



# **ZENTRALE PRÜFSTELLE PRÄVENTION**

## **Glossar**

Erläuterungen zu den im Leitfaden Prävention und  
der Zentrale Prüfstelle Prävention verwendeten Begrifflichkeiten

Stand Februar 2022

Begriff	Erklärung
<b>Account</b>	Benutzerkonto
<b>Administrator</b>	Verwalter des Benutzerkontos
<b>Alltagstransfer</b>	Übertragung der Kursinhalte in das Alltagsleben der Teilnehmenden, z. B. durch Hausaufgaben, Aufzeigen der Trainingsmöglichkeiten im Alltag und Besprechung der Teilnehmerunterlagen.
<b>Anbieter</b>	Firma oder Institution, welche die Maßnahme/den (Präventions-)Kurs anbietet.
<b>Defizitorientierung</b>	Fokussierung auf Defizite (Schwachstellen) anstelle von Ressourcen (Stärken).
<b>ECTS</b>	European Credit Transfer System; 1 ECTS-Punkt wird gleichgesetzt mit 30 Arbeitsstunden.
<b>Einweisung in das Verfahren</b>	Einweisung in die vorgesehenen Inhalte bzw. das Verfahren z.B. für Nordic Walking, Aquafitness, Pilates, MBSR etc.
<b>Gesundheitsreise</b>	Eine Gesundheitsreise stellt ein wohnortfernes Kompaktangebot dar. Hier werden Präventionsmaßnahmen nicht am Wohnort des Versicherten angeboten. Die Krankenkassen beteiligen sich bei wohnortfernen Kompaktangeboten ausschließlich an den Kosten der Präventionsmaßnahme – für Unterkunft, Verpflegung, Kurtaxe und andere Leistungen muss der/die Versicherte selbst aufkommen (diese Kosten sind von der Kursgebühr getrennt auszuweisen). Ob eine Krankenkasse sich an der Kostenübernahme beteiligt ist vorab mit der zuständigen Krankenkasse zu klären.
<b>Gleichstellungsbescheid/ Gleichstellungs- anerkennung</b>	Bescheinigung über die Gleichwertigkeit (nach deutschem Recht) über einen im Ausland erlangten Abschluss.
<b>Handlungsfelder</b>	Verschiedene Bereiche der Primärprävention, welche sich gemäß Leitfaden Prävention wie folgt unterteilen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgewohnheiten</li> <li>• Ernährung</li> <li>• Stress- und Ressourcenmanagement</li> <li>• Suchtmittelkonsum.</li> </ul> Die Handlungsfelder sind dabei ziel- und indikationsbezogen in unterschiedliche Präventionsprinzipien (siehe Präventionsprinzipien) gegliedert.
<b>Handlungs- und Effektwissen</b>	Vermittlung von Hintergrundwissen zur gesundheitsförderlichen Wirkung von Präventionsmaßnahmen und Kursinhalten.

Begriff	Erklärung
	Zielsetzung der Vermittlung von Handlungs- und Effektwissen ist es, dass die Teilnehmenden verstehen, was sie machen (Handlungswissen), mit welcher Zielsetzung sie etwas machen und welche Effekte/Wirkungen die Maßnahmen haben können.
<b>Handouts</b>	siehe Teilnehmerunterlagen
<b>Hochladen</b>	Digitale Übertragung von Unterlagen (vom Computer in die Datenbank).
<b>Kernziele</b>	Elementare Ziele des Gesundheitssports zur Erzielung von Gesundheits-, Verhaltens- und Verhältniswirkung und der zu erlangenden Handlungskompetenz und Eigenverantwortung (siehe hierzu Leitfaden Prävention in der aktuellen Fassung)
<b>Kurs</b>	siehe Präventionskurs oder auch Maßnahme
<b>Kursleitung</b>	Person, die den Präventionskurs leitet/durchführt.
<b>Kompaktangebot</b>	Kurs, der über einen komprimierten Zeitraum (i. d. R. ein Wochenende) stattfindet.
<b>Maßnahme</b>	Kursangebot/Präventionskurs (Weiteres siehe Präventionskurs)
<b>Methode</b>	Im Bereich Bewegung sind Trainingsmethoden bestimmte Verfahren zur Erfüllung gesetzter Trainingsziele. Gängige Trainingsmethoden sind: Dauermethode, Wiederholungsmethode, Intervallmethode, HIIT-Hochintensives Intervalltraining.
<b>Methodisch-didaktische Vorgehensweise</b>	Das Vorgehen bei der Vermittlung von praktischen und theoretischen Inhalten durch die Kursleitung. Das umfasst auch die Darstellung, wie ein bestimmtes Ziel erreicht werden soll (z. B. Vormachen/Nachmachen, Korrektur, verbale Anleitung), aber auch methodische Entscheidungen (siehe Organisationsform).
<b>Mindeststandards (-kompetenzen)</b>	Fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen, die Kursleitende im Rahmen ihrer Qualifizierung erworben haben müssen, damit ihr Präventionsangebot durch Krankenkassen gefördert werden kann.
<b>Nachhaltigkeit</b>	Nachhaltige Wirkung entfalten individuelle verhaltenspräventive Maßnahmen dann, wenn die Versicherten die erlernten gesundheitsförderlichen Verhaltensweisen regelmäßig und dauerhaft in ihren Lebensalltag integrieren. Die Maßnahmen sollen die Versicherten zur regelmäßigen Ausübung positiver gesundheitsbezogener Verhaltensweisen anregen und befähigen (siehe Leitfaden Prävention in der aktuellen

