

MITTEILUNGSBLATT

DER

KARL-FRANZENS-UNIVERSITÄT GRAZ



12. SONDERNUMMER

Studienjahr 2019/20

Ausgegeben am 18. 12. 2019

12.b Stück

Lehrplan

des berufsbegleitenden Universitätskurses

Zertifizierte/r EMS-Trainer/in

an der Karl-Franzens-Universität Graz

Impressum: Medieninhaber, Herausgeber und Hersteller: Karl-Franzens-Universität Graz, Universitätsplatz 3, 8010 Graz. Verlags- und Herstellungsort: Graz.
Anschrift der Redaktion: Rechts- und Organisationsabteilung, Universitätsplatz 3, 8010 Graz.
E-Mail: mitteilungsblatt@uni-graz.at
Internet: https://online.uni-graz.at/kfu_online/wbMitteilungsblaetter.list?pOrg=1

Offenlegung gem. § 25 MedienG

Medieninhaber: Karl-Franzens-Universität Graz, Universitätsplatz 3, 8010 Graz. Unternehmensgegenstand: Erfüllung der Ziele, leitenden Grundsätze und Aufgaben gem. §§ 1, 2 und 3 des Bundesgesetzes über die Organisation der Universitäten und ihre Studien (Universitätsgesetz 2002 - UG), BGBl. I Nr. 120/2002, in der jeweils geltenden Fassung.
Art und Höhe der Beteiligung: Eigentum 100%.
Grundlegende Richtung: Kundmachung von Informationen gem. § 20 Abs. 6 UG in der jeweils geltenden Fassung.

Lehrplan des berufsbegleitenden Universitätskurses Zertifizierte/r EMS-Trainer/in an der Karl-Franzens-Universität Graz

Die Rechtsgrundlagen des Universitätskurses Zertifizierte/r EMS-Trainer/in bildet die Verordnung des Rektorats über die Einrichtung und Durchführung von Universitätskursen idgF.

Die Vizerektorin für Studium und Lehre hat am 12.12.2019 gemäß § 2 Abs. 1 Verordnung des Rektorats über die Einrichtung und Durchführung von Universitätskursen den folgenden Lehrplan für den Universitätskurs Zertifizierte/r EMS-Trainer/in erlassen.

Inhaltsverzeichnis

§ 1 Gegenstand, Qualifikationsprofil und Relevanz des Universitätskurses	2
(1) Gegenstand des Universitätskurses	2
(2) Zielsetzung und Qualifikationsprofil	2
(3) Bedarf und Relevanz des Universitätskurses für die Wissenschaft und den Arbeitsmarkt	2
§ 2 Allgemeine Bestimmungen	3
(1) Zielgruppen und Zulassungsvoraussetzungen	3
(2) Bewerbung und Zulassungsverfahren	3
(3) Dauer und Gliederung des Universitätskurses	3
(4) Zertifikat und Bezeichnung	3
§ 3 Aufbau und Gliederung des Universitätskurses	4
(1) Module und Kursveranstaltungen	4
(2) Abschlussarbeit	4
§ 4 Lehr- und Lernformen	4
(1) Gender und Diversität	4
§ 5 Prüfungsordnung	5
(1) Abschlussprüfung	5
§ 6 In-Kraft-Treten des Lehrplans	5
Anhang I: Modulbeschreibungen	6

§ 1 Gegenstand, Qualifikationsprofil und Relevanz des Universitätskurses

(1) Gegenstand des Universitätskurses

Die Zielsetzung des Universitätskurses Zertifizierte/r EMS-Trainer/in besteht darin, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern jene Kenntnisse, Fertigkeiten und Kompetenzen zu vermitteln, die für das fundierte Verständnis und den effizienten Einsatz einer auf Elektromyostimulation (EMS) basierenden Trainingsmethode nötig sind.

Aufbauend auf anatomischen und physiologischen Grundlagen, wird vor allem der neuromuskuläre Aspekt eines Ganzkörper-EMS-Trainings behandelt, um zu gewährleisten, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer diese spezielle Trainingsmethode in unterschiedlichen Kontexten eigenverantwortlich, effizient und zielgerichtet anwenden können.

Aus den vielseitigen Anwendungsbereichen der EMS-Methode ergeben sich zahlreiche Einsatzmöglichkeiten für diese Technik, deren Vermittlung ein tieferes Verständnis der physikalischen Beschaffenheit und Physiologie des menschlichen Körpers ermöglicht.

