



Vakinhoudelijke voorbeelduitwerking keuzevak

Zorg en welzijn

Ondersteuning bij sport en bewegingsactiviteiten

Deze vakinhoudelijke uitwerking is in opdracht van de Stichting Platforms Vmbo en met financiering van het Ministerie van OCW in het kader van het projectprogramma Nieuw VMBO ontwikkeld en gereviewd door een team van docenten en vakinhoudelijke specialisten.

De voorbeelduitwerking heeft geen officiële status en is alleen bedoeld om docenten een goede indruk te geven van hoe het keuzevak geïnterpreteerd kan worden om tot een zinvolle en werkbare uitwerking ervan te komen in onderwijs en schoolexaminering.

De vakinhoudelijke uitwerking is gebaseerd op het landelijk vastgestelde examenprogramma voor dit keuzevak (o.a. te vinden op www.platformsvmbo.nl). Het examenprogramma is door het ontwikkelteam uitgewerkt in zo toetsbaar en in het onderwijs herkenbaar mogelijke onderdelen.

Aan deze vakinhoudelijke voorbeelduitwerking kunnen geen rechten worden ontleend.

18 november 2019

© Stichting Platforms Vmbo

K/ZW/11 Ondersteuning bij sport en bewegingsactiviteiten

Ontwikkelaar	Petra Hondeveld/ Connie den Boer/ Hilde Hoving
Versie	1.1
Datum	18-11-2019

Taak

In dit keuzevak ondersteun je bij sport- en bewegingsactiviteiten. Je leert eenvoudige, regelende taken te verrichten voor sport- en bewegingsactiviteiten voor verschillende doelgroepen, zoals;

- basisschoolkinderen
- volwassenen
- ouderen
- mensen met een lichamelijke beperking

Je leert rekening houden met verschillen tussen deelnemers, geeft instructie, assisteert bij de begeleiding, doet eenvoudige sportmetingen en let hierbij altijd op de veiligheid van deelnemers en het voorkomen van blessures.

Voor het uitvoeren van de taak beheerst de kandidaat de voorwaardelijke kennis, vaardigheden en houding.

K/ZW/11.1 Deeltaak: Eenvoudige, regelende taken verrichten bij sport en bewegen

De kandidaat kan eenvoudige, regelende taken verrichten bij sport en bewegen. Hierbij moet de kandidaat informatie verzamelen over sport- en bewegingsmogelijkheden in de regio en die presenteren.

Eindtermen

De kandidaat kan:		BB	KB	GL
1	informatie verzamelen over sport- en bewegingsmogelijkheden in de regio	x	x	x
2	de informatie presenteren	x	x	x

De volgende professionele kennis en vaardigheden uit het Kernprogramma Zorg en Welzijn zijn op deze deeltaak van toepassing:

- A1, A2, A4 t/m A6
- B6, B7

Uitwerking

K/ZW/11.1.1 informatie verzamelen over sport- en bewegingsmogelijkheden in de regio

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	met behulp van zoekmachines op internet informatie zoeken	x	x	x
2	informatie beoordelen	x	x	x
3	((landelijke) websites met informatie over sport& bewegen gebruiken	x	x	x

4	enquêtes afnemen	x	x	x
5	een interview afnemen	x	x	x
6	een sport- of bewegingsactiviteit bezoeken en observeren	x	x	x

K/ZW/11.1.2 de informatie presenteren

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	gevonden informatie ordenen	x	x	x
2	presentatieprogramma's gebruiken	x	x	x
3	presentatietechnieken toepassen	x	x	x
4	communicatietechnieken toepassen	x	x	x
trefwoorden; intonatie, lichaamstaal, oogcontact, beamer				

K/ZW/11.2 Voor een doelgroep een eenvoudig sportevenement of toernooi organiseren en uitvoeren

De kandidaat kan een eenvoudig sportevenement of toernooi organiseren en uitvoeren voor een doelgroep. Hierbij moet de kandidaat beschikken over voldoende informatie over passende sport- en bewegingsactiviteiten bij de doelgroepen. Taken als werven, informeren, plannen maken, uitvoeren en evalueren zijn hierbij belangrijk.

