



Standaard

Ervaringsbewijs
fitnessbegeleider (m/v)

Standaard voor het ervaringsbewijs fitnessbegeleider (m/v)

Omschrijving van het beroep:

De fitnessbegeleider begeleidt fitnessbeoefenaars bij het uitvoeren van fitnessoefeningen zodat de fitnessbeoefenaars correct en veilig bewegen en hun doelstellingen bereiken.

Kerncompetenties:

De fitnessbegeleider kan

- Informatie verzamelen
- Een adviesgesprek voeren
- Een trainingsprogramma uitwerken
- Een trainingsprogramma aanleren
- Fitnessbeoefenaars begeleiden
- Fitnessbeoefenaars motiveren
- Omgaan met klanten
- Samenwerken
- Veilig en hygiënisch werken

Algemene informatie:

- Standaardnummer: 07/05
- Categorie: 2
Argumentatie: omwille van de inschatting van de gemiddelde kost van de deelnemers aan de fitnesslessen en het rollenspel
- Brondocument(en): SERV-beroepencluster fitness en groepsfitness (2005), Standards EHFA (European Health and Fitness Sector, 2005)
- Datum advies van de SERV: 14 mei 2008

Informatie verzamelenSuccescriteria:

- Stelt vragen om de wens en de doelstelling van de fitnessbeoefenaar te leren kennen en scherp te stellen
- Luistert naar de wensen, moeilijkheden en/of eerdere ervaringen van de fitnessbeoefenaar
- Peilt aan de hand van een vragenlijst naar de fysieke achtergrond of vooruitgang van de fitnessbeoefenaar
- Meet de conditie van de fitnessbeoefenaar
- Vult de behandelings- en klantgegevens schriftelijk of per computer aan

Een adviesgesprek voerenSuccescriteria:

- Legt uit wat fitness is en wat de fitnessbeoefenaar ervan kan verwachten
- Presenteert de resultaten van de testen aan de fitnessbeoefenaar zodat deze ze begrijpt en gemotiveerd is
- Presenteert het trainingsprogramma aan de fitnessbeoefenaar
- Vraagt het akkoord van de fitnessbeoefenaar over het uit te voeren trainingsprogramma
- Geeft informatie over een gezonde levensstijl (voeding en beweging)
- Wijst een fitnessbeoefenaar door voor medisch advies bij het bereiken van de beroepsgrens

Een trainingsprogramma uitwerkenSuccescriteria:

- Geeft een trainingsprogramma in overeenstemming met het aanbod
- Geeft een oefenschema in overeenstemming met de wensen van de individuele fitnessbeoefenaar
- Geeft een oefenschema in overeenstemming met de capaciteiten van de individuele fitnessbeoefenaar
- Bouwt de oefeningen stap voor stap op in het trainingsprogramma naargelang de doelstellingen, rekening houdend met spiergebruik, functionaliteit en veiligheid
- Plant voldoende hersteltijd tussen trainingssessies
- Contacteert een arts of andere hulpverlener bij specifieke vragen (bijv. hartproblemen, zwangerschap,...)
- Past het programma/de doelstellingen bij gewijzigde omstandigheden aan, eventueel in samenspraak met de behandelende arts

Een trainingsprogramma aanlerenSuccescriteria:

- Demonstreert en legt de werking van de fitnessstoestellen uit zodat de fitnessbeoefenaar het toestel correct en veilig kan bedienen
- Demonstreert en legt de instelling van de fitnessstoestellen uit zodat de fitnessbeoefenaar het toestel aan zichzelf kan aanpassen
- Toont de oefeningen uit het trainingsprogramma met verbale ondersteuning
- Kijkt toe op de uitvoering van de oefening door de fitnessbeoefenaar en corrigeert indien nodig
- Herhaalt de uitleg totdat de fitnessbeoefenaar de oefening correct en veilig uitvoert
- Geeft uitleg over de functionaliteit van de oefening

Fitnessbeoefenaars begeleidenSuccescriteria:

- Verdeelt de aandacht over de verschillende fitnessbeoefenaars indien er geen individuele begeleiding wordt gegeven
- Loopt rond tussen de fitnessbeoefenaars om incorrecte en onveilige uitvoering op te sporen
- Corrigeert de fitnessbeoefenaar fysiek zodat deze de oefening correct en veilig uitvoert
- Corrigeert de fitnessbeoefenaar verbaal zodat deze de oefening correct en veilig uitvoert
- Houdt de fitnessbeoefenaars aan de lestijd, indien van toepassing

Fitnessbeoefenaars motiverenSuccescriteria:

