



Curriculum Taichi Haus Überlingen

T'ai Chi Ch'uan /Qi Gong ÜbungsleiterIn

An wen richtet sich die Ausbildung:

Unser Ausbildungsangebot ist als Fort- und Weiterbildungsmaßnahme für Menschen im Gesundheitswesen (Ergo/Physiotherapeuten, Psychologen, Ärzte u.a.) für Lehrer, Künstler* und in der Erwachsenen Bildung/Prävention tätige Menschen gedacht. InteressentInnen anderer beruflicher Ausrichtungen, die den Übungsweg des T'ai Chi Ch'uan /Qi Gong beschreiten möchten, gerne mit Vorerfahrung in Körperarbeit und/oder Erfahrung mit Gruppen, sind ebenfalls herzlich Willkommen.

Voraussetzung:

- durchschnittliche körperliche Beweglichkeit und Bewegungsfähigkeit
- gute psychische Belastbarkeit und Stabilität
- die Selbstverpflichtung der Teilnehmer das Erlernte täglich mindestens 30 Minuten zu üben und zu pflegen.
- Vorerfahrung im Übungsweg des T'ai Chi Ch'uan /Qi Gong, im psychologischen/ pädagogischen Bereich oder in Sport und Medizin sind für die Ausbildung vorteilhaft und können unter bestimmten Umständen angerechnet werden.

Aufbau:

Wir bieten drei modular aufgebaute Ausbildungsstufen an:

- 1. KursleiterIn**
- 2. LehrerIn**
- 3. AusbilderIn**

Diese können entweder für T'ai Chi Ch'uan und Qi Gong oder nur für eine der beiden Übungssysteme angestrebt werden.

Nach erfolgreichem Abschluss wird von unserem Ausbildungsinstitut ein vom DDQT (deutscher Dachverband für T'ai Chi Ch'uan /Taijiquan und Qigong) anerkanntes Zertifikat ausgestellt.

Stufe 1

KursleiterIn:

Als KursleiterIn sind Sie berechtigt nach Abschluss der Stufe 1 im Rahmen der Prävention und des Kennenlernens von T'ai Chi Ch'uan /Qi Gong fortlaufende Wochenkurse und Wochenendseminare zu leiten.

1. Grundausbildung T'ai Chi Ch'uan und Qigong KursleiterIn

Aufbau:

Drei bis vierjähriges nebenberufliches Studium mit mind. 640 Unterrichtsstunden nach den Richtlinien des DDQT.

Für InteressentInnen, die entweder T'ai Chi Ch'uan oder Qigong KursleiterInnen werden möchten, verkürzt sich die jeweilige Anzahl der UE auf 320 UE. Bei einer gekoppelten Ausbildung, wird in der Grundausbildung der Theorie teil nur einmal absolviert. Es werden 100 UE angerechnet.

Grundlagen Übersicht:

1.1. Qigong ÜbungsleiterIn: min. 320 UE

Qigong Praxis:

- Taichiqigong in 28 Schritten, die Gesundheitsübungen
- Die Übung des Kranichs
- Ba Duan Jin (8 Brokate)
- Stilles Qigong (jinggong)
- Übungen im Liegen, Sitzen, Stehen und Gehen
- Wandlungsphasen Qigong

1.2. T'ai Chi Chuan ÜbungsleiterIn: min. 320 UE

T'ai Chi Chuan Praxis:

- Die Kurzform des Yangstils nach Cheng Man Ching (Teil 1 im ersten Jahr, Teil 2 im 2. Jahr und Teil 3 im 3. Jahr)
- Partnerübungen (Push Hands)
- Grundlegende Anwendung und Vertiefung der Technik
- Intensive Korrektur

Theoretische Inhalte: min. 100 UE

- Einführung in die Grundlagen der chinesischen Medizin (z.B. 12 Hauptmeridiane/ Leitbahnen, Wandlungsphasen)
- Die drei Dantien (Unteres-, Mittleres- Oberes Dantien)
- Historischer Hintergrund des Qigong und T'ai Chi Ch'uan
- Die verschiedenen Traditionen/ Stilrichtungen in Qigong und T'ai Chi Ch'uan
- Möglichkeiten und Grenzen in verschiedenen Einsatzgebieten
- Kenntnisse in westlicher Medizin/ Sport- bzw. Gesundheitswissenschaften (Grundkenntnisse Anatomie/Physiologie)

Pädagogik:

- Grundkenntnisse Pädagogik
- (z.B. Didaktik, Methodik des Qigong/ T'ai Chi Ch'uan Unterrichtes, Gruppendynamik)
- Die taoistische Art mit Menschen zu arbeiten (Empathie, Verständnis, Humor und Gelassenheit, Umgang mit Stress und Bewertung)
- Vermittlung Einzel- und Kleingruppenkorrektur
- Supervision

Zeitaufwand:

Neben der täglichen Übung ist es empfehlenswert, wenn möglich, während der Ausbildung einen wöchentlichen Qigong/ T'ai Chi Ch'uan Kurs zu besuchen (max. 30 UE's werden pro Jahr angerechnet). Außerdem beinhaltet die Ausbildung auf drei Jahre berechnet je Disziplin pro Jahr einen Sommerkurs und drei bis vier Wochenenden.

Prüfungsphase:

Vor der Prüfung Nachweis eines Erste-Hilfe- Kurses (min. 9 UE) nicht älter als zwei Jahre.