Eindtermen

De kandidaat kan:		BB	KB	GL
1	een bij de doelgroep passende sport- of bewegingsactiviteit kiezen	x	x	x
2	een plan opstellen voor het organiseren van een sportevenement of toernooi		x	x
3	deelnemers werven	x	x	x
4	deelnemers informeren	x	x	x
5	onder leiding het sportevenement of toernooi op passende wijze uitvoeren	x	x	x
6	onder leiding het sportevenement of toernooi op passende wijze afsluiten	x	x	x

De volgende professionele kennis en vaardigheden uit het Kernprogramma Zorg en Welzijn zijn op deze deeltaak van toepassing:

- A1, A2, A4 t/m A9
- B7 t/m B14

Uitwerking

K/ZW/11.2.1 een bij de doelgroep passende sport- of bewegingsactiviteit kiezen

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	de kenmerken van verschillende doelgroepen benoemen (kleuters, schoolkinderen, pubers, adolescenten, volwassenen, ouderen)	x	x	x
2	mogelijkheden en beperkingen m.b.t. sportactiviteiten van verschillende doelgroepen benoemen	x	x	x
3	per doelgroep passende sport- en bewegingsactiviteiten benoemen	x	x	x
4	rekening houden met beschikbare ruimte en materialen	x	x	x
trefwoorden; leeftijd, bewegingsvormen, motivatie, faciliteiten				

K/ZW/11.2.2 een plan opstellen voor het organiseren van een sportevenement of toernooi

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	met behulp van een ICT toepassing een plan van aanpak maken		x	x
2	een draaiboek maken		x	x
3	lijsten met benodigde materialen maken		x	x
4	een kostenberekening maken		x	x
5	een evenement plannen		x	x
6	een toernooi met speelschema plannen		x	x
trefwoorden; planningsprogramma, draaiboek, groepsgrootte, roulatie, tijdsplanning, doordraaischema, pouleschema, knock-out schema				

K/ZW/11.2.3 deelnemers werven

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	potentiele deelnemers enthousiasmeren	x	x	x
2	uitnodigingen maken	x	x	x
3	gebruik maken van ICT toepassingen	x	x	x
trefwoorden; folder, flyer, e-mail, website				

K/ZW/11.2.4 deelnemers informeren

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	een mail opstellen en versturen	x	x	x
2	een flyer maken	x	x	x
3	een folder maken	x	x	x
4	informatie geven op een manier die past bij de doelgroep	x	x	x
trefwoorden; BCC functie mail				

K/ZW/11.2.5 onder leiding het sportevenement of toernooi op passende wijze uitvoeren

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	samenwerken met andere begeleiders	x	x	x
2	deelnemers passend begeleiden gelet op verschillen in niveau	x	x	x
3	deelnemers stimuleren	x	x	x
4	respectvol omgaan met de deelnemers	x	x	x
5	werken volgens planning en afspraken	x	x	x
6	scores bijhouden	x	x	x
7	empathie tonen	x	x	x

K/ZW/11.2.6 onder leiding het sportevenement of toernooi op passende wijze afsluiten

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	het einde van een evenement of toernooi verzorgen	x	x	x
2	een prijsuitreiking verzorgen	x	x	x
3	een evenement of toernooi evalueren	x	x	x

4	veilig en ergonomisch werken	x	x	x
5	zorgen voor een schone en opgeruimde ruimte/plaats	x	x	x

K/ZW/11.3 Deeltaak: Assisteren en instructie geven bij sport- en bewegingsactiviteiten

De kandidaat kan assisteren en instructie geven bij sport- en bewegingsactiviteiten.

