



Standaard

Ervaringsbewijs
groepsfitnessbegeleider (m/v)

Standaard voor het ervaringsbewijs groepsfitnessbegeleider (m/v)

Omschrijving van het beroep:

De groepsfitnessbegeleider geeft in groepsverband les in lichaamsbeweging op muziek zodat de fitnessbeoefenaars correct en veilig bewegen en hun doelstellingen bereiken.

Kerncompetenties:

De groepsfitnessbegeleider kan

- Een adviesgesprek voeren
- Een groepsles voorbereiden
- Een groepsles geven
- Fitnessbeoefenaars begeleiden
- Fitnessbeoefenaars motiveren
- Omgaan met klanten
- Veilig werken

Algemene informatie:

- Standaardnummer: 07/06
- Categorie: 2
Argumentatie: Omwille van de inschatting van de gemiddelde kost van de deelnemers aan de groepslessen.
- Brondocument(en): SERV-beroepencluster fitness en groepsfitness (2005), Standards EHFA (European Health and Fitness Association, 2005)
- Datum advies van de SERV: 12 maart 2008

Een adviesgesprek voerenSuccescriteria:

- Geeft uitleg over de verschillende fitnessprogramma's (inhoud, doelstellingen, doelgroep)
- Stelt vragen om de wens en de doelstelling van de fitnessbeoefenaar te leren kennen en scherp te stellen
- Stelt vragen om de paraatheid tot fysieke activiteit in te schatten
- Luistert naar de wensen, moeilijkheden en/of eerdere ervaringen van de fitnessbeoefenaar
- Raadt de fitnessbeoefenaar het volgen van een programma aan of af
- Beantwoordt vragen van fitnessbeoefenaars over veilig en gezond bewegen
- Houdt zich aan de geldende regels en afspraken van de fitnessclub

Kennisvereisten:

De kandidaat moet kennis kunnen aantonen van:

- Intake-gesprek met par-q (physical activity readiness questionnaire)

Een groepsles voorbereidenSuccescriteria:

- Stelt een les samen met oefeningen volgens de doelstellingen van het programma, rekening houdend met spiergebruik, functionaliteit en veiligheid
- Begint de les met een warming-up en eindigt met cooling-down
- Ordent de oefeningen in een lesmoment zodanig dat ze op elkaar aansluiten
- Brengt variatie en uitdaging in de lesopbouw
- Selecteert gepaste muziek voor de doelgroep en voor de activiteit
- Werkt oefeningen uit die bij de capaciteiten van de verschillende fitnessbeoefenaars aansluit
- Bouwt de oefeningen stap voor stap op naargelang de doelstellingen van het programma

Kennisvereisten:

De kandidaat moet kennis kunnen aantonen van:

- Potentieel gevaarlijke oefeningen

Een groepsles gevenSuccescriteria:

- Toont een nieuwe oefening vanuit een zichtbare positie en legt uit
- Herhaalt de uitleg van de oefening
- Geeft strakke, zichtbare cues (aanwijzingen) zodat de fitnessbeoefenaars een voorbeeld hebben bij het bewegen
- Geeft visuele en verbale cues zodat de fitnessbeoefenaars op het ritme blijven bij het bewegen
- Kondigt transities en het einde van oefeningen verbaal en visueel aan
- Houdt zich aan de lestijd

Kennisvereisten:

De kandidaat moet kennis kunnen aantonen van:

- Potentieel gevaarlijke oefeningen

Fitnessbeoefenaars begeleidenSuccescriteria:

- Verdeelt de aandacht over de verschillende deelnemers
- Controleert de fitnessbeoefenaars om incorrecte en onveilige uitvoering op te sporen
- Geeft indien nodig een aanpassing aan een individuele fitnessbeoefenaar terwijl de groep bezig blijft
- Corrigeert de fitnessbeoefenaar fysiek zodat deze de oefening correct en veilig uitvoert
- Corrigeert de fitnessbeoefenaar verbaal zodat deze de oefening correct en veilig uitvoert
- Geeft uitleg over de functionaliteit van de oefening

Fitnessbeoefenaars motiverenSuccescriteria:

