

HET WERKVELD

Diverse geledingen in de sport zoals sportverenigingen en sportorganisaties.

DE DOELGROEP

Van recreatiesporters tot topsporters.

VEREISTEN

Een hoge mate van fysieke en mentale belastbaarheid om bijvoorbeeld een halve marathon te kunnen lopen.

Wenselijk is dat de kennislijn trainingsleer, sportvaardigheden-B-TKF voldoende zijn afgesloten.

Advies:

Voldoende kennis van trainingskundige facetten of gemotiveerd zijn deze eigen te maken.

INTAKEPROCEDURE

Sportvaardigheden- en intaketoets.

Wenselijk is dat de kennislijn trainingsleer, sportvaardigheden-B-TKF voldoende zijn afgesloten.

OPBOUW LESSEN

Competentiegerichte structuur.
De beroepspraktijk is leidend voor kennis en vaardigheden.

CONDITIETRAINER A (Cta)



BEROEPSPRAKTIJKVORMING

De bpv duurt circa 120 uur, afhankelijk van startcompetenties, en vindt plaats in sportverenigingen of sportorganisaties met sportrelevante doelgroepen.

EINDRESULTAAT

Je bent in staat verantwoorde conditionele trainingen te verzorgen en je kunt het trainingsproces op korte en lange termijn cyclisch sturen.



ERKENNING

Certificering kerntaak 1 (zie kwalificatiedossier Calibris: www.calibris.nl).

AANVULLENDE INFORMATIE

Dit keuzevak kan goed gecombineerd worden met alle sportvakken.



OVERIG

Aan te schaffen

- Boek Trainingsleer A tot Z (kan via school).
- Diverse readers via school.
- 'Werk'trainingspak.
- Stopwatch/hartslagmeter (aanbevolen met een hartfrequentie-intervalmeting van 5 seconden (kan via docent CTA).
- Sportschoeisel voor binnen en buiten.

INFO

Zie voor lesmateriaal en dergelijke.:

- Natschool
- <http://sporttrainingsleer.blogspot.com/>
- <http://www.sportenbewegen.nl>

DOCENTEN



Hennie Bottenberg
h.bottenberg@rijnijssel.nl



Jack Belt
j.belt@rijnijssel.nl