De kandidaat moet hiervoor kennis hebben van de verschillende sport- en bewegingsactiviteiten en deze uitleggen aan deelnemers. Hierbij moet de kandidaat deelnemers kunnen stimuleren en duidelijke aanwijzingen geven. De kandidaat houdt hierbij rekening met verschillen tussen deelnemers.

Eindtermen

De kandidaat kan:		BB	KB	GL
1	uitleg geven over sport- of bewegingsactiviteit	x	x	x
2	een bewegingsvaardigheid voordoen aan de groep	x	x	x
3	eenvoudige aanwijzingen geven aan de deelnemers	x	x	x
4	deelnemers voor de sport- of bewegingsactiviteit stimuleren en enthousiasmeren	x	x	x
5	flexibel omgaan met verschillen tussen deelnemers	x	x	x

De volgende professionele kennis en vaardigheden uit het Kernprogramma Zorg en Welzijn zijn op deze deeltaak van toepassing:

- A1, A4 t/m A9
- B7 t/m B14

Uitwerking

K/ZW/11.3.1 uitleg geven over sport- of bewegingsactiviteit

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	instructie geven aan deelnemers	x	x	x
2	communicatie- en gesprekstechnieken toepassen	x	x	x

K/ZW/11.3.2 een bewegingsvaardigheid voordoen aan de groep

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	oefeningen demonstreren zoals; <ul style="list-style-type: none"> - warming-up oefeningen - cooling down oefeningen 	x	x	x
2	zorg dragen voor een veilige omgeving tijdens het uitvoeren van de oefeningen	x	x	x

K/ZW/11.3.3 eenvoudige aanwijzingen geven aan de deelnemers

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	rekening houden met de verschillen tussen de deelnemers en deze respecteren	x	x	x
2	adviezen geven om de kans op blessures te verminderen	x	x	x

K/ZW/11.3.4 deelnemers voor de sport- of bewegingsactiviteit stimuleren en enthousiasmeren

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	de deelnemers enthousiasmeren	x	x	x
2	positieve feedback geven	x	x	x
3	de deelnemers motiveren	x	x	x

K/ZW/11.3.5 flexibel omgaan met verschillen tussen deelnemers

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	ruimte bieden voor de verschillen tussen de deelnemers	x	x	x
2	rekening houden met de verschillen in mogelijkheden tussen de deelnemers	x	x	x
3	rekening houden met lichamelijke beperkingen	x	x	x
trefwoorden; geslacht, leeftijd, conditie				

K/ZW/11.4 Deeltaak: Omgaan met veiligheid en het voorkomen van blessures

De kandidaat kan omgaan met veiligheid en het voorkomen van blessures. Hierbij is het van belang dat de kandidaat let op de veiligheid van de sportaccommodatie en de toestellen en materialen. Bij de begeleiding van sportactiviteiten hanteert de kandidaat regels en afspraken voor deelnemers om blessures te voorkomen.

Eindtermen

De kandidaat kan:		BB	KB	GL
1	letten op de veiligheid van de sportaccommodatie zoals materialen, toestellen en apparatuur	x	x	x
2	in bewegingssituaties eenvoudige regels en afspraken maken die blessures helpen voorkomen bij sportief spel	x	x	x

De volgende professionele kennis en vaardigheden uit het Kernprogramma Zorg en Welzijn zijn op deze deeltaak van toepassing:

- A1, A4 t/m A11
- B7 t/m B14

Uitwerking

K/ZW/11.4.1 letten op de veiligheid van de sportaccommodatie zoals materialen, toestellen en apparatuur

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	Letten op brandveiligheid en vluchtwegen van een sportaccommodatie	x	x	x
2	veilige materialen kiezen bij een sportactiviteit	x	x	x
3	goedgekeurde toestellen en apparatuur gebruiken	x	x	x
trefwoorden; verlichting, vluchtwegen, brandbeveiliging, ventilatie, nooduitgangen, veiligheidsglas, valmat, schokdempend materiaal				

K/ZW/11.4.2 in bewegingssituaties eenvoudige regels en afspraken maken die blessures helpen voorkomen bij sportief spel