Trainingswissenschaftliche Erkenntnisse bilden die Grundlage für die praktische Anwendung elektrischer Muskelstimulation. Im Rahmen des Universitätskurses werden die Methodik selbst, EMS-basierte Studien und deren leistungsmethodischer Hintergrund vermittelt. Im Sinne der praktischen Anwendbarkeit der komplexen trainingsspezifischen Konzepte sind darüber hinaus die konkrete Umsetzung und die dazugehörige Kommunikation Gegenstand des Universitätskurses.

(2) Zielsetzung und Qualifikationsprofil

Die Absolventinnen und Absolventen sind nach Abschluss des Universitätskurses Zertifizierte/r EMS-Trainer/in in der Lage:

- die EMS-Methode durch ein Grundverständnis von Anatomie und Physiologie in der Praxis einzusetzen;
- die Grundlagen der Trainingswissenschaft durch die EMS-Methodik zielgerichtet umzusetzen;
- ihr Verständnis der EMS-Methodik und ihrer Entstehung weiterzugeben;
- EMS in verschiedenen Bereichen als präventions-, rehabilitations-, regenerations- und leistungsoptimierendes Instrument praktisch anzuwenden;
- die Trainingsumsetzung und den Trainingsaufbau in der Praxis anzuwenden;
- durch den Einsatz kommunikativer Fähigkeiten die Umsetzung des EMS-basierten Trainings in der Praxis noch zielgerichteter zu gestalten;
- die EMS-Methodik in ihren diversen Bereichen gewinnbringend einzusetzen;
- den physikalischen Hintergrund von EMS-Trainings gewinnbringend umzusetzen;
- komplexe Krankheitsbilder durch EMS-Training präventiv, regenerativ und rehabilitativ zu unterstützen.

(3) Bedarf und Relevanz des Universitätskurses für die Wissenschaft und den Arbeitsmarkt

Der Universitätskurs Zertifizierte/r EMS-Trainer/in ist ausdrücklich als angewandter Universitätskurs positioniert. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden mit für die Praxis relevanten und aktuellen Methoden aus Forschung und Lehre vertraut gemacht. Die Anwendung dieser Methoden erfolgt in theoriebasierten und praxisrelevanten Lehrveranstaltungen sowie in verschiedenen fachbezogenen Fallstudien.

Bedarf und Relevanz des Universitätskurses für den Arbeitsmarkt resultieren insbesondere daraus, dass die elektrische Muskelstimulation eine stetig wachsende Nachfrage erfährt und ihre Anwendungsbereiche immer stärker in den Fokus geraten. Die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten für den rehabilitativen, regenerativen, präventiven sowie trainingsspezifischen Bereich können nur durch gut ausgebildete Fachkräfte umgesetzt werden. Dabei erfordert die Durchführung von EMS-Trainings umfassende Fachkompetenz in Bezug auf die Physiologie des menschlichen Körpers sowie Kenntnisse über aktuelle Studien und deren Ergebnisse. Dieses Fachwissen ist erforderlich, um elektrische Muskelstimulation in Trainings individuell anwenden zu können.

§ 2 Allgemeine Bestimmungen

(1) Zielgruppen und Zulassungsvoraussetzungen

1. Der vorliegende Universitätskurs wendet sich an Personen, die über Grundlagenwissen sowie Erfahrung in der Anwendung von EMS verfügen (z. B. EMS-Trainerinnen und -Trainer, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie Betreiberinnen und Betreiber von EMS-Studios, Franchisepartnerinnen und -partner von EMS-Systemen, Fitnesstrainerinnen und -trainer bzw. -betreuerinnen und -betreuer) sowie an Personen, die in einem sportwissenschaftlichen, physiotherapeutischen oder medizinischen Bereich tätig sind (z. B. Sportwissenschaftlerinnen und -wissenschaftler, Physiotherapeutinnen und -therapeuten, Medizinerinnen und Mediziner sowie Sportmedizinerinnen und -mediziner, Diätologinnen und Diätologen, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Reha-Umfeld, Sportpädagoginnen und -pädagogen).
2. Voraussetzung für die Zulassung zum Universitätskurs Zertifizierte/r EMS-Trainer/in ist:
 - a. der Abschluss eines facheinschlägigen Studiums bzw. Fachhochschulstudienganges (z.B. Medizin, Sportwissenschaften, Physiotherapie, Ergotherapie) oder
 - b. eine mindestens einjährige berufliche Erfahrung im EMS-Bereich.

