

## Allgemeine Hinweise

### Termin

Sonntag, 30.04. bis Samstag, 06.05.2023

Anreise: Samstag, 29.04.2023

### Uhrzeit

Jeweils von ca. 8:00 bis 18:00 Uhr

### Veranstaltungsort

26757 Borkum, Arche, Strandstraße 37

### Teilnahmegebühren

€ 895,00	Mitglieder der Akademie und/oder des Deutschen Sportärztebundes
€ 975,00	Nichtmitglieder der Akademie und/oder des Deutschen Sportärztebundes
€ 845,00	Arbeitslos/Elternzeit

### Auskunft und schriftliche Anmeldung

Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, Postfach 40 67, 48022 Münster

Ansprechpartner: Marcel Thiede

Telefon: 0251 929-2211, Fax: 0251 929-27 2211

E-Mail: [marcel.thiede@akwl.de](mailto:marcel.thiede@akwl.de)

### Begrenzte Anzahl an Plätzen!

Nutzen Sie den Online-Fortbildungskatalog oder die Fortbildungs-App der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, um sich zu der Veranstaltung anzumelden:

[www.akademie-wl.de/katalog](http://www.akademie-wl.de/katalog)

[www.akademie-wl.de/app](http://www.akademie-wl.de/app)



Die Borkumbroschüre mit dem Gesamtprogramm kann angefordert werden unter [www.akademie-wl.de/borkum](http://www.akademie-wl.de/borkum) oder telefonisch unter 0251 929-2204

## Wissenschaftliche Leitung/Hinweise

### Wissenschaftliche Leitung

Univ.-Prof. Dr. med. **Klaus Völker**, Münster, ZB Sportmedizin, Bereich Sportmedizin, Medizinische Fakultät der WWU Münster

Prof. Dr. med. Dr. rer. medic. **Claus Reinsberger**, Paderborn, FA für Neurologie, ZB Sportmedizin, Leiter des Departements Sport und Gesundheit, Universität Paderborn

### Organisatorische Leitung

**Elisabeth Borg**, Münster, Leiterin Ressort Fortbildung der ÄKWL

Dr. **Kirsten Reinecke**, Paderborn, Sportmedizinisches Institut - Department Sport & Gesundheit, Universität Paderborn

### Referenten und Referentinnen

Dr. **Christiane Bohn**, Institut für Sportwissenschaft, Universität Münster

**Gabi Flecken**, FB Sport- und Bewegungswissenschaften, Universität Duisburg-Essen

**Andreas Klose**, Institut für Sportwissenschaft, Universität Münster

**Jürgen Schmagold**, FB Sport- und Bewegungswissenschaften, Uni Duisburg-Essen, ZBE Hochschulsport

und weitere Referierende N. N.

### Mitglied werden & Vorteile genießen



Alle Informationen zur Mitgliedschaft in der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL unter

[www.akademie-wl.de/akademie/mitgliedschaft](http://www.akademie-wl.de/akademie/mitgliedschaft)

Die Veranstaltung ist im Rahmen der Zertifizierung der ärztlichen Fortbildung der ÄKWL mit 56 Punkten (Kategorie: C) anrechenbar.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten! Stand: 26.09.2022/thie

# BORKUM 2023

77. Fort- und Weiterbildungswoche



## Fort- und Weiterbildungskurs WB 1

Kurs-Weiterbildung zur Erlangung der Zusatzbezeichnung „Sportmedizin“ gemäß Weiterbildungsordnung der ÄKWL bzw. Fortbildungskurs für interessierte Sportmediziner und Sportmedizinerinnen



28 UE Theorie / 28 UE Praxis

Sonntag bis Samstag,

**30. April bis 06. Mai 2023**

Der Weiterbildungskurs Sportmedizin findet in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Sportärztebund Westfalen e. V. und der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention statt.

## Inhalt

### Sportmedizin (56 Unterrichtseinheiten)

Module/ ZTK Nr. 2, 4, 12, 14 (gem. (Muster-)Kursbuch der Bundesärztekammer und Weiterbildungscurriculum Sportmedizin der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (Deutscher Sportärztebund e. V.)

#### Modul/ZTK 2 – Funktion und Anpassung, Trainingseffekte (16 h)

- ▶ Allgemeine und sportartspezifische Belastungen im Sport; Grundprinzipien von Ruhe und Belastung
- ▶ Beanspruchung und Anpassung/Training von Funktionssystemen und Organen
- ▶ Übung und Training; Ermüdung und Regeneration
- ▶ Systematischer Trainingsaufbau; Dosierung; vornehmlich Ausdauer- und Kraftsport

##### Teil I:

- ▶ Molekulare Grundlagen der Trainingsanpassung
- ▶ Morphologische Grundlagen der Trainingsanpassung (Schwerpunkte innere Organe und Nervensystem wie kardio-pulmonales System, ZNS, endokrine Adaptationsmechanismen ...)
- ▶ Funktionelle Anpassungsreaktionen (metabolisch, kardiovaskulär...)
- ▶ Periodisierung und ausgewählte Trainingskonzepte
- ▶ Technik und Taktik
- ▶ Sport nach Infektionserkrankungen und return to sports

##### Teil II – Grundlagen der Trainingslehre/Didaktik; grundlegende Aspekte im Ausdauer- und Kraftsport

- ▶ Grundlagen der Trainingslehre/Didaktik, Erstellung von Trainingsplänen
- ▶ grundlegende Aspekte im Ausdauer- und Kraftsport
- ▶ Verschiedene Aspekte im Ausdauer- und Krafttraining, z.B. Intensität; Intervalltraining versus kontinuierliches Training

