



Aanbod Moving Switch



Opleiding Leider Sportieve Recreatie

Deze NOC NSF erkende opleiding is mogelijk op niveau 1, 2 en 3.

Je leert voor een groep staan en deze actief te houden met sport en spel activiteiten. Na het succesvol volgen van de opleiding ben je in staat om op een verantwoorde, eigentijdse en stimulerende manier leiding te geven aan groepen en/of individuen in de recreatiesport.

Tevens kan je met dit diploma bij een aantal ROC's aan de opleiding Sport & Bewegen beginnen en een aantal vrijstellingen krijgen.

Onderdelen van de LSR opleiding:

- Kennis en vaardigheden (pedagogisch, didactisch en organisatorisch) om verantwoorde manier:
 - Te kunnen assisteren bij het begeleiden van recreatieve sporters (niveau 1 & 2)
 - Zelfstandig recreatieve sporters te begeleiden (niveau 3)
- Organiseren (niveau 3) of assisteren bij de organisatie (niveau 1 & 2) van kleine en grote evenementen
- Kennis over het menselijk lichaam (biologie, anatomie, fysiologie)
- Kennis en vaardigheden m.b.t. EHBSO (eerste hulp bij sportongevallen)
- Eigen vaardigheid in diverse sporten, spelvormen en bewegingsactiviteiten
- Praktijkervaring op doen in verschillende werkvelden door stages bij sportclubs, scholen, buurtsportprojecten, etc.
- Samenwerken met andere begeleiders / vrijwilligers (niveau 1 & 2) en aansturen van begeleiders / vrijwilligers (niveau 3) bij activiteiten
- Leren evalueren en reflecteren
- De opleiding wordt afgesloten met portfolio opdrachten en een praktijkles

Ondanks dat de opleidingen gericht zijn op een diploma in de (recreatie)sport- of fitnessbranche zijn de vaardigheden die worden aangeleerd essentieel voor elke (vervolg) opleiding of werkplek!



Fitness opleidingen

De opleidingen Assistent Fitnesstrainer, Fitnesstrainer A en Fitnesstrainer B zijn erkend door NL Actief.

Onderdelen van de fitnessopleidingen:

- De Fitnessbranche: gastheerschap en klantbegeleiding
- Eigen vaardigheid in diverse fitness disciplines, apparatuur en oefenvormen
- Trainingsleer
- Testen en meten
- Anatomie, fysiologie en biomechanica
- Voeding en sport
- Dopingpreventie

De fitnessopleidingen worden afgesloten met portfolio opdrachten en een praktijkles.



Boksfitness opleidingen

De opleiding Boksfitnesstrainer wordt gecertificeerd door SportFlow Opleidingen.

De opleiding Boksfitnesstrainer bestaat uit de onderdelen:

- Eigen vaardigheid in (kick)boksen als fitnesssonderdeel
- Leren lesgeven in (kick)boksen als fitnesssonderdeel
- Organiseren van een training boksfitness aan verschillende doelgroepen

Vaardigheden voor de rest van je leven!



Bewegen, in beweging brengen, leren door zelf in beweging te komen, leren anderen te bewegen. Beweging zet je aan, verandert je richting, ontwikkel jezelf, benut je kwaliteiten, schakel naar toekomstgericht denken, je kan nog veel bereiken.

Moving Switch zet bewegen, sport, plezier, educatie in als middel om (jonge) mensen zich te laten ontwikkelen. Kwaliteiten te ontdekken en te gebruiken om je leven nog beter op orde te krijgen. Voorbereiding op een opleiding, vaardigheden voor op een werkplek, ontwikkeling van 21st century skills.

Moving Switch biedt opleidingen aan op maat! Geen standaard opzet, altijd aangepast aan de doelgroep en doelstelling. Tevens bieden we begeleiding voor de deelnemers om naast een diploma een goede persoonlijke ontwikkeling door te maken.

Moving Switch heeft jarenlange ervaring binnen (jeugd)zorg, gemeentes, projecten, praktijkscholen, etc. Met de opdrachtgever overleggen we welke opleiding(en) en welke werkwijze het beste aansluit bij de doelstelling.

We komen graag met u in contact om een project op maat samen te stellen!

Moving Switch is opgericht door Korien Anita & Erik Timmerman

Voor meer informatie en contact:
www.movingswitch.nl
info@movingswitch.nl