

7de leerjaar Fitnessbegeleider

De studierichting 7de leerjaar Fitnessbegeleider

1. De studierichting in de matrix

Graad	7de leerjaar gericht op instroom arbeidsmarkt na OK4
Finaliteit	D/A-finaliteit
Studiedomein	Sport
Duurtijd	2 semesters o.v.
Samenstelling	BK Fitnessbegeleider en BK Groepsfitnessbegeleider

2. Korte beschrijving van de studierichting

Het 7de leerjaar Fitnessbegeleider is gericht op instroom op de arbeidsmarkt. De leerlingen begeleiden de individuele fitnessbeoefenaar bij het correct uitvoeren van fitnessoefeningen binnen het aanbod van de fitnessclub. Ze begeleiden ook een groep fitnessbeoefenaars bij het correct uitvoeren van bewegingsoefeningen in de fitnessclub.

3. Leerlingenprofiel

Leerlingen Fitnessbegeleider leren graag in concrete contexten eigen aan de studierichting. Ze verdiepen en overstijgen de praktische zijde van de studierichting door meer theoretische inzichten en concepten te verwerven. Ze leren binnen een reële arbeidssituatie autonoom functioneren en zijn in staat om effectieve handelingen te stellen om concrete uitdagingen aan te pakken.

De leerlingen beschikken over een goede fysieke conditie en voldoende motorische vaardigheden om klanten in een fitnessclub te begeleiden. Ze zijn sterk geïnteresseerd in wetenschappelijke aspecten die met gezond en veilig sporten verbonden zijn om de fitnessbeoefenaar zo goed mogelijk te begeleiden. Daarnaast zijn ze ook geboeid door aspecten van psychologie in functie van het begeleiden van fitnessactiviteiten. Ze zijn sociaal en communicatief vaardig en werken graag met mensen.

4. Specifiek voor de studierichting

Inhouden en strategieën

- Onthaal en communicatie in de fitnessclub
- Opstellen van individueel trainingsschema fitnessbeoefenaar
- Individuele begeleiding fitnessbeoefenaar
- Samenstellen van groepslessen fitness
- Bewegingsactiviteiten groepsfitness
- Begeleiding van groepen fitnessbeoefenaars

5. De minimummodellessentabel

Het richtings specifieke leerplan richt zich op 22 lessen.

6. Infrastructuur

Voldoende accommodatie, toestellen en materialen om de individuele fitnessbeoefenaar te begeleiden bij het correct uitvoeren van fitnessoefeningen binnen het aanbod van de fitnessclub en om een groep fitnessbeoefenaars te begeleiden.

Eventueel kunnen accommodatie, recente en professionele materialen en benodigdheden worden voorzien door middel van huren, lenen of beschikbaarheid op de stageplaats, in openbare sportaccommodatie, sportclub, privé-fitnesscentrum in de omgeving van de school.

7. Regelgeving specifiek voor de studierichting

-