

Sportbegeleiding

	vijfde jaar	zesde jaar
Algemene vakken		
Godsdienst	2	2
Aardrijkskunde	1	1
Engels	2	2
Frans	2	2
Geschiedenis	1	1
Natuurwetenschappen	1	1
Nederlands	2	2
Wiskunde	2	2
Richtingspecifieke vakken		
Sport		
Atletiek	1	1
Gymnastiek	1+1*	1
Ritmische en expressieve vorming	1	1
Doelspelen	1	1
Terugslagspelen	1	1
Zwemmen	1+1*	-
Omnisport	-	1
Fit en gezond	1	-
Keuzeproject Hoger redder/ Fitnessbegeleider / Coach4skills**	-	3*
Sport en wetenschap		
Anatomie	2	-
Fysiologie	2	2
Anatomie - onderzoekscompetentie	-	2
Toegepaste psychologie	1	1
Sport en agogisch handelen (incl. werkplekieren en stage)	2	2
Complementaire vakken (*)		
Klasuur	1*	1*
Financieel-economische vorming	-	1*
ICT	1*	-
Project	1*	1*
Totaal	32	32

Stevoortsekiezel 425 | 3512 Hasselt (Stevoort)

Tel. 011 31 15 17 | info@i-mas.be | www.i-mas.be

(**) keuzeproject Hoger redder/Fitnessbegeleider/Coach4skills: de leerlingen kiezen voor één van beide opleidingen.

Hoger redder: als hoger redder speel je een cruciale rol bij het waarborgen van de veiligheid van zwemmers in openbare zwembaden. Dit keuzeproject biedt u een breed aanbod van kennis en vaardigheden in reddingstechnieken, eerste hulp en uitgebreide reanimatietechnieken. Daarnaast krijg je inzicht in veiligheidsprotocollen en leer je functioneren in zwemgelegenheden. De theorie zal omgezet worden in heel wat praktijksessies en simulaties. Na het afleggen van succesvolle examens en praktische proeven zal je een **diploma** van Hoger redder of Basisredder kunnen ontvangen. Hiermee kan je onmiddellijk aan de slag op de werkvloer als jobstudent of als redder in hoofdberoep.

Fitnessbegeleider: je leert fundamentele basiskennis over anatomie, fysiologie en trainingsmethoden om mensen te begeleiden naar een gezondere levensstijl. Dit project biedt een dynamische mix van wetenschap, praktijk en motivatie, waarin je wordt klaargestoomd om anderen te begeleiden en ondersteunen op hun fitnessreis. Je ontvangt **geen diploma maar wel een overzicht van behaalde competenties** die je kan voorleggen bij een sollicitatiegesprek. Het project fitnessbegeleider vormt een goede basis voor het behalen van erkende certificeringen in België zoals bv. fitnesstrainer A of internationale certificeringen zoals NASM (National Academy of Sports Medicine), en ACSM (American College of Sports Medicine). Deze erkende certificeringen kunnen waardevol zijn voor tewerk gesteld te kunnen worden als fitnessinstructeur/ zelfstandig personal trainer in België.

De Coach 4 Skills ontwikkelt brede bewegingsvaardigheden bij kinderen van 6 tot 12 jaar door een gevarieerd bewegingsprogramma uit te werken waarbij 11 bewegingsfamilies evenwaardig aan bod komen.

De Coach 4 Skills brengt deze bewegingsactiviteiten daarbij op een kwalitatieve pedagogisch-didactische manier aan bij de kinderen.

De Coach 4 Skills opleiding is een meerwaarde voor trainers die kinderen extra ontwikkelkansen willen bieden. Dit kan in verschillende contexten. Na de opleiding weet je:

- hoe je een veelzijdig bewegingsaanbod creëert of geeft in o.a. multisportclubs, (omni)sportkampen, sportacademies, buurtsportorganisaties, naschoolse opvang, enz.
- hoe je binnen het unisport-aanbod brede motorische ontwikkeling integreert met als doel om een hoger potentieel te bereiken of drop-out van je sporters tegen te gaan (Active for life).

Het programma bestaat uit volgende modules:

- module 1: Start 2 Coach;
- module 2: Breed motorisch ontwikkelen;
- module 3: Trainingspraktijken en coaching van de 11 bewegingsfamilies;
- module 4: Stage.

Wanneer de leerling geslaagd is op de verschillende modules, behaalt hij/zij een erkend VTS - diploma Coach 4 Skills.