Begriff	Erklärung
	Fassung). Ein Bestandteil zur Sicherung der Nachhaltigkeit und Befähigung der Teilnehmenden das gelernte Verfahren und angelerntes Wissen auch nach dem Kursende anzuwenden, stellen die zur Verfügung gestellten Teilnehmerunterlagen dar (siehe Teilnehmerunterlagen).
<b>Nicht formale berufliche Qualifizierung mit Abschluss</b>	Ausbildung an privaten Institutionen, die nicht über das Berufsbildungsgesetz (BBiG) oder spezifische Landesgesetze geregelt ist.
<b>Organisationsform</b>	Gestaltung des Kurses und Vorgehensweise innerhalb des Kurses (Aufstellung der Gruppe im Raum, Partnerarbeit, Zirkeltraining, Teilnehmende sitzen oder stehen, Vortrag, etc.); siehe hierzu auch methodisch-didaktische Vorgehensweise.
<b>Präventionskurse</b>	Präventionskurse richten sich an die einzelnen Versicherten (individueller Ansatz). Die Kurse sollen Versicherte dazu befähigen und motivieren, sich gesundheitsförderlich zu verhalten, z. B. sich mehr zu bewegen (Verhaltensprävention).
<b>Präventionsprinzipien</b>	<p>Dieser Begriff wird im Leitfaden Prävention verwendet.</p> <p>Dabei werden jedem Handlungsfeld (siehe Handlungsfeld) ziel- und indikationsbezogen zwei Präventionsprinzipien zugeordnet (siehe hierzu Leitfaden Prävention in der aktuellen Fassung).</p> <p><u>Bewegungsgewohnheiten</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität</li> <li>• Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme</li> </ul> <p><u>Ernährung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung</li> <li>• Vermeidung und Reduktion von Übergewicht</li> </ul> <p><u>Stress- und Ressourcenmanagement</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Förderung von Stressbewältigungskompetenzen</li> <li>• Förderung von Entspannung und Erholung</li> </ul> <p><u>Suchtmittelkonsum</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Förderung des Nichtrauches</li> <li>• Gesundheitsgerechter Umgang mit Alkohol/ Reduzierung des Alkoholkonsums</li> </ul>
<b>Primärprävention, primäre Prävention</b>	Gesunderhaltung (Vorbeugung von Krankheiten und Beschwerden)

Begriff	Erklärung
<b>Staatlich anerkannte (staatlich zugelassene) Berufsabschlüsse</b>	Berufsabschlüsse, die auf der Grundlage von §§ 4, 5 Berufsbildungsgesetz (BBiG) bzw. §§ 25, 26 Handwerksordnung (HwO) durch Ausbildungsordnungen bundeseinheitlich geregelt sind.
<b>Stundenverlaufspläne</b>	Zentrales Element einer Unterrichtsplanung ist die Erstellung eines Stundenverlaufsplans. Darin stellt der Anbieter für jede einzelne Kurseinheit überblicksartig dar, wie das jeweilige Stundenziel von der Einleitung bis zum Schlussteil unter Beachtung der Spezifika der Zielgruppe vermittelt werden soll. Dabei sollte ein strukturierter und kohärenter Aufbau jeder Kurseinheit erkennbar sein.
<b>Teilnehmerunterlagen (Handouts)</b>	Unterlagen (Handouts) zur Aushändigung an die Kursteilnehmenden, die den Kursinhalt widerspiegeln und nach Kursende die Teilnehmende unterstützen, das Gelernte und das Verfahren anzuwenden. Teilnehmerunterlagen dienen der Sicherung der Nachhaltigkeit.
<b>Testzugang (IKT- Angebote)</b>	Für Prüfungszwecke bereitgestellter und vollständig angelegter Zugang zum Konzept inkl. Zugangsdaten für den Login.
<b>Verfahren</b>	Bspw. Nordic Walking, Aqua Fitness, MBSR
<b>wohnortnah/wohnortfern</b>	Kompaktangebote können wohnortnah oder wohnortfern durchgeführt werden. Ein wohnortnahes Angebot findet in der Wohnortnähe der Teilnehmenden statt, wohingegen ein wohnortfernes Kompaktangebot als Gesundheitsreise angeboten wird.
<b>Zeitschiene</b>	Die Zeitschiene meint eine grobe Darstellung des zeitlichen Verlaufs der Kurseinheiten (Angabe in Minuten). In den Stundenverlaufsplänen sollte eine Zeitschiene erkennbar sein, welche die Dauer der einzelnen Kursbestandteile (Einleitung, Haupt- und Schlussteil) darstellt und somit darlegt, wo der thematische Schwerpunkt der Kurseinheit liegt.