Ausbildungsinhalte Wanderführer/ Natur- und Landschaftsführer

Die Wanderführerausbildung ist ein wichtiger Bestandteil im Programm der Heimat- und Wanderakademie. Die Ausbildung wurde ursprünglich für Mitglieder der Wanderverbände, die ehrenamtlich in den Ortsgruppen aktiv werden möchten, konzipiert. Inzwischen können auch Nichtmitglieder gerne an dieser Ausbildung teilnehmen und das Natur- und Landschaftsführer- Zertifikat erwerben.

Zielsetzung

Die Wanderführerausbildung greift die Hauptanliegen der Wanderverbände auf. Menschen für das Wandern zu begeistern und sie an die landschaftlichen und kulturellen Besonderheiten des Landes heranzuführen.

Folgende Inhalte werden in den Lehrgängen der **Wanderführerausbildung** vermittelt:

Wanderspezifische Inhalte

- Struktur, Aufgaben und Ziele der Wanderverbände
- Tageswanderungen/Mehrtageswanderungen
- Regionales und internationales Wegenetz
- Wanderkarte als Freizeitkarte, Wanderstrecke, Streckenmessung, Gehzeitberechnung, Anwendung von Wanderkarte und technischen Hilfsmitteln (Kompass, GPS)
- Ernährung, Kondition, Ausrüstung
- Wetterkunde, Verhalten bei Gewitter

Naturkundliche Grundlagen der Region

- Landschaftsgeschichte und Geologie
- Klima- und Vegetationsentwicklung
- Grundlagen der Ökologie
- Beispiele von Ökosystemen in der Region

Mensch – Kultur – Landschaft

- Grundzüge der regionalen Geschichte, Entwicklung der Kulturlandschaft, Siedlungsformen, Gebäudetypen (Baustile)
- Landnutzung, Land- und Forstwirtschaft, Bewirtschaftungsformen, Gesellschaftliche Anforderungen
- Grundlagen des Naturschutzes und der Landschaftspflege, regionale und überregionale Leitbilder, Vertragsnaturschutz, Landschaftspflege, nachhaltige Landschafts- und Regionalentwicklung, Natura 2000, Agenda 21
- Entwicklung der regionalen Wirtschaft, Handwerk und Industrie, Handel, Verkehr, Dienstleistungen, Tourismus
- Regionalkulturen, Region in Literatur, Malerei und Volkskunst, regionales Brauchtum, regionale Identität
- Bildung für nachhaltige Entwicklung

Kommunikation und Führungsdidaktik

- Kommunikation/Naturerfahrung
- Führungsdidaktik einschließlich Frage- und Präsentationstechniken
- Grundzüge der Natur- und Erlebnispädagogik, Erkennen und Präsentieren von Naturphänomenen
- Erarbeitung zugkräftiger Leitideen und Themenlinien aus den Inhalten
- Selbstverständnis des Führenden
- Rhetorik, freies Sprechen
- Verhalten in schwierigen Situationen

Recht und Marketing

- Grundzüge der Organisation und Rechtsgrundlagen des Naturschutzes, Schutzgebietskategorien, Kartierung und Landschaftsplanung
- Betriebswirtschaftliche Fragen wie Kalkulation, Steuerfragen, Honorare, Haftungsfragen bei Führungen/Reiserecht

Ausbildungsinhalte Gesundheitswanderführer/-in

Träger der Ausbildung ist der Deutsche Wanderverband (DWV). Die Ausbildungsinhalte wurden im Rahmen des Projekts „Let´s go – jeder Schritt hält fit“ in Kooperation mit der Fachhochschule Osnabrück, Fachbereich Physiotherapie entwickelt. Die Ausbildung orientiert sich an den Vorgaben für Angebote im Präventionsprinzip „Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität“ des Leitfadens Prävention des Spitzenverbandes der Gesetzlichen Krankenversicherungen.

Folgende Inhalte werden in den Lehrgängen der **Gesundheitswanderführerausbildung** vermittelt:

1. Allgemeines zur Fortbildung (1 Unterrichtseinheit (UE*))
2. Allgemeine Grundlagen der Gesundheitswanderung (1 UE)
3. Planung und Durchführung einer Gesundheitswanderung (27UE)

3.1. Gruppenspezifische Inhalte für Wanderführer und bewegungstherapeutische Berufe

3.1.1 Stärkung physischer Gesundheitsressourcen

3.1.2 Aufbau und Funktion von Bewegungsapparat und Herzkreislaufsystem

3.1.3 Allgemeine Grundlagen der Wanderführerausbildung

3.2 Allgemeine Grundlagen zur Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen

3.2.1 Aufbau von Handlungs- und Effektwissen

3.2.2 Stimmung und Stimmungsmanagement

3.2.3 Erhöhung der Selbstwirksamkeit

3.2.4 Verbesserung des Selbst- und Körperkonzeptes

3.2.5 Die Bedeutung von sozialer Unterstützung und Integration

3.3 Verminderung des Risikofaktors Bewegungsmangel

3.4 Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden

3.5 Aufbau von Bindung an gesundheitssportliche Aktivität

3.6 Eigenständige Planung und Durchführung einer Gesundheitswanderung

4. Wandern und das Körper-Geist-Seele-Erleben (2 UE)
5. Wandern als Präventionsmaßnahme (Aufbau, Organisation und Finanzierung der Gesundheitswanderungen als Präventionsmaßnahme) (2 UE)
6. Qualitätssicherung und Evaluation (1 UE)
7. Wandern und Ernährung (1 UE)
8. Marketing und Vernetzung (2 UE)
9. Praxis Gesundheitswandern (19 UE)
10. Prüfung (4 UE)