- Bespreekt de voordelen om aan fitness deel te nemen en speelt hierop in
- Identificeert obstakels bij de fitnessbeoefenaars om aan fitness deel te nemen en speelt hierop in
- Geeft de fitnessbeoefenaars positieve feedback bij het uitvoeren van de oefeningen
- Corrigeert fitnessbeoefenaars bij het uitvoeren van de oefeningen zonder te zeggen dat ze de oefening fout doen
- Spoort fitnessbeoefenaars aan om de oefening binnen hun mogelijkheden vol te houden
- Spoort fitnessbeoefenaars aan om de volgende beurten te komen

Toepassingsgebied:

Deze kerncompetentie moet worden beoordeeld tijdens volgende cruciale momenten:

- Een trainingsprogramma aanleren
- De fitnessbeoefenaars begeleiden

Omgaan met klantenSuccescriteria:

- Verwelkomt de fitnessbeoefenaars
- Maakt oogcontact met de fitnessbeoefenaars
- Spreekt duidelijk voor de fitnessbeoefenaars
- Vraagt aan de fitnessbeoefenaars of alles naar wens is/verloopt
- Neemt afscheid van de fitnessbeoefenaars

Toepassingsgebied:

Deze kerncompetentie moet worden beoordeeld tijdens volgende cruciale momenten:

- Een trainingsprogramma aanleren
- De fitnessbeoefenaars begeleiden

SamenwerkenSuccescriteria:

- Houdt zich aan de geldende regels en afspraken van de fitnessclub
- Meldt klachten, vragen of suggesties van fitnessbeoefenaars aan de verantwoordelijke
- Komt uit voor een eigen standpunt
- Luistert naar de inbreng van anderen
- Geeft negatieve opmerkingen nooit in het bijzijn van fitnessbeoefenaars
- Staat open voor feedback van collega's en verantwoordelijke
- Wisselt functionele informatie uit met collega's bij het overnemen van diensten

Veilig en hygiënisch werkenSuccescriteria:

- Controleert de fitnesstoestellen op hun goede werking
- Meldt defecten of problemen met fitnesstoestellen aan de verantwoordelijke
- Reinigt de fitnesstoestellen volgens de hygiënische richtlijnen
- Herinnert fitnessbeoefenaars aan de regels en afspraken van de fitnessclub
- Treedt op bij onveilig gebruik van fitnesstoestellen en fitnessmateriaal
- Dient de eerste zorgen toe bij een gewonde/zieke fitnessbeoefenaar
- Roept de hulp in van de verantwoordelijke of dokter bij een gewonde/zieke fitnessbeoefenaar

Toepassingsgebied:

Deze kerncompetentie moet worden beoordeeld tijdens volgende cruciale momenten:

- Een trainingsprogramma aanleren
- De fitnessbeoefenaars begeleiden

Kennisvereisten:

De kandidaat moet kennis kunnen aantonen van:

- EHBO

Richtlijnen voor de beoordeling

- De beoordeling bestaat uit minstens volgende beoordelingstechnieken:
 - Directe observatie van het proces in een *beroepsrelevante* context.
 - De kandidaat krijgt de opdracht om 2 startende, gezonde fitnessbeoefenaars te begeleiden: één is een niet-sportbeoefenaar, één is een rollenspeler.
 - De kandidaat mag eigen standaard oefenschema's meebrengen en eigen testprocedure bepalen (indien niet mogelijk kan er met het aanwezige materiaal in het testcentrum worden gewerkt)
 - Criteriumgericht interview over het procesverloop
 - Interactieve video voor de kerncompetentie 'fitnessbeoefenaars begeleiden'
 - Kennistest via meerkeuzevragen
- Voor de beoordeling wordt er met een 3-puntenschaal gewerkt. De betekenis van de puntenschaal is de volgende:
 - 1 = het gedrag wordt niet geobserveerd
 - 2 = onzeker over het geobserveerde gedrag
 - 3 = het gedrag wordt geobserveerd
- De duurtijd van de beoordeling bedraagt maximum 4 uur, aaneensluitend, met maximum 30 minuten voorbereidingstijd (eventueel om de toestellen te leren kennen) inbegrepen
- Er kan maximum 1 persoon tegelijk per beoordelaar worden geobserveerd
- In het beoordelingscentrum is het volgende minstens aanwezig:
 - minimum drie verschillende cardio toestellen
 - minimum negen verschillende krachttoestellen
 - handleiding voor de aanwezige toestellen
 - testbatterij voor meting van de conditie en lichaamssamenstelling
 - een set vrije gewichten
 - matjes
- Om als competent beschouwd te worden dient de kandidaat aan te tonen
 - alle kerncompetenties in deze standaard te beheersen
 - volledig te slagen voor de kennisproef

