



Vindt u het ook belangrijk dat ouderen zo lang en zo optimaal mogelijk zelfstandig blijven functioneren? En wilt u graag een rol spelen bij de begeleiding van deze ouderen, zodat zij op een verantwoorde manier, zowel lichamelijk als geestelijk en sociaal, zich hierop voorbereiden? Heeft u een positieve instelling en een sterke affiniteit met deze doelgroep? Meld u dan aan voor de opleiding leider Seniorensport. Hier leert u hoe u aan zowel fitte senioren met beginnende ouderdomsmotoriek als aan minder fitte senioren les kunt geven in diverse vormen van bewegen.

## Opbouw van de opleiding

Aan het begin van de opleiding Seniorensport beschrijven we uw Eerder Verworven Competenties (EVC) en stellen we persoonlijk ontwikkelingsplan (POP) op. Vervolgens is de opleiding opgebouwd uit diverse workshops:

- Algemene inleiding in de seniorensport
- Didactiek /methodiek - theorie en praktijk, muziek en bewegen
- Gezondheidskundige aspecten van het ouder worden
- Psychosociale aspecten
- Omgaan met groepen
- Organisatie en publiciteit

Bij deze workshops is het leren lesgeven steeds een belangrijk aandachtspunt. Voor een aantal cursusonderdelen worden gastdocenten ingezet. De meeste vakonderdelen worden door de vaste cursusleider verzorgd. Per week zijn er 3 contacturen gedurende 20 weken. De cursisten worden wekelijks op de hoogte gebracht van het exacte programma middels e-mail of via een, met de groep afgesproken, kanaal. Iedere cursist verzorgt een presentatie.

## Stage

De stageperiode omvat 30 uur bij minimaal 2 verschillende groepen of op 2 verschillende adressen. Deze stageplaatsen zoekt u zelf. Na een observatie start u zelf met lesgeven aan de verschillende groepen senioren. De activiteiten van deze stage houdt u bij in een voortgangsrapportage. Dit wordt een belangrijk document voor uw praktijkexamen 'lesgeven'. Uw stage vindt meestal overdag plaats. De cursus wordt afgerond met een examen in de vorm van een Proeve van Bekwaamheid.

## Verplichtingen

Er zijn tijdens de cursus een aantal verplichtingen waaraan u moet voldoen:

- Minimaal 90% aanwezigheid tijdens theorie en praktijkbijeenkomsten
- Uitwerken van opdrachten in een portfolio
- Minimaal 30 uur stage
- Het organiseren van een evenement.

## Cursusduur en afsluiting

Seniorensport wordt gegeven in blokken / stageperiodes van ongeveer 7 weken. Aan het eind van de 20 weken is er een officieel examen en kunt u een landelijk erkend diploma halen in een zelf gekozen sportcontext. Per week krijgt u op de dinsdagavond van 19.00 - 21.00 uur 3 uren theorie en/of praktijk.

## Diploma en dan

De verwachting is dat de vraag naar sportbegeleiding van deze snelgroeïende groep steeds groter wordt. Parttime werken is juist in deze richting heel goed mogelijk. De trainingen en lessen die u geeft aan senioren zijn bijna altijd overdag.

## Cursusplaats en -tijden

De cursus vindt plaats bij het Instituut voor Sportstudies. De exacte leslocatie wordt na aanmelding via de mail kenbaar gemaakt.

## Kosten

De kosten voor deelname aan de cursus Seniorensportleider bedraagt € 375,-. Dit bedrag is inclusief studiemateriaal, zoals een cursusboek.

## Inschrijving

U kunt zich inschrijven door een mail te sturen naar: [sportstudies@org.hanze.nl](mailto:sportstudies@org.hanze.nl). De cursus gaat door bij minimaal 15 deelnemers.



### Informatie:

Lysbet Faber

T: 0652639268

E: [l.n.heeres@fcroc.nl](mailto:l.n.heeres@fcroc.nl)

**share your talent.  
move the world.**