



## ONDERSTEUNEN BIJ SPORT- EN BEWEGINGSACTIVITEITEN

---

## COLOFON

---

Boom beroepsonderwijs  
info@boomberoepsonderwijs.nl  
www.boomberoepsonderwijs.nl

Auteur(s): Céline Lecluse, Marjel Lecluse-Dielen  
Inhoudelijke redactie: Ingrid Koops

Titel: Ondersteunen bij sport- en bewegingsactiviteiten  
ISBN: 978 90 372 6161 5, maakt deel uit van 978 90 372 6160 8  
1e druk/1e oplage

Bronvermelding: Remy van Eijdsen, Elvin Boer/MAX, barbsimages / Shutterstock.com, \_\_\_\_\_ / Shutterstock.com, C. Welman / Shutterstock.com, Laurens Jobse / Shutterstock.com, Niels Huneker, katatonია82 / Shutterstock.com, Omroep Max Nederland in beweging

© Boom beroepsonderwijs 2022

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprerecht ([www.reprecht.nl](http://www.reprecht.nl)). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.stichting-uvo.nl](http://www.stichting-uvo.nl)).

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Door het gebruik van deze uitgave verklaart u kennis te hebben genomen van en akkoord te gaan met de specifieke productvoorwaarden en algemene voorwaarden van Boom beroepsonderwijs, te vinden op [www.boomberoepsonderwijs.nl](http://www.boomberoepsonderwijs.nl).

# INHOUD

---

	<b>Sportcentrum Olympus .....</b>	<b>5</b>
<b>Taak 1</b>	<b>Kennismaken met de sportsector .....</b>	<b>5</b>
<b>Taak 2</b>	<b>Sport stimuleren .....</b>	<b>8</b>
<b>Taak 3</b>	<b>Veiligheid creëren .....</b>	<b>16</b>
<b>Taak 4</b>	<b>Kindersport begeleiden .....</b>	<b>24</b>
<b>Taak 5</b>	<b>Vorbereiden op de toets .....</b>	<b>33</b>
<b>Taak 6</b>	<b>Begrippentrainer .....</b>	<b>33</b>
	<b>Veilig en gezond sporten .....</b>	<b>34</b>
<b>Taak 1</b>	<b>Kennismaken met veilig en gezond sporten .....</b>	<b>34</b>
<b>Taak 2</b>	<b>Een nieuwe klant adviseren .....</b>	<b>39</b>
<b>Taak 3</b>	<b>Voorkomen is beter dan genezen .....</b>	<b>49</b>
<b>Taak 4</b>	<b>Assisteren bij de warming-up .....</b>	<b>55</b>
<b>Taak 5</b>	<b>Assisteren bij de cooling-down .....</b>	<b>60</b>
<b>Taak 6</b>	<b>Vorbereiden op de toets .....</b>	<b>64</b>
<b>Taak 7</b>	<b>Begrippentrainer .....</b>	<b>64</b>
	<b>Sporten: een uitdaging! .....</b>	<b>65</b>
<b>Taak 1</b>	<b>Kennismaken met het trainen van doelgroepen .....</b>	<b>65</b>
<b>Taak 2</b>	<b>Metten is weten .....</b>	<b>67</b>
<b>Taak 3</b>	<b>Motivatie ondersteunen .....</b>	<b>77</b>
<b>Taak 4</b>	<b>Trainen op niveau .....</b>	<b>81</b>
<b>Taak 5</b>	<b>Rekening houden met verschillen .....</b>	<b>89</b>
<b>Taak 6</b>	<b>Vorbereiden op de toets .....</b>	<b>97</b>
<b>Taak 7</b>	<b>Begrippentrainer .....</b>	<b>98</b>

	<b>Sporttoernooi organiseren .....</b>	<b>99</b>
<b>Taak 1</b>	<b>Sporttoernooi organiseren .....</b>	<b>99</b>
<b>Taak 2</b>	<b>Een plan voor het sporttoernooi maken .....</b>	<b>105</b>
<b>Taak 3</b>	<b>Vorbereidingen treffen .....</b>	<b>108</b>
<b>Taak 4</b>	<b>Het toernooi uitvoeren .....</b>	<b>110</b>
<b>Taak 5</b>	<b>Terugkijken op het toernooi .....</b>	<b>112</b>
<b>Taak 6</b>	<b>Vorbereiden op de toets .....</b>	<b>114</b>
<b>Taak 7</b>	<b>Begrippentrainer .....</b>	<b>115</b>



# Sportcentrum Olympus

## TAAK 1

### KENNISMAKEN MET DE SPORTSECTOR

---

#### Opdracht 1 De leerdoelen

Lees de leerdoelen.