(2) Bewerbung und Zulassungsverfahren

1. Die Bewerbung für einen Kursplatz erfolgt schriftlich und besteht aus einem Lebenslauf sowie dem Nachweis über die Erfüllung der geforderten Zulassungsvoraussetzungen gemäß § 2 Abs. 1 Z 2.
2. Ist die Zahl der die Zulassungsvoraussetzungen erfüllenden Bewerberinnen / Bewerber höher als die für den jeweiligen Durchgang eines Universitätskurses festgelegte Zahl der Kursplätze, erfolgt die Zuerkennung eines Kursplatzes nach Reihenfolge des Einlangens der Anmeldung.

(3) Dauer und Gliederung des Universitätskurses

Der Universitätskurs mit einem Arbeitsaufwand von 9 ECTS-Anrechnungspunkten umfasst ein Semester, wird berufsbegleitend abgehalten und ist modular strukturiert. Die maximale Teilnahmedauer beträgt 3 Semester.

Modultitel/Prüfungsfach	ECTS
Modul A: Sportwissenschaftliche und physiologische Grundlagen	1,5
Modul B: EMS-Anwendung	3
Verpflichtende Praxis	1,5
Abschlussarbeit	2
Abschlussprüfung	1
Summe	9

(4) Zertifikat und Bezeichnung

Die Absolventinnen und Absolventen des Universitätskurses Zertifizierte/r EMS-Trainer/in erhalten ein Zertifikat der Karl-Franzens-Universität Graz.

Den Absolventinnen und Absolventen des Universitätskurses Zertifizierte/r EMS-Trainer/in wird die Bezeichnung „Zertifizierte EMS-Trainerin“ bzw. „Zertifizierter EMS-Trainer“ verliehen.

§ 3 Aufbau und Gliederung des Universitätskurses

(1) Module und Kursveranstaltungen

Die Module und Kursveranstaltungen sind im Folgenden mit Modultitel, Bezeichnung der Kursveranstaltungen, Lehrveranstaltungstyp (LV-Typ), ECTS-Anrechnungspunkten (ECTS) und den Kontaktstunden (KStd.) genannt. Die Modulbeschreibungen befinden sich in Anhang I.

	Module und Kursveranstaltungen	LV-Typ	ECTS	KStd.
Modul A	Sportwissenschaftliche und physiologische Grundlagen		1,5	1,5
A.1	Anatomisch/physiologische Grundlagen mit Fokus auf EMS	KS	0,5	0,5
A.2	Technische Grundlagen beim EMS-basierten Training	KS	0,5	0,5
A.3	Grundlagen der Trainingswissenschaft mit Fokus auf EMS	KS	0,5	0,5
Modul B	EMS-Anwendung		3	3
B.1	Praxis des EMS-Trainings	UE	1	1
B.2	Trainingsmethodik mit EMS	KS	1	1
B.3	Einsatzmöglichkeiten von EMS	KS	0,5	0,5
B.4	Informationsvermittlung, Beratung und Feedback	KS	0,5	0,5
	Verpflichtende Praxis		1,5	-
	Abschlussarbeit		2	-
	Abschlussprüfung		1	-
Summe			9	4,5

(2) Abschlussarbeit

1. Im Rahmen des Universitätskurses ist eine Abschlussarbeit in Form einer Fallstudie bzw. Falldokumentation oder einer Literararbeit zu verfassen. Diese umfasst 2 ECTS-Anrechnungspunkte.
2. Das Thema der Abschlussarbeit ist einem der folgenden Module zu entnehmen oder hat in einem sinnvollen Zusammenhang mit einem dieser Fächer zu stehen:
Modul A: Sportwissenschaftliche und physiologische Grundlagen
Modul B: EMS-Anwendung
3. Die Teilnehmerin/Der Teilnehmer ist berechtigt, das Thema vorzuschlagen oder aus Themenvorschlägen der Betreuerinnen/Betreuer auszuwählen.
4. Die Aufgabenstellung der Abschlussarbeit ist so zu wählen, dass für die Teilnehmerin/den Teilnehmer die Bearbeitung innerhalb von einem Monat möglich und zumutbar ist.
5. Die Beurteilungsfrist der Abschlussarbeit beträgt vier Wochen.

