Kindergesundheitstrainer*in

BERUFSBESCHREIBUNG

Kindern mangelt es heutzutage häufig an Bewegung, Entspannung und bewusster und gesunder Ernährung. Deshalb befassen sich Kindergesundheitstrainer*innen mit der aktuellen Lebenssituation von Kindern und entwickeln auf dieser Grundlage altersgemäße Trainingsprogramme. Diese Programme werden spielerisch gestaltet, zum Beispiel unter Anwendung von Methoden der Erlebnispädagogik. Kindergesundheitstrainer*innen unterstützen die Kinder bei ihren Trainingseinheiten. Sie motivieren und aktivieren sie dazu, die verschiedenen Übungen selbstständig durchzuführen, Ernährungsprinzipien einzuhalten und sich häufiger zu bewegen. Nicht nur die Kinder selbst, besonders auch die Eltern werden von Kindergesundheitstrainer*innen beraten.

Kindergesundheitstrainer*innen arbeiten mit Gruppen oder einzelnen Kindern und ziehen mitunter auch Expert*innen aus anderen Fachgebieten des Sozial- und Gesundheitsbereiches hinzu, etwa Lebens- und Sozialberater*innen, Ärzte/Ärztinnen und Diätolog*innen. Sie arbeiten freiberuflich oder für pädagogische Einrichtungen und Institute, für Sozial- und Gesundheitsorganisationen, aber auch im Freizeit- und Wellnessbereich.

Die Ausbildung zur/zum Kindergesundheitstrainer*in erfolgt meist durch Lehrgänge privater Aus- und Weiterbildungseinrichtungen.

Ausbildung

Die Ausbildung zur/zum Kindergesundheitstrainer*in erfolgt durch Lehrgänge privater Aus- und Weiterbildungseinrichtungen. Die Grundlage bildet häufig eine abgeschlossenen schulische oder akademische Ausbildung in einem pädagogischen, sozialen oder Gesundheitsberuf (z. B. Erzieher*in, Physiotherapeut*in, Diplomierte*r Gesundheits- und Krankenpfleger*in, Ernährungswissenschafter*in, Diätologe / Diätologin).

© ibw-Institut für Bildungsforschung der Wirtschaft