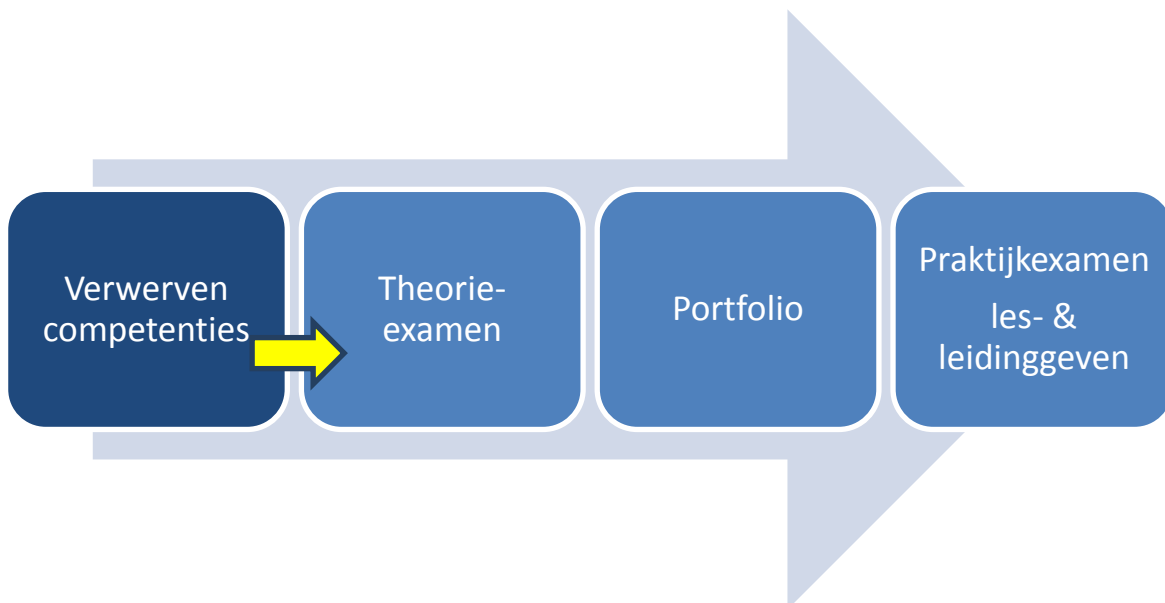


HANDLEIDING PORTFOLIO
FITNESSTRAINER A

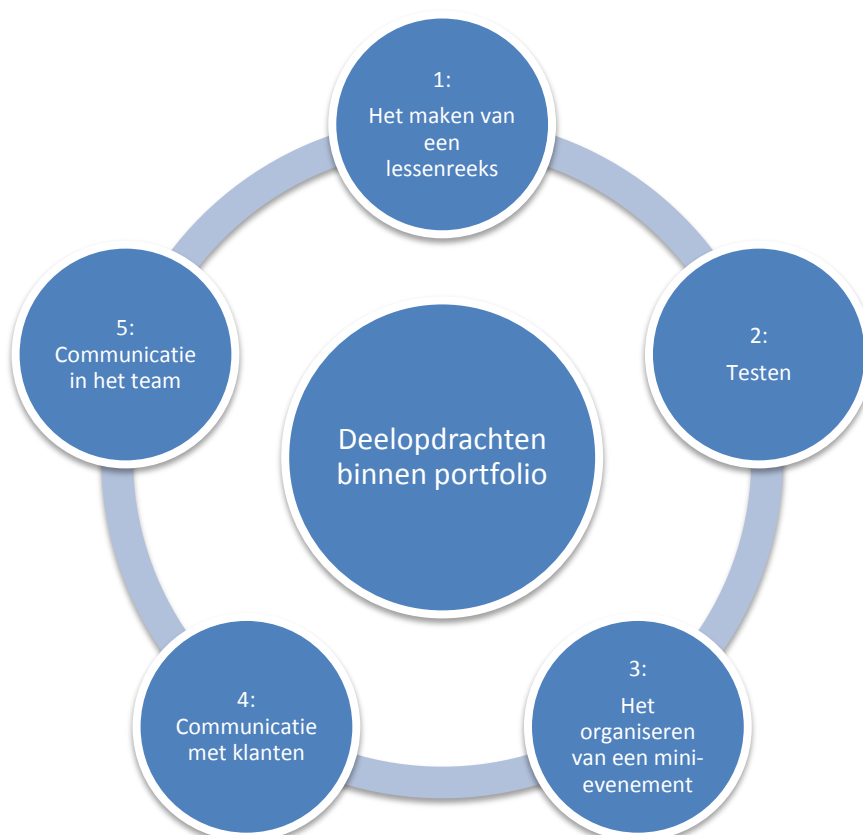


INFORMATIE VOOR DE
STAGE-BEGELEIDER

Stappenplan Proeve van Bekwaamheid Fit!vak Fitnesstrainer A



Portfolio Fitnesstrainer A Fit!vak Deelopdrachten



Inhoudsopgave:

