



HANDBOEK FITNESSTRAINER NIVEAU 3

(6) Beroepscompetentieprofiel

© Copyright NL Actief

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, geluidsband, elektronisch of op welke andere wijze dan ook en evenmin in een retrieval systeem worden opgeslagen zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van NL Actief.

Inhoud

| | |
|--|-----------|
| 6.1. BEROEPSCOMPETENTIEPROFIEL FITNESSBEGELEIDER 3 | 5 |
| 6.2. BEROEPSBESCHRIJVING | 6 |
| 6.3. KERNOPGAVEN VAN HET BEROEP | 7 |
| 6.4. KERTAKEN VAN HET BEROEP | 8 |
| 6.5. WERKPROCES: BEGELEIDEN VAN SPORTERS | 10 |
| 6.5.1 Kerntaak 1: BEGELEIDT KLANTEN | 10 |
| 6.6. WERKPROCES: SPORTTECHNISCH HANDELEN | 12 |
| 6.6.1 Kerntaak 2: Verzorgt trainingen / lessen | 12 |
| 6.7. WERKPROCES: SPORTTECHNISCH HANDELEN | 14 |
| 6.7.1 Kerntaak 3: Begeleidt (sport)testen..... | 14 |
| 6.8. WERKPROCES: ARRANGEREN SPORTOMGEVING | 16 |
| 6.8.1 Kerntaak 4: Assisteert bij activiteiten van het fitnesscentrum | 16 |
| 6.9. WERKPROCES: ARRANGEREN SPORTOMGEVING | 18 |
| 6.9.1 Kerntaak 5: Stuurt sporttechnisch kader aan | 18 |
| 6.10. BEROEPSCOMPETENTIES MET SUCCESCRITERIA | 19 |

Let op:

- ! **Dit document is onderdeel van het 'Handboek Fitnesstrainer A'**, dat bestaat uit (1) handleiding examenorganisatie voor opleiders, (2) examinering en reglement, (3) handleiding portfolio, (4) handleiding praktijkexamen, (5) beoordelingsprotocollen en (6) beroepscompetentieprofiel.
- ! **Fitnesstrainer A en Groepslesinstructeur:** tenzij anders vermeld, gelden voor Fitnesstrainer A en Groepslesinstructeur dezelfde werkwijzen en procedures. Omwille van de leesbaarheid wordt in dit document gesproken van Fitnesstrainer A.
- ! **Fit!vak = NL Actief:** sinds medio 2017 is Fit!vak verder gegaan onder de naam NL Actief. Deze naam past beter bij onze missie en visie. Diploma's van voor en na de naamswijziging zijn volledig gelijkwaardig.

6.1. BEROEPSCOMPETENTIEPROFIEL FITNESSBEGELEIDER 3

| | | |
|--------------------------------|---|-------------------------------|
| Algemene informatie | datum: maart 2005 | Versie: 1.1 (mei 2009) |
| Onder regie van Fit!vak | Het beroepscompetentieprofiel BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is ontwikkeld onder regie van Fit!vak. | |
| Ontwikkeld door | Het beroepscompetentieprofiel BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 (BFT) is ontwikkeld door ontwikkelaars van de branche-organisatie Fit!vak. Voor de beschrijving is uitgegaan van COLO format voor het beroepscompetentieprofiel (2002). | |
| Brondocumenten | | |

