

Leerlijn sport- en beweegleider senioren; uitstroom 'Fitte senioren' (module 3)

Uit onderzoek blijkt dat het aantal senioren de komende jaren fors zal stijgen. Tot 6 miljoen 55+-ers in 2030. Het huidige beleid is gericht op zelfredzaamheid en preventie: ouderen zo lang mogelijk zelfstandig thuis, in hun eigen vertrouwde omgeving, laten wonen. Om deze zelfstandigheid te behouden is het essentieel dat ouderen zo gezond en vitaal mogelijk ouder worden. Bewegen is daarin cruciaal. Daarnaast is bewegen goed voor het zelfvertrouwen en sociale contacten; onontbeerlijk voor een goede kwaliteit van leven.

Fitte (of vitale) senior gaat over senioren die prima in staat is eigen regie te voeren over hun leven en daarmee hun zelfstandigheid behouden. Sport en bewegen speelt in op veel aspecten van het gezond en vitaal ouder worden en vergt een, met name voor deze doelgroep, specifieke aanpak. Het is noodzakelijk dat de sport- en beweegleider **'fitte senioren'** een MBvO-gekwalficeerde bewegingsdeskundige is. De verwachting is dat de vraag naar sportbegeleiding van deze snelgroeiende groep steeds groter wordt. Parttime werken is in deze richting heel goed mogelijk! Deze module is opgebouwd uit diverse onderdelen:

- De theorie (module 2)
- Methodiek praktijk gymnastiek, sportspelen (sportspelen)
- Bewegen op muziek
- Trends en ontwikkelingen
- Introductie en stage
- Studieloopbaan begeleiding
- Stage (10 lessen)
- 1x examenles
- Testen en meten
- Optioneel aan te vullen met InBalans (zie hiervoor: module 6)

Deze module 3 geeft, na positieve afronding, recht op een MBvO-diploma. MBvO is een erkende interventie. De uitgangspunten van MBvO zijn de sfeerkenmerken, de 5 aan beweging gerelateerde intenties en 2 sociaal gerelateerde intenties.

Bij de praktijkbijeenkomsten zijn deze sfeerkenmerken en het intentioneel lesgeven dan ook steeds een belangrijk aandachtspunt. Per week zijn er 3 contacturen gedurende 8 weken (excl. pauze). Iedere cursist verzorgt een presentatie en daarnaast wordt er ook lesgegeven aan elkaar in de praktijk. Tijdens de 1^{ste} praktijkles word je getoetst op je kennis van module 2 'de theorie'.

Er zijn tijdens de cursus een aantal verplichtingen waaraan je moet voldoen:

- Minimaal 90% aanwezigheid tijdens theorie en praktijkbijeenkomsten
- Uitwerken van opdrachten in een portfolio
- Minimaal 10 uur stage
- Eén examenles

Stage:

De Stageperiode omvat 10 lessen bij minimaal 2 verschillende groepen of op twee verschillende adressen. Je moet ZELF de beschikking hebben over een stage/ werkplek bij minimaal 2 verschillende lesgroepen waarbij jijzelf (na meelopen & observatie), onder begeleiding, zelf les gaat geven.

De activiteiten van de stage houd je bij in een voortgangsrapportage. Dit wordt een belangrijk document voor je praktijkexamen 'lesgeven'. Deze module wordt afgerond met een proeve van bekwaamheid (examenles).

Na het volgen van deze module 'fitte senioren' ...

Kun je, mits positief afgerond, MBvO-gecertificeerd en verantwoord lesgeven aan 'fitte senioren' in diverse vormen van bewegen.

Praktisch

Doelgroep

Deze module '**fitte senioren**' is zeer geschikt voor combinatie functionarissen, buurtsportcoaches en alle andere sportprofessionals en/ of -vrijwilligers die aan de slag gaan met fitte senioren.

Instroomniveau

Combinatiefunctionarissen en buurtsportcoaches en andere Sportprofessionals en/ of vrijwilligers, met aantoonbaar lesgeefervaring of 1 jaar werk- of stage-ervaring met het voor de groep staan en het organiseren van een 'les'.
Affiniteit met de doelgroep fitte en/ of kwetsbare senioren en de beschikking over een stage/ werkplek met minimaal 2 verschillende lesgroepen.

Startdatum

12 september 2024 (praktijk)

Overige data

Zie rooster op de vorige pagina.

Tijden

Zie rooster op de vorige pagina.

Duur

9 praktijklessen + 10 stagelessen + 1 examenles

Tijdsinvestering

± 35 uur (excl. voorbereidingstijd)

ETCS credits

NVT

Kosten

€ 995, - *)

*) *De theoriemodule 2 is bij deze prijs inbegrepen | Mocht je ook module 4 volgen dan ontvang je een korting.*

Locatie

Feel Fit Center Malden

Veldsingel 29

6581 TC Malden

Aantal deelnemers

Minimaal 10

Maximaal 16

Afronding

Bij positieve afsluiting van de module, ontvang je een erkend MBVO-diploma.

Contactpersoon

Neem voor meer informatie over alle mogelijkheden of aanmelding contact op met:

info@sportacademieoost.nl