

Ziel dieser Ausbildung ist es, einem Trainer oder Betreuer der Gruppe das „Rüstzeug“ für ein erfolgreiches badmintonspezifisches und gesundheitsorientiertes Breitensportangebot zu liefern. Daher stehen in der Ausbildung vor allem zwei Dinge im Vordergrund: gesundheitliche Aspekte und die soziale Kompetenz der Trainer.

Der „Senior-Coach“ wird in der Lage sein, das Training so zu modifizieren, dass die Teilnehmer ihrem Alter und den motorischen Fähigkeiten (auch starken körperlichen Einschränkungen) entsprechend ihre Lieblingssportart weiter fortführen können. Neben den Grundlagen auf dem Gebiet der Prävention von alters- oder krankheitsbedingten Leistungsverlusten stehen das Kraft-, Gleichgewichts- und Mobilitätstraining z.B. durch unsere Fitminton-Kartei auf dem „Unterrichtsplan“.

Auch ist uns die Kommunikationsschulung und Persönlichkeitsbildung des Senior-Coachs, der eventuell jünger ist als seine Teilnehmer oder selber aus der Gruppe kommt, wichtig. Überzeugungsarbeit ist gefragt, nicht Belehrung. Ebenso ist es unser Ansatz in dieser Zertifikatsausbildung immer praxisnah das Gehörte umzusetzen und möglichst viele Anregungen zu geben.

Das Zertifikat „Senior-Coach Badminton“ ist eine Ausbildung mit insgesamt 30 Lerneinheiten (LE). Diese 30 LE gliedern sich in ein Pflichtmodul (15 LE) und Wahlpflichtmodule (1 Modul à 15 LE oder 2 Module à 8 LE), die für diese Ausbildung zugelassen sind. Zur Anerkennung des Zertifikates ist das Einreichen einer kurzen Abschlussdokumentation und die Bereitschaft zur Netzwerkarbeit erforderlich.

Hier sind kurz die Inhalte des Pflichtmoduls und der Wahlpflichtmodule aufgeführt:

Pflichtmodul (15 LE)

| | |
|--------------|--|
| Tag 1 (9 LE) | Überblick Ausbildung Senior Coach/ Wahl-Pflicht Module |
| | Lebenslang Badminton / Leuchttürme |
| | Mitgliedergewinnung und Erhalt über zielgruppenorientierte Vereinsangebote |
| | Praxis in alternativen Sporträumen (draußen, Gymnastikräume, o.ä.) |
| | Funminton, Badmintonaerobic/ Fitminton, |
| | Prinzipien des Badmintons erfahren |
| | Zielgruppenorientierte Kommunikation |

Tag 2 6 (LE) Blick über den Tellerrand
 Praxis: Lebenslang Badminton erleben
 Modifizierte Spielformen
 Gesundheitsdimmer

Übersicht über die Wahlpflichtmodule in 2019

- Gesunde Leistung im Breitensport (15 LE, Nr. 224);
- Badminton im Kursbetrieb (15 LE, Nr. 223)
- Vermarktung von Vereinsangeboten (8 LE, Nr. 231)
- Der AFT im Badmintonsport (8 Le, Nr. 232)
- Para-Badminton, Badminton mit Handicap (15 LE, noch in Planung)
- Badminton spielen im Betriebs-/ Wettkampfsport oder Hobbyliga (15 LE, noch in Planung)

Für die Abschlussdokumentation gibt es zwei Möglichkeiten

1. In Form eines einseitigen Berichts mit Fotos für die Badminton Rundschau. In diesen Artikel schildert der angehende Senior Coach unter dem Titel „Ich bin dabei“ die Umsetzung der Fortbildungsinhalte in einem Training oder eine Aktion mit seiner Trainingsgruppe.
2. In Form eines 5 Min. Videos mit kurzer Beschreibung. Das Video zeigt die Umsetzung einer Trainingseinheit oder einer Aktion mit der Trainingsgruppe.

Die eingereichten Arbeiten werden in der BR und auf der BLV-NRW Webseite veröffentlicht. Der angehende Senior Coach trägt Sorge, dass alle Beteiligten über den Datenschutz informiert und eine erforderliche Datenschutzerklärung unterschrieben haben.

Nach Veröffentlichung der Abschlussdokumentation wird das Zertifikat ausgehändigt.