6.2. BEROEPSBESCHRIJVING

| | |
|--|--|
| Beroepscontext / werkzaamheden | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 begeleidt de beginnende sporter in het fitnesscentrum. Het accent van de werkzaamheden ligt op de introductie, het opstellen van trainingsprogramma's en de begeleiding gedurende deze programma's. |
| Rol / verantwoordelijkheden | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 werkt zelfstandig, maar veelal volgens protocollen welke zijn opgesteld door fitnessbegeleiders van een hoger kwalificatieniveau. De fitnessbegeleider 3 draagt de verantwoordelijkheid over de begeleiding van (m.n. de beginnende) sporter (fitnessdeelnemer/klant). |
| Complexiteit | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 stelt zelfstandig trainings- en lesprogramma's op. De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 kan qua beginsituatie, doelstellingen en interesseniveau te maken krijgen met heterogene groepen. De BFT heeft te maken met de doelstellingen en ambitie van het fitnesscentrum en die van de individuele klant. |
| Typerende beroepshouding | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 analyseert de persoonlijke beginsituatie en formuleert algemene doelstellingen op korte en lange termijn van de klant. Hij weet hier stimulerend en adviserend mee om te gaan en denkt klantgericht. |
| Trends / innovaties: | |
| Marktontwikkelingen | Binnen de fitnessbranche ontstaat steeds meer vraag naar begeleiding die deskundig is op een breed vlak. De verschillende doelgroepen in de fitnessbranche worden steeds gevarieerder. |
| Bedrijfsorganisatorische ontwikkelingen | Binnen de fitnessbranche is een ontwikkeling te zien naar een steeds meer professionele begeleiding welke op verschillende gebieden deskundig is. Daarom zal de intake vooral door algemeen geschoolde medewerkers plaats vinden en zal pas later een specifiek geschoolde medewerker (specifieke trainer/personal trainer) de casus overnemen |
| Loopbaanmogelijkheden | De BASIS FITNESSTRAINERS NIV. 3 met de ambitie om te werken op een hoger kwalificatieniveau kunnen vervolgoopleidingen volgen. Verder is het mogelijk om zich te specialiseren (specialist) op een bepaald vakgebied. Binnen de fitnessbranche is voor een BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 met veel ervaring vaak een rol weggelegd als coördinator van een bepaalde afdeling. |

6.3. KERNOPGAVEN VAN HET BEROEP

| | |
|--|---|
| Kernopgave: Realiseren van doelstellingen op de langere (middellange) termijn | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 staat voor de uitdaging om de algemene persoonlijke doelstellingen van de klant op korte en middellange termijn te realiseren. Door analyse, planning, uitvoering en evaluatie streeft de fitnessbegeleider op planmatige wijze doelstellingen na. Centraal hierbij blijft steeds de omgang met de klant en het opstarten met(/van) fitnesstrainingen staan. |
| Overzicht kerntaken van het beroep | |
| <i>Kerntaak 1: Begeleiding van klanten</i> | |
| <i>Kerntaak 2: Verzorgt trainingen / lessen</i> | |
| <i>Kerntaak 3: Verzorgt (sport)testen</i> | |
| <i>Kerntaak 4: Organiseert activiteiten van het fitnesscentrum.</i> | |
| <i>Kerntaak 5: Stuurt sporttechnisch kader aan</i> | |

6.4. KERNTAKEN VAN HET BEROEP

Kerntaak 1: Begeleidt klanten

Het begeleiden van klanten bestaat uit de volgende activiteiten:

- Het introduceren van klanten binnen het fitnesscentrum.
- Als aanspreekpunt fungeren voor de klanten.
- Het vervullen van een voorbeeldfunctie.
- Normen en waarden bewaken.
- Voeren van gesprekken met de klanten.
- Bewaakt de hygiëne met en voor de klanten.
- Informeren van de klanten.

Kerntaak 2: Verzorgt trainingen / lessen

Het verzorgen van (delen van) lessen bestaat uit de volgende activiteiten:

- Voorbereiden van een training/les op grond van een lesplan.
- Inrichten van de trainingssituatie.
- Vaststellen van de vraag/beginsituatie van de klant.
- Formuleren van concrete algemene doelen op korte en middellange termijn.
- Opstellen van een trainingsplan.
- Training geven aan groepen of individuele klanten.
- Trainen van diverse doelgroepen (zoals jeugd, ouderen, zwangeren, etc.)
- Evalueren van het trainingplan en indien nodig bijstellen.
- Samenwerken met andere fitnessbegeleiders.

Kerntaak 3: Verzorgt (sport)testen

De verzorging van de sporttesten bestaat uit de volgende activiteiten:

- Keuze maken van relevante (sport)testmethoden.
- Bewaken van het testprotocol.
- Leiding geven aan de testsituatie.
- Inrichten van de testsituatie.
- Geven van aanwijzingen aan de groepen of individuele klanten.
- Uitvoeren van de test(en) volgens protocol.
- Analysering en interpretatie van testresultaten.
- Bespreking van de testresultaten met de testpersoon.
- Archivering van de klantgegevens en uitslagen.
- Opstellen van testprotocollen.