In deze taak:

1. brainstorm je met een groep over de sportsector.

In deze taak leer je:

1. welke werkzaamheden er in de sportsector zijn
2. terugkijken hoeveel jij bewoog toen je op de basisschool zat.

#### Opdracht 2 Werken als sport- en bewegingsbegeleider

Met een opleiding sport en bewegen kun je op veel plekken werken.





Bekijk **Film Sport- en bewegingsleider.**

a. De stagiair begint in het zwembad met voorbereiden. Welke werkzaamheden zijn dat?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

b. Wat mag de stagiair zelfstandig uitvoeren? \_\_\_\_\_

c. Met welke doelgroepen werkt de stagiair?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

d. Wat bespreekt de stagiair met de ouders van de kinderen?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_



e. Waar kun je met deze opleiding nog meer werken? Bekijk de foto's en bedenk ook andere mogelijkheden.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_



### Opdracht 3 Van jongs af aan actief



a. Vind jij dat je veel bewoog en/of sportte toen jij op de basisschool zat? Leg je antwoord uit.

---

---

b. Welke activiteiten deed jij buiten waarbij je veel bewoog? Geef twee voorbeelden.

1. 

---
2. 

---

c. Zat jij op een sport toen jij op de basisschool zat? Zo ja, welke sport?

---

---

- d. Vind jij dat jouw familie veel sportte toen jij op de basisschool zat? Leg je antwoord uit.

---

---

---

---



DOEN

### Opdracht 4 Brainstormen

Werk in viertallen. Er is veel te vertellen over de sportsector. Welke begrippen in de sport kennen jullie?

- Eén iemand in de groep pakt 1 A4-vel en een pen. Deze leerling schrijft de brainstorm op.
- Zet een wekker op vijf minuten.
- Om de beurt zegt een iemand een woord dat te maken heeft met de sportsector.
- Probeer met je groep in vijf minuten zo veel mogelijk woorden te verzamelen.
- Tel het aantal woorden.

Mijn groep had \_\_\_\_\_ woorden.



## TAAK 2 SPORT STIMULEREN

### Opdracht 1 De leerdoelen

Lees de leerdoelen.

In deze taak:

- stel je een overzicht op van sportcentra in de buurt
- bedenk je een sportevenement
- stel je spelschema's op
- maak je een poster om deelnemers te werven.

In deze taak leer je:

- feedback geven en ontvangen
- welke organisatiesystemen of spelschema's je kunt gebruiken.

## Opdracht 2 Sportcentrum Olympus

a. Lees de tekst en bekijk de tekening.

Sportcentrum Olympus beheert gymzalen en sporthallen en geeft sportlessen aan verschillende doelgroepen. Er werken bijna 60 mensen fulltime of parttime en er zijn stagiaires. Op de hoofdlocatie van Olympus liggen de overdekte kunstijsbaan, de fitnesszaal, het 50-meterzwembad, de squashbanen en de klimmuur. Daarbij horen verschillende faciliteiten zoals een praktijk voor sportfysiotherapie, vergaderzalen en horecavoorzieningen.



In deze lesbrief help jij sportcoördinator Chris, die de opleiding coördinator buurt, onderwijs en sport heeft gevolgd. Chris is op zijn werk bezig sport voor verschillende doelgroepen te stimuleren. Hij wil samen met jou onderzoeken hoe je sporten meer onder de aandacht kunt brengen bij kinderen. Daarnaast help je sport- en bewegingsleider Judith. Zij richt zich op sportlessen voor kinderen en zwemtrainingen.

b. Welke sporten kun je doen bij Olympus?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_



c. Welke faciliteiten biedt Olympus nog meer aan?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

d. Wie ga jij helpen bij Olympus? Geef de functie en de naam.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

e. Wat zijn jouw taken?

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



DOEN

### Opdracht 3 Sportcentra in kaart brengen



Je helpt Chris op het kantoor van de afdeling Sportstimulering. Deze afdeling wil zorgen dat meer mensen gaan sporten. Chris richt zich op kinderen. Hij vraagt je ideeën op te doen voor sportactiviteiten door bij jou in de buurt te kijken naar sportcentra.

a. Zoek vijf sportcentra op in de provincie waar jij woont. Zoek bijvoorbeeld in de gemeentegids of op internet.

b. Vul de tabel in:

- Vul in de eerste kolom van de tabel de naw-gegevens in van deze sportcentra.
- Zet in de tweede kolom welke sporten deze sportcentra aanbieden.
- Voor welke doelgroepen bieden de sportcentra sporten aan? Vul in kolom 3 in: kinderen, tieners, volwassenen of senioren. Per sportsoort kunnen dit meerdere doelgroepen zijn.