



CIOS[®]
LEADERS IN SPORT.

***Fitness & Health
Coördinator (FHCO)***

2011 - 2012

Inhoud

- Werkveld
- Doelgroepen
- Lopende zaken
- Instroomeisen en Keuzevakken (geadviseerd)
- Werkwijze
- BPV en Werkveld
- Belangrijke zaken
- Afsluiting



Werkveld

De fitness- wellness-
gezondheidsbranche in zijn breedste en
paramedische zorginstellingen zoals
fysiofitness praktijken en andere
sportrevalidatie- en gezondheids-
centra.



Doelgroepen FHCO

- Iedereen die geïnteresseerd is in fitness & health en zich wil verdiepen in de begeleidingsprincipes van medische fitness personal training, conditietraining, medische trainingsprincipes, coördinatie binnen sportcentra. Maar ook diegene die een goede aansluiting willen op HBO (bijv. Fysiotherapie, ALO, SGM) is van harte welkom !



Organisatie FHCO

- Organisatie boom sheet: uitleg kerntaak 4 en 5



Lesinhoud Kerntaak 4

1. Oriëntatie
2. Organisatie structuur
3. Klantmanagementsysteem (CRM)
4. Leiderschap
5. PR en Marketing
6. Projectplan
7. Verbeterplan
8. Trends en innovatie



Lesinhoud Kerntaak 5

1. Vorming
2. Intake
3. Assessment
4. Trainingsleer/ inspanningsfysiologie
5. Doelgroepen (Bedrijfsfitness, senioren, kidsfit)
6. Voedingsleer
7. Houding en bewegingsapparaat (Wk, Nek/Schouder, Heup, knie enkel)
8. Ziektebeelden (R.A. Bewegkuur; DM type 2 & Adipositas, Hartfalen, vaatlijden, etc).



Instroomeisen stream

- POP, PAP
- Motivatie
- Discipline
- Zelfstandigheid
- Goede lesgeefvaardigheden
- Teamplayer
- 4-6 uur in de week eigenvaardigheid
- Plannen
- Organiseren
- Communiceren



Inrichting van de lessen

(zie ook organisatieboom van de stream)

- Colleges
- PGO onderwijs
- Presentaties/ Feedback
- Praktijk en eigenvaardigheid (op het CIOS en BPV)
- Gastlessen en excursies
- Z.m. geïntegreerde lessen stream



Geadviseerde keuzevakken

- CTA
- Sportmassage
- Pre bachelor fysiotherapie
- Vrije keuze



Werkwijze FHCO

- ComTak presentie registratie
- Competentie matrix op N@tschool
- Jaarstructuur 32 lesweken
- Locaties; Arnhem 3^e jaar, Papendal 4^e jaar
- BPV contracten uiterlijk 1 oktober 2011 aanleveren
- **Pre streamlessen;** (iedere student dient 2 keuzes te maken voor stream, deze volg je 4 weken 2 uur in de week voor de ene stream, daarna 2 weken voor je andere keuze).



BPV (Beroepspraktijk vorming)

- De BPV planning is 'leading' (d.w.z. schoolvakantie is niet per definitie vakantie op je BPV, alles i.o. met je stagebegeleiding. Schoollessen gaan voor de BPV!)
- 2 jaar stage lopen op dezelfde locatie, (totaal 1160 uur)
- 3^e jaars dienen minimaal 520 uur stage te lopen (ca. 16u/week) voor kerntaak 4 en 5
- 4^e jaars dienen minimaal 640 uur stage te lopen (ca. 16 u/week september- januari vanaf januari- juni 24 uur/week) dit geldt voor kerntaak 4 en 5



BPV

- Stage plek bepalen (zie BP 1)
- Je beroepsproducten moeten uitvoerbaar zijn op je stageplek, zo niet, dien je deze extern uit te voeren
- Afspraken m.b.t. uren en inhoud leg je t.a.t. schriftelijk vast
- Afspraken m.b.t. begeleiding, taakomschrijving opdrachten afronden en evaluatie momenten
- Voor 15 september BPV keuze en contract voor elkaar !



Werkveld: Fitness- & Health

Fitness, in de breedste zin van het woord, bevindt zich in de top vijf van meest beoefende takken van sport in Nederland. Van 1990 tot 2005 is fitness in populariteit gestegen, met name als aerobics onder fitness wordt geplaatst (OBiN).

Verschillende onderzoeken naar het aantal fitnessbeoefenaren in Nederland zijn niet eenduidig. Een schatting van **2,0 miljoen** fitnessbeoefenaren (12% van de Nederlandse bevolking, Jongert et al. 2007) lijkt reëel.

Nederland telt ca. **1600 fitnesscentra**, afhankelijk van de definitie van een fitnesscentrum. Nederland kent zowel qua inwoners als qua oppervlakte (dichtheid) een rijke bezetting aan centra.

Eindresultaat FHCO

- 37% van de afgestudeerde FHCO zijn succesvol in commerciële sport-/wellnessorganisaties (fitnesscentra, sportscholen en fysio fitness praktijken) .
- 52% kiest voor een vervolgopleiding HBO; de stream FHCO sluit zeer goed aan op Nivo 5, Fysiotherapie, ALO, SGM.



Overige zaken :

Kosten voor de stream:

Totaal : ± 695 euro (Skiweek 450, Kleding ca. 115 euro, boeken 90 euro, overigen 40 euro)

Belangrijke zaken melden middels mailing in N@tschool

Michiel van Kalsbeek  026-3129533



Dank voor jullie aandacht

Vragen ?