Kerntaak 4: Organiseert activiteiten van het fitnesscentrum

Het organiseren van activiteiten van het fitnesscentrum bestaat uit de volgende activiteiten:

- Opzetten van activiteiten.
- Voorbereiden, uitvoeren en evalueren van de activiteit(en).
- Zorgdragen voor materialen.
- Leiding geven (regelen) van de activiteit.
- Zorgdragen voor randvoorwaarden.
- Samenwerken met andere trainers/begeleiders/vrijwilligers.
- Rapporteren aan de verantwoordelijke/leidinggevende

Kerntaak 5: Stuurt sporttechnisch kader aan

Het aansturen van het sporttechnisch kader is niet de primaire taak van een BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3, maar kan wel uit de volgende activiteiten bestaan:

- Uitdragen van het beleid van het fitnesscentrum.
- Leiding geven aan fitnessbegeleider (niv. 2).
- Samenwerken met ander fitnesstrainers.
- Vertegenwoordigen van het fitnesscentrum.

6.5. WERKPROCES: BEGELEIDEN VAN SPORTERS

6.5.1 Kerntaak 1: BEGELEIDT KLANTEN

| | |
|------------------------------------|--|
| Proces | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 (BFT):</p> <ul style="list-style-type: none">• Is in staat om de klanten zich prettig te laten voelen in de ruimte.• Adviseert klanten over mogelijke diensten die het fitnesscentrum te bieden heeft.• Weet dus een verband te leggen tussen de vraag van de klant en het aanbod van het fitnesscentrum.• Adviseert de klanten over sportrelevante zaken als sportkleding en sportmaterialen.• Informeert de klanten over huishoudelijke zaken als hygiëne, materiaalgebruik, huisregels.• Is verantwoordelijk voor de veiligheid van de klanten in het fitnesscentrum.• Is verantwoordelijk voor het handhaven van de, vooraf afgesproken, normen en waarden |
| Rol / verantwoordelijkheden | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is verantwoordelijk voor de juiste begeleiding en advisering van klanten. Daarnaast volgt de BFT het beleid van het fitnesscentrum.</p> |
| Complexiteit | <p>De werkzaamheden van de De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 worden beïnvloed door een aantal factoren in de omgeving van de klant. Voor deze kerntaak kunnen de volgende factoren aan de orde zijn:</p> <ul style="list-style-type: none">• De klanten kunnen heterogeen zijn wat betreft, leeftijd, sociale en culturele achtergrond.• De doelstellingen van de klanten kunnen zeer uiteenlopend zijn.• De klanten kunnen verschillen vertonen in waarden en normen rondom omgangsvormen.• De doelstellingen van de klanten en de manier waarop deze bereikt kunnen worden dienen te passen binnen het beleid van het fitnesscentrum. |
| Betrokkenen | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 heeft in de uitvoering van deze taak te maken met de verantwoordelijke fitnesscoördinator (niv. 4), de fitnessbegeleiders (niv. 2), het beleid van het fitnesscentrum, de klant(en) en de andere aanwezige klanten.</p> |
| Hulpmiddelen | <p>Naast de voor de sport geëigende hulpmiddelen zijn geen speciale hulpmiddelen nodig.</p> |

| | |
|--|---|
| Kwaliteit van proces en resultaat | <p>De kwaliteit van het proces en resultaat wordt beoordeeld aan de hand van de volgende factoren:</p> <ul style="list-style-type: none">• De begeleiding is gebaseerd op wederzijds vertrouwen tussen begeleider en klant.• De klant wordt respectvol benaderd.• De begeleiding vindt plaats in een veilig en sportief klimaat.• De begeleiding sluit aan bij de beginsituatie van de klanten.• De gedrags-, hygiëne- en veiligheidsregels worden nageleefd.• Het gedrag van de begeleider en klant past binnen het beleid van het fitnesscentrum.• De BFT houdt rekening met de grenzen van de eigen bevoegdheid. |
| Keuzes en dilemma's | <p>De keuzes en dilemma's bij deze kerntaak zijn:</p> <ul style="list-style-type: none">• Beoordelen van het gedrag van klanten en bij ongewenst gedrag ingrijpen.• Beoordelen van de veiligheid van de situaties en bij onveilige situaties ingrijpen.• Kosten versus baten van de begeleiding.• Verwachting van de klant en de realistische situatie ten aanzien van aandacht en begeleiding. |

