

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*	1
Omnisport	-	1
Fit en gezond	1	-
Differentiatie-uur voetbal/gym/dans**	1*	-
Keuzeproject Hoger redder/ Fitnessbegeleider***	-	3*
Sport en wetenschap		
Anatomie	2	1
Fysiologie	2	2
Sport en (ped)agogisch handelen		
Sport en (ped)agogisch handelen	3	3
Project	-	1*
Complementaire vakken (*)		
Klasuur	1*	1*
Financieel-economische vorming/How to adult?	-	1*
ICT	1*	-
Totaal	32	32

Stevoortsekiezel 425 | 3512 Hasselt (Stevoort)

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

(**) differentiatie-uur: de leerlingen maken een keuze tussen 3 bewegingsdomeinen (voetbal, gymnastiek of dans) om zich hierin te kunnen verdiepen gedurende 1 schooljaar.

Voetbal: de leerlingen verfijnen hun basistechnieken en passen deze toe in spel- en wedstrijdvormen.

Gymnastiek: de leerlingen krijgen de mogelijkheid om basistechnieken te perfectioneren en zich meer te verdiepen in complexere bewegingen van het toestelturnen.

Dans: de leerlingen worden uitgedaagd om hun technische kwaliteiten te verbeteren en maken kennis met verschillende dansstijlen.

(***) keuzeproject Hoger redder/Fitnessbegeleider: 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.

Stevoortsekiezel 425 | 3512 Hasselt (Stevoort)

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