#### Modul/ZTK 4 – Basiskurs sportmedizinische Aspekte des Stütz- und Bewegungsapparates (16 h)

- ▶ Anatomische und physiologische Grundlagen des Stütz- und Bewegungsapparates
- ▶ Allgemeine orthopädische Untersuchungen/Grundtechniken
- ▶ Funktionelle Einschränkungen; Erkrankungen des Bewegungsapparates
- ▶ Sportbedingte Belastungen des Bewegungsapparates; vornehmlich Freizeit- und Spilsportarten

## Inhalt

- ▶ Ausgewählte Bewegungsformen bei Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates

##### Teil I:

- ▶ Anatomische und physiologische Grundlagen des Bewegungs- und Stützapparates
- ▶ Spezifische Untersuchungstechniken, z.B. Muskelfunktions-tests, Untersuchung von Funktionsketten (z.B. FMS – Functional movement screen)
- ▶ Morphologische Grundlagen der Trainingsanpassung (Schwerpunkt Bewegungs-/Stützapparat...)
- ▶ Grundlagen der Gewebeerletzung und -reparatur am Bewegungsapparat
- ▶ (Funktionelle) Anpassungsreaktionen, Überlastungs- und traumatische Mechanismen von Gewebeerletzungen, Regeneration
- ▶ Grundsätze der Verletzungsprävention, z.B. intrinsische und extrinsische Risikofaktoren, Ausrüstung, sowie Einflussfaktoren wie Alter und Geschlecht, frühere Verletzungen, psychologische Aspekte
- ▶ Biomechanische Aspekte in der Sportmedizin, z.B. Ganganalyse

##### Teil II – Sportdidaktik im Kontext der Sportspiele und Freizeitsport/Verletzungen/Rehabilitationssport Orthopädie

- ▶ Sportdidaktik im Kontext der Sportspiele und Freizeitsport
- ▶ Schwerpunkt Bewegungs- und Stützapparat; unterschiedliche Belastungsformen
- ▶ Schwerpunkt ausgewählte Sportspiele/Freizeitsport mit hohen Belastungen (Rugby, Football, Basketball ... etc.) und Rehabilitationssport

#### Modul/ZTK 12 – Leistungsfähigkeit Geschlecht und Lebensalter (16 h)

- ▶ Anatomische und physiologische Adaptationen und Leistungsfähigkeit unter Berücksichtigung von Alter bzw. Senium und Geschlecht
- ▶ Beurteilung der körperlichen Leistungsfähigkeit unter Berücksichtigung von Alter bzw. Senium und Geschlecht
- ▶ Ausgewählte Aspekte im Freizeit- und im Leistungssport unter Berücksichtigung von Alter bzw. Senium und Geschlecht
- ▶ Ausgewählte Aspekte ausgewählter Sportspiele, Radfahren und Wandern
- ▶ Ausgewählte Aspekte im Freizeit- und im Leistungssport unter Berücksichtigung des hohen Lebensalters (Golf, Seniorensport etc.)

## Inhalt

##### Teil I

- ▶ Entwicklung der körperlichen Leistungsfähigkeit und Trainierbarkeit unter Berücksichtigung von Alter und Geschlecht
- ▶ Spezifische Aspekte des Trainings bei Älteren
- ▶ Spezifische geschlechtsbezogene Aspekte im Sport/Leistungssport (u.a. Essstörungen, Triade der sporttreibenden Frau...)

##### Teil II

- ▶ Ausgewählte Aspekte im Kontext von Sportspiele sowie Turnen/Gymnastik
- ▶ Schwerpunkt Sportarten mit hohem Anspruch an Koordination und Beweglichkeit (Turnen, Gymnastik, Aquagymnastik, Schwimmen etc.), aber auch Kraftsport
- ▶ Schwerpunkt „seniorengerechte“ Sportarten (Radfahren/E-Bike/Pedelec etc.), Golfen

#### Modul/ZTK 14 – Ausgewählte sportmedizinische Aspekte bei Menschen mit Behinderungen und ausgewählte Systemerkrankungen (16 h)

- ▶ Anatomische und physiologische Adaptationen und Leistungsfähigkeit unter Berücksichtigung von Menschen mit Behinderungen
- ▶ Beurteilung der körperlichen Leistungsfähigkeit unter Berücksichtigung verschiedener körperlicher und geistiger Behinderungen
- ▶ Prävention und Therapie bei ausgewählten Systemerkrankungen (rheumatoide Arthritis, Osteoporose, Sarkopenie etc.)
- ▶ Ausgewählte Aspekte des Behinderten- und Rehabilitationssports; Gymnastik, Tanzsport

##### Teil I

- ▶ Spezifische Aspekte von Bewegung bei ausgewählten (Sarkopenie, Osteoporose...)
- ▶ Spezifische Aspekte des Trainings bei Menschen mit Behinderungen (Körper-, Gehirn-, Geist- und Sinnesorgan-Training)

##### Teil II – Ausgewählte sportdidaktische Aspekte für Menschen mit Behinderungen und Rolle des Freizeitsports; Sport in ausgewählten (Rehabilitations-)Gruppen /Gymnastik/motorische Förderung bei Systemerkrankungen

- ▶ Schwerpunkt Behindertensport
- ▶ Motivierende Aspekte beim Tanzen sowie im Freizeitsport
- ▶ Gang- und Bewegungstraining in Gymnastik und Turnen, Rollstuhlsport, Orientierungssport etc