6.6. WERKPROCES: SPORTTECHNISCH HANDELEN

6.6.1 Kerntaak 2: Verzorgt trainingen / lessen

| | |
|-----------------------------------|---|
| Proces | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3:</p> <ul style="list-style-type: none">• Kan een analyse maken van de belastbaarheid van de klant.• Is in staat zowel korte, als middellange als lange termijn doelstellingen op te stellen.• Stelt een trainingsplan op.• Verzorgt trainingen/lessen.• Geeft les aan zowel individuen als aan groepen sporters.• Houdt rekening met de beleving en verwachtingen van de klanten.• Zorgt dat de doelstellingen met betrekking tot sensomotorische, cognitieve en sociaal-affectieve elementen geïntegreerd aan bod komen.• Richt de sportactiviteit zo in dat hij de klanten recht doet.• Zorgt voor zowel een proces- als productevaluatie en stelt zonodig de trainings-/lesplanning bij.• Overlegt indien nodig met een hoger gekwalificeerde medewerker. |
| Rol/ verantwoordelijkheden | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is verantwoordelijk voor het zelfstandig opstellen, uitvoeren en evalueren van trainings- / lesschema's voor beginnende fitnessdeelnemers/ klanten. Hij is in staat een verantwoorde keuze te kunnen maken naar aanleiding van een juiste analyse van de belastbaarheid van de klant. De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is verantwoording schuldig aan de werkgever. Indien aanwezig geeft de BFT supervisie aan fitnessbegeleiders (niv.2).</p> |
| Complexiteit | <p>De sporttechnische werkzaamheden van de BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 bestaan uit het opzetten en uitvoeren van trainings- en lesprogramma's.</p> <p>Voor deze kerntaak kunnen de volgende factoren aan de orde zijn:</p> <ul style="list-style-type: none">• Spanning tussen verlangde en realistische doelstellingen van de klant.• Vraag van de klant sluit niet aan op het aanbod van het fitnesscentrum.• Heterogene beginsituatie binnen de klantenkring.• Heterogene doelstellingen binnen de klantenkring.• Lichamelijke beperkingen van klanten.• Beperkte beschikbaarheid van materialen, diensten en begeleiders. |
| Betrokkenen | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 heeft in de uitvoering van deze taak te maken met de leiding van het fitnesscentrum, de fitnessbegeleiders (niv. 2), de klant(en) en de andere aanwezige klanten.</p> |
| Hulpmiddelen | <p>Naast de voor de (sport)activiteit geëigende hulpmiddelen wordt gebruik gemaakt van lesplanningen en trainingsschema's.</p> |

| | |
|--|---|
| Kwaliteit van proces en resultaat | <p>De kwaliteit van het proces en resultaat wordt beoordeeld aan de hand van de volgende factoren:</p> <ul style="list-style-type: none">• Het trainingsprogramma is afgestemd op de beginsituatie en doelstelling(en) van de klant.• Het trainingsprogramma is gebaseerd op de analyse van de beginsituatie en concrete realistische doelen.• Het trainingsprogramma voorziet in evaluatiemomenten en –methoden.• De training / les is in mentaal en fysiek opzicht veilig.• De omgang is klantgericht.• De omgang met klanten geschiedt op correcte wijze.• De regels met betrekking tot hygiëne worden nageleefd.• De regels met betrekking tot de veiligheid worden nageleefd.• De gedrags- en huisregels zijn bij iedereen bekend/ worden aan de klanten kenbaar en duidelijk gemaakt. |
| Keuzes en dilemma's | <p>Het dilemma bij deze kerntaak is:</p> <ul style="list-style-type: none">• Het eventueel afwijken van de gewenste doelstellingen van de klant en de realistische doelstellingen en de mogelijkheden die het centrum en de BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 kunnen bieden om deze doelstellingen te bereiken.• Kosten versus baten van de begeleiding in deze trainingsprogramma's.• Verwachting van de klant en de realistische situatie ten aanzien van aandacht en begeleiding gedurende het programma. |