(3) Verpflichtende Praxis

Im Rahmen des Universitätskurses Zertifizierte/r EMS-Trainer/in ist zur Erprobung der praxisorientierten Anwendung der erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten eine facheinschlägige Praxis im Umfang von 1,5 ECTS-Anrechnungspunkten vorgeschrieben, dies entspricht 37,5 Stunden.

Die Praxis wird mit „mit Erfolg teilgenommen“ / „ohne Erfolg teilgenommen“ beurteilt. Entsprechende Nachweise sind zu erbringen.

§ 4 Lehr- und Lernformen

(1) Gender und Diversität

Im Universitätskurs werden die Themen Antidiskriminierung, Gender Mainstreaming, Diversitäts-Management sowie Interkulturelle Kompetenz als Querschnittsmaterie verstanden. Bei der Durchführung des Universitätskurses wird in entsprechender Weise darauf Bedacht genommen.

§ 5 Prüfungsordnung

(1) Abschlussprüfung

Die Abschlussprüfung ist eine mündliche, kommissionelle Fachprüfung im Ausmaß von einem ECTS-Anrechnungspunkt. Sie kann erst absolviert werden, wenn sämtliche anderen Leistungen erbracht wurden.

Die Prüfungskommission besteht aus zwei Personen.

Gegenstand der Abschlussprüfung sind (a) die öffentliche Präsentation der Abschlussarbeit (maximal 15 Minuten) und (b) das Modul, dem die Abschlussarbeit zugeordnet ist (maximal 15 Minuten).

§ 6 In-Kraft-Treten des Lehrplans

Dieser Lehrplan tritt mit 01.01.2020 in Kraft. (Lehrplan 2020)

Die Studiendirektorin:
Walter-Laager

Anhang I: Modulbeschreibungen

Modul A	Sportwissenschaftliche und physiologische Grundlagen
ECTS-Anrechnungspunkte	1,5
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlagen des neuromuskulären Systems mit Schwerpunkt EMS • Physikalische Grundlagen der EMS: Stromspannung und -stärke, Widerstand, Stimulationsparameter etc. • Grundlagen der Trainingsplanung (Trainingsprinzipien, -methoden) • Evidenzbasiertes zielgruppenspezifisches EMS-Training
Lernziele (erwartete Lernergebnisse, erworbene Kompetenzen)	<p>Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind nach Absolvierung des Moduls in der Lage,</p> <ul style="list-style-type: none"> • die technische und physiologische Funktionsweise der EMS zu verstehen und den Klientinnen und Klienten zu erklären; • einen Trainingsplan mittels EMS eigenständig zu erstellen; • EMS in verschiedenen Aufgabenbereichen auf Basis der anatomisch/physiologischen Kenntnisse methodisch korrekt anzuwenden.
Lehr- und Lernaktivitäten, -methoden	(Lehr-)Vortrag, Workshop, Präsentation, Gruppenarbeit, Diskussion, Übung, Fallbeispiele
Empfohlene Voraussetzungen für die Teilnahme	keine
Häufigkeit des Angebots	Einmal pro Kursdurchführung

Modul B	EMS-Anwendung
ECTS-Anrechnungspunkte	3
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen unterschiedlicher Gerätetypen inkl. deren Funktionsweise • Methoden der EMS bei unterschiedlichen Zielgruppen und Trainingszielen • Kontraindikation von EMS • Vorbeugung zur Vermeidung von Vorfällen und Sofortmaßnahmen nach einem Vorfall • Kommunikation mit Kundinnen und Kunden sowie Anwenderinnen und Anwendern
Lernziele (erwartete Lernergebnisse, erworbene Kompetenzen)	<p>Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind nach Absolvierung des Moduls in der Lage,</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche EMS-Geräte zu bedienen; • verschiedene EMS-Trainingsmethoden je nach Anwendungsbereich einzusetzen; • Kontraindikationen der EMS-Methoden zu erkennen; • EMS-Klientinnen und -Klienten methodisch korrekt und motivierend zu betreuen.
Lehr- und Lernaktivitäten, -methoden	(Lehr-)Vortrag, Workshop, Präsentation, Gruppenarbeit, Diskussion, Übung, Fallbeispiele
Empfohlene Voraussetzungen für die Teilnahme	keine
Häufigkeit des Angebots	Einmal pro Kursdurchführung