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	advies geven over juiste sportkleding/-schoenen	x	x	x
2	de spelregels van een activiteit uitleggen	x	x	x
3	hanteren van spelregels ten behoeve van sportief spel		x	x

K/ZW/11.5 Deeltaak: Assisteren bij de uitvoering van bewegingsprogramma's

De kandidaat kan assisteren bij de uitvoering van bewegingsprogramma's. Hierbij is het belangrijk dat de kandidaat kennis heeft van eenvoudige sportmetingen, sportuitrustingen, warming up en cooling down programma's. Verder is het belangrijk om de relatie tussen bewegen en gezondheid te kunnen uitleggen aan deelnemers.

Eindtermen

De kandidaat kan:		BB	KB	GL
1	eenvoudige sportmetingen uitvoeren en aflezen zoals loopsnelheid, lenigheid, armkracht, sprongkracht	x	x	x
2	assisteren bij een warming up en cooling down	x	x	x
3	advies en informatie geven over passende sport- en bewegingsactiviteiten	x	x	x
4	informatie geven over de relatie tussen bewegen en gezondheid en over een passende sportuitrusting	x	x	x

De volgende professionele kennis en vaardigheden uit het Kernprogramma Zorg en Welzijn zijn op deze deeltaak van toepassing:

- A1, A4 t/m A11
- B7 t/m B14

Uitwerking

K/ZW/11.5.1 eenvoudige sportmetingen uitvoeren en aflezen zoals loopsnelheid, lenigheid, armkracht, sprongkracht

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	de onderdelen van een standaard sportkeuring benoemen	x	x	x
2	de hartslag meten	x	x	x
3	een Coopertest afnemen		x	x
4	de sprongkracht van een deelnemer meten	x	x	x
5	de armkracht van een deelnemer meten	x	x	x
6	de lenigheid van een deelnemer meten	x	x	x

K/ZW/11.5.2 assisteren bij een warming up en cooling down

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	adviezen geven om blessures te voorkomen	x	x	x
2	assisteren bij het uitvoeren van een passende warming up	x		

3	oefeningen benoemen en uitvoeren die passen bij een warming up		x	x
4	assisteren bij het uitvoeren van een passende cooling down	x		
5	oefeningen benoemen en uitvoeren die passen bij een cooling down		x	x
6	contact houden met de deelnemers tijdens de oefeningen	x	x	x

K/ZW/11.5.3 advies en informatie geven over passende sport- en bewegingsactiviteiten

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	rekening houden met de ontwikkeling van de doelgroep	x	x	x
2	inschatten welke sport- en bewegingsactiviteit bij de doelgroep passen	x	x	x
3	rekening houden met de mogelijkheden en voorkeuren van de deelnemers bij het bewegen	x	x	x

K/ZW/11.5.4 informatie geven over de relatie tussen bewegen en gezondheid en over een passende sportuitrusting

In dit verband kan de kandidaat:		BB	KB	GL
1	adviezen geven over sportuitrusting bij diverse sportactiviteiten	x	x	x
2	adviezen geven over een gezonde leefstijl	x	x	x
3	adviezen geven over gezonde voeding in combinatie met sporten	x	x	x
4	berekenen wat het BMI van een deelnemer is	x	x	x
5	adviezen geven bij een te hoog of te laag BMI		x	x

Doorstroom mbo

Dit keuzevak biedt doorstroommogelijkheden naar de volgende kwalificaties binnen het mbo:

- sport- en bewegingsbegeleider, niveau 2
- medewerker sport en recreatie, niveau 2
- sport- en bewegingsleider, niveau 3
- sport- en bewegingscoördinator / BOS-medewerker, niveau 4
- sport- en bewegingscoördinator / trainer/ coach, niveau 4
- sport- en bewegingscoördinator / bewegingsagoog, niveau 4
- sport- en bewegingscoördinator / operationeel sport- en bewegingsmanager, niveau 4