6.7. WERKPROCES: SPORTTECHNISCH HANDELEN

6.7.1 Kerntaak 3: Begeleidt (sport)testen

| | |
|-----------------------------------|---|
| Proces | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3:</p> <ul style="list-style-type: none">• Beoordeelt of de klant belastbaar genoeg is om de test uit te voeren.• Maakt een relevante keuze uit diverse testmogelijkheden, die door het fitnesscentrum aangeboden kunnen worden.• Neemt de test af.• Maakt een analyse van de testuitslagen.• Weet deze analyse in een voor de klant begrijpelijke taal uit te leggen.• Begeleidt de klant bij (sport)testen.• Houdt rekening met de beleving en ervaring van de klanten.• Richt de testsituatie zo in dat hij de klanten en de test recht doet.• Overlegt indien nodig met een hoger gekwalificeerde medewerker. |
| Rol/ verantwoordelijkheden | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is verantwoordelijk voor:</p> <ul style="list-style-type: none">• De juiste keuze van testen dankzij het juist in kunnen schatten van de belastbaarheid en de doelstellingen van de klant.• De juiste realisatie van de testen.• Het naleven van het testprotocol.• De begrijpelijke uitleg naar de klant.• Geeft, indien aanwezig, sturing en leiding aan de fitnessbegeleider (niv.2). |
| Complexiteit | <p>De technische werkzaamheden van de BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 bestaan uit het toepassen van “standaard” testen.</p> <p>Voor deze kerntaak kunnen de volgende factoren aan de orde zijn:</p> <ul style="list-style-type: none">• De inschatting van de belastbaarheid gebeurt veelal in gespreksvorm en is daarom mede afhankelijk van het interpretatievermogen van de fitnessbegeleider.• Het onderdeel wat getest wordt sluit niet aan bij de wensen/doelstellingen van de klant.• Het testprotocol van het fitnesscentrum is onduidelijk.• Standaardsituaties voldoen niet in (klant)specifieke situaties.• Er bestaat een grote diversiteit in de belevingswereld en de ontwikkeling van de klant.• Het feit dat de test altijd een momentopname is.• De klant kan gevoelig zijn voor het feit dat hij ‘getest’ wordt (bijv. de zogenaamde ‘witte-jassen-bloeddruk’). |
| Betrokkenen | <p>De BFT heeft in de uitvoering van deze taak te maken met de verantwoordelijke fitnesscoördinator, de fitnessbegeleiders (niv. 2) en de klant(en).</p> |

| | |
|--|---|
| Hulpmiddelen | Naast de voor de test geëigende hulpmiddelen wordt gebruik gemaakt van standaard protocollen. |
| Kwaliteit van proces en resultaat | De kwaliteit van het proces en resultaat wordt beoordeeld aan de hand van de volgende factoren: <ul style="list-style-type: none">• De test is relevant voor de doelstellingen van de klant.• De belastbaarheid van de klant is hoog genoeg voor het juist uitvoeren van de test.• De test wordt volgens protocol uitgevoerd.• De omgang is klantgericht.• De omgang met klanten geschiedt op correcte wijze.• De regels met betrekking tot hygiëne worden nageleefd.• De regels met betrekking tot de veiligheid worden nageleefd.• De gedrags- en huisregels zijn bekend en worden nageleefd.• De testuitslag geeft enerzijds de fitnessbegeleider inzicht in de situatie van de klant, maar houdt door een goede analyse en verklaring van de fitnessbegeleider de klant duidelijke informatie over zijn fysieke belastbaarheid en toestand. |
| Keuzes en dilemma's | Het dilemma bij deze kerntaak is: <ul style="list-style-type: none">• Het eventueel afwijken van een "verwachte" uitslag van de test naar aanleiding van onverwachte situaties/omstandigheden.• Verkeerde interpretatie van de belastbaarheid.• Het afwegen van relevantie van de test voor de belastbaarheid en juiste terugkoppeling vanen naar de klant.• Kosten versus baten van de testen. Dit voornamelijk in termen van tijd en materiaalkosten (baten versus kosten). |