Schriftliche Ausarbeitungen:

- 1. Facharbeit (15 Seiten, selbst gewähltes Thema)
- 2. Lehrproben (12 schriftlich vorbereitete Unterrichtseinheiten a 45 Minuten)

Praktische Prüfung:

- praktische Unterrichtslehrprobe (30 Minuten)
- Demonstration der gelernten Übungsformen (Auswahl der Übungsform per Los)

Nach erfolgreichem Abschluss der Prüfung erhalten Sie das Zertifikat:

„KursleiterIn für T'ai Chi Ch'uan und Qigong.“

Ausbildungsanbieter ist das Taichi Haus Überlingen in Kooperation mit dem DDQT.

Sie können Ihr Zertifikat in Kombination mit einem entsprechenden Grundberuf (medizinisch oder pädagogisch) durch die Zentrale Prüfstelle Prävention ZPP für alle Krankenkassen anerkennen lassen.

Kosten:

ca. 2500 - 3000.- EUR pro Einzeldisziplin

zzgl. 200 Euro Prüfungsgebühr

Darüberhinaus sind zusätzlich ca. 100 Euro für von uns empfohlene Literatur einzuplanen.

Die KursleiterIn- Ausbildung ist Grundlage und Voraussetzung für die Weiterbildung zum/ zur T'ai Chi Ch'uan und Qigong LehrerIn.

Stufe 2:**LehrerInausbildung T'ai Chi Ch'uan/Qigong**

Als LehrerIn sind Sie berechtigt nach Abschluss der Stufe 2 fortlaufende Wochenkurse, Wochenend- und Wochenblockseminare in T'ai Chi Ch'uan/ Qigong zu leiten und Sie sind berechtigt unter der Gesamtverantwortung eines Ausbilders an der Ausbildung von KursleiterInnen eigenverantwortlich und an der Ausbildung von LehrerInnen als AssistentIn mitzuarbeiten.

Voraussetzung:

Abgeschlossene Ausbildung zur T'ai Chi Ch'uan/Qigong ÜbungsleiterIn.

Nachweisbare Unterrichtserfahrung

Verpflichtung täglich min. 0,5 Stunden zu üben.

Aufbau:

Das weiterführende ca. drei jährige nebenberufliche Studium ist modular aufgebaut und umfasst für beide Disziplinen mindestens 1000 UE (es fallen dabei 500 UE auf die Qigong Ausbildung und 500 UE auf die in T'ai Chi Ch'uan Ausbildung) nach den Richtlinien des DDQT.

Achtung: hier kann die Stundenzahl nicht durch eine gekoppelte Ausbildung dezimiert werden. Die geforderten UEs werden in Form von wöchentlichem Unterricht, Wochenend- und Sommerkursen vermittelt. Während dieser Zeit müssen außerdem mindestens 100 UE's eigene Unterrichtserfahrung pro Disziplin (ca. drei Jahre) gesammelt, sowie eine Assistenz Zeit absolviert werden.

Supervision's - und Korrektur Veranstaltungen sind obligatorisch.

Weiterbildungsübersicht:

2.1. Qi Gong LehrerIn:

Qi Gong Praxis:

- Wdh. Inhalte Stufe 1
- Chan Mi Qi Gong für die WHS
- Wandlungsphasen Qi Gong
- Y Jin Jing
- Ling Zhe Qigong für die Zellen
- Spiel der fünf Tiere

2.2. T'ai Chi Ch'uan LehrerIn

T'ai Chi Ch'uan Praxis:

- T'ai Chi Ch'uan Kurzform Vertiefung und Korrektur
- Erlernen der Langform
- Partnerübungen (Push Hands)
- Geräte/Waffenform
- Vertiefung der Energiearbeit

Theoretische Inhalte:

- Vertiefung bisherige Ausbildungsinhalte (s.o.)
- Psychosomatik in der chinesischen Medizin
- Die Funktionskreise (Zang Fu) Ordnungs- und Regelkreis Systeme
- Ernährung, Lebensordnung und Pflege der Gesundheit

Supervision/Reflexion:

- Möglichkeiten und Grenzen der Übungssysteme
- Kenntnisse von Reaktionen der TN auf das Übungssystem (z.B. Schwindel..)
- Vermittlung in Einzel und Gruppenkorrektur

Spezialisierung:

- Prävention, Rehabilitation
- Psychosomatik
- Rheumatische Erkrankungen
- Rückenpatienten
- Therapeutische Anwendung

Prüfungsphase:

Vor der Prüfung Nachweis eines Erste-Hilfe- Kurses (min. 9 UE) nicht älter als zwei Jahre.

Schriftlich:

Umfangreiche Abschlussarbeit als Hausarbeit (30 Seiten)
Klausur 120 Minuten (Didaktik, Philosophie, Psychologie, TCM, Anatomie, Geschichte)

Praktisch:

Abnahme der T'ai Chi Ch'uan Kurzform und einer Geräteform (Schwert) plus 2 Qigong Formen in Bewegung, die frei zu wählen sind.

Nach erfolgreichem Abschluss der Prüfung erhalten Sie das Zertifikat:
LehrerIn für T'ai Chi Ch'uan und Qigong.

**Stufe 3
AusbilderIn**

AusbilderInnen in T'ai Chi Ch'uan und/oder Qigong sind berechtigt entsprechend den allgemeinen Ausbildungsleitlinien (AALL) des DDQT auszubilden.

Da diese Ausbildung am Taichi Haus nicht in Gruppe durchgeführt wird, sondern einzeln, bitten wir Sie, hierzu direkt mit uns zu sprechen.

Ausbildungsanbieter ist das Taichi Haus Überlingen in Kooperation mit dem DDQT.

Kontakt:

Ingrid Schmid-Bergmann
Nußdorferstr. 38f
88662 Überlingen

www.taichi-haus.de

info@taichi-haus.de

07551 - 8580636