Handleiding bij portfolio Fitnesstrainer A - stagebegeleider	4
Toelichting Deelopdrachten binnen het portfolio	5

Handleiding bij portfolio Fitnesstrainer A - stagebegeleider

Beste stagebegeleider,

De opleidingsstructuur in de fitnessbranche is vanaf 2009 veranderd. Waar voorheen de opleidingsinstituten die verbonden waren aan branchevereniging Fit!vak hun cursisten het erkende diploma van Fit!vak konden aanbieden, daar is deze markt in 2009 vrijgekomen. Dat betekent dat alle opleidingsinstituten de gelegenheid krijgen om hun opleiding zo in te richten, dat de cursisten het diploma van Fit!vak kunnen halen. Het enige erkende diploma Fitnesstrainer A is alleen via het examen van Fit!vak te behalen.

Binnen uw fitnesscentrum volgen een of meerdere cursisten de opleiding tot Fitnesstrainer A. U bent aangesteld als stagebegeleider van deze cursist(en). Om het diploma tot Fitnesstrainer A te behalen, dienen de cursisten te voldoen aan verschillende competenties. Daarom hebben wij een portfolio ontwikkeld. In dit portfolio beschrijft de cursist wat hij of zij kan en welke ervaring al is opgedaan binnen het werkveld fitness. Door het invullen van dit portfolio kunnen wij zien welke competenties de cursist al bezit en welke nog verder ontwikkeld moeten worden. Indien de cursist al ruime ervaring heeft, is het mogelijk om versneld examen aan te vragen.

In het portfolio is een vijftal deelopdrachten opgenomen. Deze opdrachten moeten worden uitgewerkt om te mogen deelnemen aan de Proeve van Bekwaamheid, het praktijkexamen voor het diploma Fitnesstrainer A. De opdrachten voert de cursist individueel uit. Het bronmateriaal voor deze opdracht is te vinden in het theorieboek Fitnesstrainer A van Fit!vak. Alvorens de opdrachten worden verstuurd, vragen wij u voor iedere deelopdracht een beoordelingsdocument in te vullen. Een beoordelaar van Fit!vak beoordeelt het werk vervolgens nogmaals op de bijbehorende competenties.

In het portfolio zijn de volgende deelopdrachten opgenomen:

- Deelopdracht 1: Het maken van een lessenreeks
- Deelopdracht 2: Testen
- Deelopdracht 3: Het organiseren van een mini-evenement
- Deelopdracht 4: Communicatie met klanten
- Deelopdracht 5: Communicatie in het team

Belangrijk!

Het invullen van de deelopdrachten binnen het portfolio dient door de cursist gedaan te worden op de daarvoor bestemde werkdocumenten. Deze werkdocumenten (PDF) treft u aan op de website: www.fitnessopleidingen.nl of www.fitvak.com.

Uw beoordeling dient ingevuld te worden op de beoordelingsformulieren (Werkdocument Nr. 7). U treft dit document tevens op de website www.fitnessopleidingen.nl of www.fitvak.com. Het ingevulde en ondertekende beoordelingsformulier kunt u meegeven aan de cursist.

Toelichting Deelopdrachten binnen het portfolio

Deelopdracht 1: Het maken van een lessenreeks

In het aanleertraject wordt veel aandacht besteed aan het aanleren van toestelgebruik (cardio en kracht) en freeweight techniek. De cursist moet een introductieprogramma van 4 lessen maken voor de duur van zestien weken, waarbij hij/zij er vanuit gaat dat de klant twee keer per week komt trainen.

Deelopdracht 2: Testen

Voor het goed kunnen maken van een fitnessprogramma naar de wensen van de klant, is het noodzakelijk om relevante test(en) af te kunnen nemen. In deze opdracht is het de bedoeling dat de cursist een dergelijke test uitkiest en daarvoor een opdracht maakt.

Deelopdracht 3: Het organiseren van een mini-evenement

Een onderdeel van het werk in een fitnesscentrum is het organiseren van kleinschalige evenementen. De cursist overlegt met uw fitnesscentrum of het mogelijk is deel te nemen aan de organisatie van een mini-evenement.

Deelopdracht 4: Communicatie met klanten

De cursist onderzoekt in uw fitnesscentrum hoe het contact met de (potentiële) klanten verloopt.

Deelopdracht 5: Communicatie in het team

De cursist onderzoekt de functieomschrijvingen of afspraken die onderling zijn gemaakt door medewerkers met betrekking tot onderhoud en reparatiewerkzaamheden in de fitnessruimte.

Als u nog vragen heeft over de begeleiding van uw cursist, het portfolio of het uitvoeren van de opdrachten, neem dan contact op met:

Fit!vak brancheorganisatie erkende sport- en bewegingscentra

Postbus 275

6710 BG EDE

☎ 085-4869150

Opleidingen@fitvak.com

www.fitvak.com