Samenstelling stuurgroep en ontwikkelgroepInterview:

- David Van de Velde - Nike

Ontwikkel- en stuurgroep:

- Hans Bollen – BBF&W, Belgische Beroepsvereniging voor de Fitness- en Wellnessindustrie
- Guéric Bosmans – ABVV
- Eric Decoo – ACLVB
- Erik Defiliet – BBF&W
- Elke De Maegt – BBF&W
- Theo De Rijck - ACV
- Vicky Geeroms – BBF&W
- Katrien Kempnaers – BBF&W
- Farid Kempnaers – BBF&W
- Pierre Peirens – ACV
- Christian Pierar – BBF&W
- Dick Vande Vyvere – BBF&W
- Eric Vandenabeele – BBF&W

Leeswijzer

Deze leeswijzer verduidelijkt de wijze waarop de onderdelen van de standaard dienen gelezen of geïnterpreteerd te worden.

Omschrijving van het beroep

De omschrijving van het beroep in een standaard bestaat uit een weergave van de kernopdracht of de bestaansreden van het beroep, aangevuld met een beschrijving van het resultaat, de wijze waarop of de reden waarom het resultaat moet worden gehaald. De beroepsomschrijving geeft samen met de kerncompetenties een overzicht van de kern van het beroep.

Kerncompetenties

Kerncompetenties zijn die competenties die cruciaal zijn voor het uitoefenen van een bepaald beroep en die het verschil maken tussen een goede en een minder goede beroepsbeoefenaar. Kerncompetenties spelen een doorslaggevende rol bij het uitvoeren van een welbepaalde beroepsactiviteit. Kerncompetenties zijn afgeleid uit het ruimere beroepsprofiel en bestaan in principe uit zowel technische als meer transversale competenties.

Het aantal kerncompetenties is beperkt aangezien de standaard een bruikbaar beoordelingsinstrument moet zijn. **Alle** kerncompetenties moeten door een kandidaat worden beheerst om een ervaringsbewijs te behalen.

Succescriteria

Succescriteria zijn indicatoren die het voor de beoordelaar mogelijk maken om gericht naar een kerncompetentie te kijken. Succescriteria zijn de operationalisering of uitwerking van kerncompetenties in observeerbaar gedrag specifiek per beroep. Het gaat daarbij opnieuw om gedrag dat het verschil maakt tussen een goede en een minder goede beroepsbeoefenaar.

Succescriteria zijn zo gekozen en uitgezuiverd omschreven dat ze allemaal even belangrijk zijn voor de kerncompetentie waartoe ze behoren. De succescriteria zijn richtinggevend voor het beoordelen van het geobserveerde gedrag. Het zijn bakens aan de hand waarvan beoordelaars een uitspraak doen over het beheersen van de kerncompetentie. Wanneer er een richtcijfer in een succescriterium is opgenomen wil dit niet zeggen dat dit exact moet worden nagegaan. Het is een richtcijfer voor de assessoren waarop ze zich bij hun beoordeling moeten oriënteren.

Het aantal succescriteria is in functie van de bruikbaarheid eveneens beperkt.

Toepassingsgebied

Het toepassingsgebied dat bij een bepaalde kerncompetentie wordt vermeld, geeft weer binnen welke context of contexten de kerncompetentie dient te worden beoordeeld. Het toepassingsgebied geeft met andere woorden de context aan waarbinnen de succescriteria moeten worden geobserveerd.

Opmerkingen

In de opmerkingen kan worden verwezen naar documenten, handboeken, die de beoordelaars als achtergrondinformatie kunnen gebruiken.

Kennisvereisten

In sommige gevallen kan een standaard ook bij bepaalde kerncompetenties kennisvereisten bevatten. Dit komt alleen voor wanneer de sector beslist dat de beoordeling van die kerncompetenties ook uit een kennisproef dient te bestaan.

Richtlijnen voor de beoordeling

De richtlijnen voor de beoordeling hebben betrekking op de proeven die moeten worden afgelegd, de beoordelingswijze (soort evaluatie, schalen, scores,...), de maximale duur van een beoordeling,...

Met een beroepsrelevante context wordt een gesimuleerde context bedoeld.

De richtlijnen zijn bindend voor de inhoud en het verloop van de beoordeling en **moeten** door iedere beoordelingsinstantie worden opgevolgd. Dit moet een gelijke en billijke beoordeling van iedere kandidaat garanderen.

Verklarende woordenlijst

Als laatste onderdeel kan een standaard een verklarende woordenlijst bevatten. Begrippen die in de standaard cursief zijn gedrukt, worden in deze woordenlijst verduidelijkt.