- Past stemgebruik aan aan het moment in de les
- Prijst fitnessbeoefenaars bij het uitvoeren van de oefeningen
- Corrigeert fitnessbeoefenaars bij het uitvoeren van de oefeningen zonder te zeggen dat ze de oefening fout doen
- Past de lesinhoud aan de capaciteiten van de deelnemers op het moment aan
- Spoort fitnessbeoefenaars aan om de oefening vol te houden
- Spoort fitnessbeoefenaars aan om naar de volgende lessen te komen

Toepassingsgebied:

Deze kerncompetentie moet worden beoordeeld tijdens volgende cruciale momenten:

- Een groepsles geven
- Fitnessbeoefenaars begeleiden

Omgaan met klantenSuccescriteria:

- Verwelkomt de fitnessbeoefenaars met een glimlach
- Maakt oogcontact met de fitnessbeoefenaars
- Spreekt duidelijk voor de fitnessbeoefenaars
- Maakt een praatje met nieuwe fitnessbeoefenaars zodat ze gerustgesteld zijn
- Vraagt aan de fitnessbeoefenaars of alles naar wens is/verloopt
- Neemt afscheid van de fitnessbeoefenaars met een glimlach en een extra 'boost'

Toepassingsgebied:

Deze kerncompetentie moet worden beoordeeld tijdens volgende cruciale momenten:

- Een groepsles geven
- Fitnessbeoefenaars begeleiden

Veilig werkenSuccescriteria:

- Herinnert fitnessbeoefenaars aan de regels en afspraken van de fitnessclub
- Treedt op bij onveilig gebruik van fitnessmateriaal
- Ziet erop toe dat de fitnessbeoefenaars het materiaal uit het bewegingsgebied opbergen
- Dient de eerste zorgen toe bij een gewonde/zieke fitnessbeoefenaar
- Roept de hulp in van de verantwoordelijke of dokter bij een gewonde/zieke fitnessbeoefenaar
- Past de lesinhoud aan de omgevingsomstandigheden aan

Toepassingsgebied:

Deze kerncompetentie moet worden beoordeeld tijdens volgende cruciale momenten:

- Een groepsles geven
- Fitnessbeoefenaars begeleiden

Kennisvereisten:

De kandidaat moet kennis kunnen aantonen van:

- EHBO

Richtlijnen voor de beoordeling

- De beoordeling bestaat uit volgende beoordelingstechnieken:
 - Directe observatie van het proces in een *beroepsrelevante* context
 - De kandidaat krijgt de opdracht om een groepsles voor te bereiden en nadien deze groepsles te geven op muziek
 - De karakteristieken zijn:
 - een groepsles met minstens vijf deelnemers
 - de groepsles duurt minimum 40 minuten
 - de voorbereiding van de groepsles mag maximum 1 uur bedragen
 - de kandidaat selecteert de te gebruiken muziek uit de aanwezige muziek in het testcentrum
 - Rollenspel voor de competentie 'een adviesgesprek voeren'
 - Criteriumgericht interview over het procesverloop
 - 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 3 uur, aaneensluitend, met maximum 15 minuten introductietijd inbegrepen
- Er kan maximum 1 persoon tegelijk per beoordelaar worden geobserveerd
- In het beoordelingscentrum is het volgende minstens aanwezig:
 - muziekkeuze met verschillende beats per minuut
 - muziekinstallatie met pitch-control
 - draadloze headset
 - spiegelmuur
 - aangepaste vloer
 - minimum 50 m² vloeroppervlakte
 - matjes (1 per deelnemer)
 - de deelnemers voor de groepsles zijn reeds in het testcentrum aanwezig
- Om als competent beschouwd te worden dient de kandidaat aan te tonen:
 - alle kerncompetenties in deze standaard te beheersen
 - de opdracht binnen de voorziene tijd volledig af te werken
 - volledig te slagen voor de kennisproef

Samenstelling stuurgroep en ontwikkelgroepInterviews:

- Els Lobbedey - Pilatels
- David Van de Velde - Nike

Ontwikkel- en stuurgroep:

- Erik Decoo – ACLVB
- Farid Kempnaers – BBF&W, Belgische Beroepsvereniging voor de Fitness- en Wellnessindustrie
- Els Lobbedey – BBF&W
- Katia Pauwels – BBF&W
- Pierre Peirens – ACV
- Christian Pierar – BBF&W
- René Van Cauwenberghe – ABVV
- David Van de Velde – BBF&W
- Karen Van Vaerenbergh – BBF&W
- Eric Vandenabeele – BBF&W
- Walter Withof – 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.