6.8. WERKPROCES: ARRANGEREN SPORTOMGEVING

6.8.1 Kerntaak 4: Assisteert bij activiteiten van het fitnesscentrum

| | |
|-----------------------------------|---|
| Proces | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3:</p> <ul style="list-style-type: none">• Is in staat een bijdrage te leveren aan het versterken van het aanbod van het fitnesscentrum.• Geeft aanwijzingen over de inrichting van de trainingssituatie, de keuze van materialen, het onderhoud van trainingsmaterialen en de overige randvoorwaarden.• Zorgt voor de voorbereiding en uitvoering van activiteiten van de organisatie.• Overlegt, evalueert en rapporteert aan diegene die de eindverantwoordelijkheid draagt en werkt samen met andere fitnessbegeleiders. |
| Rol/ verantwoordelijkheden | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is verantwoording schuldig aan zijn werkgever en/of fitnesscoördinator. Indien aanwezig geeft de BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 supervisie aan fitnessbegeleiders (niv. 2).</p> |
| Complexiteit | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 zal inventief moeten zijn om nieuwe activiteiten te ontwikkelen. Voor deze kerntaak kunnen de volgende factoren aan de orde zijn:</p> <ul style="list-style-type: none">• Beperkte financiële middelen.• Organisatorische context vraagt onevenredig veel tijd en aandacht van de BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3.• Beperkte accommodatie en/of een tekort aan materialen en/of slecht/matig onderhoud.• Slechte verhouding tussen kosten en baten. |
| Betrokkenen | <p>De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 heeft in de uitvoering van deze taak te maken met de eindverantwoordelijke, de leiding van het fitnesscentrum, de klant(en), de fitnessbegeleiders (niv. 2) en eventueel aanwezige gasten.</p> |
| Hulpmiddelen | <p>Naast de voor de activiteit geëigende hulpmiddelen wordt bij niet standaard activiteiten gebruik gemaakt van een draaiboek.</p> |

| | |
|--|---|
| Kwaliteit van proces en resultaat | <p>De kwaliteit van het proces en het resultaat wordt beoordeeld aan de hand van de volgende factoren:</p> <ul style="list-style-type: none">• Het fitnesscentrum ondersteunt de plannen van nieuwe of nevenactiviteiten.• De leiding van het fitnesscentrum wordt bij eventuele vragen/knelpunten tijdig geraadpleegd.• De randvoorwaarden zijn bekend.• Suggesties van anderen worden aangehoord/opgepakt.• De juiste materialen zijn op het gewenste moment beschikbaar.• De inrichting van de situatie garandeert een goede uitvoering.• De activiteiten hebben geleid tot het beoogde resultaat, namelijk een bijdrage leveren aan het aanbod van het fitnesscentrum en daarmee bijdragen tot het verhogen van de omzet. |
| Keuzes en dilemma's | <p>Het dilemma bij deze kerntaak is:</p> <ul style="list-style-type: none">• Het wel of niet afwijken van de gecreëerde en/of aangetroffen omstandigheden ten opzichte van de verwachte situatie.• Kosten versus baten van de activiteiten. Dit voornamelijk in termen van tijd en materiaalkosten. |

6.9. WERKPROCES: ARRANGEREN SPORTOMGEVING

6.9.1 Kerntaak 5: Stuurt sporttechnisch kader aan

| | |
|--|---|
| Proces | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3: <ul style="list-style-type: none">• Houdt supervisie en geeft sturing aan fitnessbegeleiders (niv.2).• Draagt bij aan de ontwikkeling van het kader. |
| Rol/ verantwoordelijkheden | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is verantwoording schuldig aan de werkgever en/of fitnesscoördinator. Indien aanwezig geeft de BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 supervisie aan fitnessbegeleiders (niv. 2). |
| Complexiteit | Voor deze kerntaak kunnen de volgende factoren aan de orde zijn: <ul style="list-style-type: none">• De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is onvoldoende toegerust om complexe aansturende situaties het hoofd te bieden.• Het hart van de BFT ligt meer bij andere kerntaken.• Een matig organisatorische context (vanuit het bedrijf).• Onvoldoende professionele ondersteuning. |
| Betrokkenen | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 heeft in de uitvoering van deze taak te maken met de leiding van het fitnesscentrum en de fitnessbegeleiders (niv.2). |
| Hulpmiddelen | Naast de voor de activiteit geëigende hulpmiddelen zijn geen specifieke hulpmiddelen nodig. Incidenteel zal er sprake zijn van een kwaliteits-handboek. |
| Kwaliteit van proces en resultaat | De kwaliteit van het proces en het resultaat wordt beoordeeld aan de hand van de volgende factoren: <ul style="list-style-type: none">• Het juiste interne en externe netwerk is beschikbaar.• De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 geeft adequate aanwijzingen voor de ontwikkeling van de fitnessbegeleiders (niv.2).• De opdrachten en aanwijzingen worden uitgevoerd. |
| Keuzes en dilemma's | Het dilemma bij deze kerntaak is: <ul style="list-style-type: none">• Wel/niet ingrijpen in handelen sporttechnisch kader.• Wel/niet aansluiten op de opleiding.• Belangen afweging eigen taken en handelen in sporttechnisch kader. |

6.10. BEROEPSCOMPETENTIES MET SUCCESCRITERIA

| | |
|---|--|
| Beroepscompetentie (<i>sociaal-communicatieve dimensie</i>) | Begeleiden van klanten De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is in staat op een adequate, respectvolle wijze sporters optimaal en resultaatgericht te begeleiden bij hun sportbeoefening. |
| Succescriteria | |
| Proces | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3: <ul style="list-style-type: none"> • Respecteert de waarden en normen. • Laat de begeleiding aansluiten bij de beginsituatie en de belevingswereld van de klant. • Houdt rekening met gedrags-, veiligheidsregels en hygiëne. |
| Resultaat | De sportuitoefening sluit aan bij de situatie en belevingswereld van de klanten. |

| | |
|---|---|
| Beroepscompetentie (<i>vakmatig methodische dimensie</i>) | Verzorgen van (delen van) trainingen/lessen. De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is in staat op adequate wijze een training/les te verzorgen en te evalueren zodat ze aansluiten bij de wensen en mogelijkheden van de klant en leiden tot de realisatie van de geformuleerde doelstellingen op langere termijn. |
| Succescriteria | |
| Proces | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3: <ul style="list-style-type: none"> • Voert zelfstandig trainingen/lessen uit. • Gaat uit van de beginsituatie en belevingswereld van de klant. • Realiseert geformuleerde doelstellingen op de langere termijn. • Houdt rekening met gedrags- en veiligheidsregels en de (huis)regels van het fitnesscentrum. |
| Resultaat | Juist opgestelde, uitgevoerde en geëvalueerde trainingsprogramma's/lessen. |

| | |
|---|--|
| Beroepscompetentie (<i>ontwikkelingsdimensie</i>) | Begeleiding van (sport)testen De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is in staat om op adequate wijze (sport)testen uit te voeren die recht doen aan de beoordeling van de situatie van de klant. |
| Succescriteria | |
| Proces | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3: <ul style="list-style-type: none"> • Respecteert het testprotocol. |

| | |
|------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Toont met de uitslag van de test de fysieke situatie van de sporter/klant aan. • Beoordeelt de uitslag van de test op de juiste wijze en formuleert de fysieke situatie van de sporter/klant correct waardoor deze uitslag een goede basis is voor het opstellen van een trainingsprogramma/les. |
| Resultaat | Conform het testprotocol uitgevoerde (sport)testen. Klanten en testleiders houden zich aan de regels van het protocol. Vaststellen van de fysieke situatie van de sporter |

| | |
|--|---|
| Beroepscompetentie (bestuurlijk organisatorische en strategische dimensie) | Organiseert activiteiten in het fitnesscentrum. De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is in staat om op adequate wijze een bijdrage te leveren aan het versterken van het aanbod in de vorm van nieuwe of nevenactiviteiten die passen binnen de doelstellingen van het fitnesscentrum. |
| Succescriteria | |
| Proces | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3: <ul style="list-style-type: none"> • Draagt bij tot de samenwerking tussen de leidinggevenden van het fitnesscentrum en de uitvoerende Basis fitnesstrainers (niv. 3) en fitnessbegeleiders (niv. 2) • Ontwikkeld (nieuwe) nevenactiviteiten voor het fitnesscentrum • Zorgt dat de activiteit(en) aansluiten bij de interesses van (potentiële) klanten. • Houdt rekening met de gestelde randvoorwaarden. |
| Resultaat | Versterking van het aanbod van het fitnesscentrum. Nieuwe of nevenactiviteiten. |

| | |
|--|--|
| Beroepscompetentie (ontwikkelingsdimensie) | Aansturen van het sporttechnisch kader. De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is in staat om op adequate wijze fitnessbegeleiders (niv.2) aan te sturen en mee te werken aan de ontwikkeling van het kader. De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3 is in staat om op adequate wijze bij te dragen aan een goed imago van het fitnesscentrum door contacten met andere organisaties en de media goed te onderhouden. |
| Succescriteria | |
| Proces | De BASIS FITNESSTRAINER NIV. 3: <ul style="list-style-type: none"> • Stuurt op inspirerende en passende wijze fitnessbegeleiders (niv. 2) aan. • Ontwikkelt deskundigheid van het kader. |

| | |
|------------------|---|
| Resultaat | Enthousiaste, deskundige fitnessbegeleiders (niv. 2). |
|------------------|---|