

ADAPTATION

LEARN. TRAIN. PERFORM.

Onderwijs- en Examen Regeling

Behorende bij de opleiding: Trainer Strength & Conditioning Basic
Van toepassing op ingeschreven cursisten cursusjaar 2020-2021

© Copyright ADAPTATION

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, geluidsband, elektronisch of op welke andere wijze dan ook en evenmin in een retrieval systeem worden opgeslagen zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van ADAPTATION

Inhoudsopgave

1. Overzicht examinering opleiding Trainer Strength & Conditioning Basic p. 3
2. Uitwerking examinering opleiding Trainer Strength & Conditioning Basic p. 4
3. Procedures en Opdrachten Trainer Strength & Conditioning Basic p. 5
4. Beoordelingsprotocollen en instrumenten Trainer Strength & Conditioning Basic p. 13
5. Statuut examenraad p. 27
6. Examenreglement p. 28

1. Overzicht examinering Trainer Strength & Conditioning Basic

In onderstaand overzicht, tabel 1, wordt gepresenteerd wanneer de opleiding trainer Strength & Conditioning Basic is afgerond. Het gaat dan over de eisen, vorm en normering van theorie, stage, examinering en het portfolio.

Tabel1: Eisen opleiding Strength & Conditioning Basic 2020-2021				
	Theorie (voorwaardelijk)	Stage	Examen	Portfolio (voorwaardelijk)
Wat	Schriftelijk examen	Stage	Praktijkexamen	Opdrachtenportfolio
Hoe	Meerkeuze	50 uur	Training 30 min + reflectie	Beoordeling
Score	V - O	V - O	V - O	V - O
Norm	V	V	V	V

Om toegelaten te worden tot het examen gelden de volgende eisen:

- Ingeschreven en betaald;
- Minimaal 18 jaar;
- Voldaan aan eisen en uitgangspunten beschreven in deze OER;
 - Contacttijd gerealiseerd
 - Stage gerealiseerd
 - Voldaan aan praktijkopdrachten uitgewerkt in een persoonlijk portfolio
 - Maken van een training
 - Maken van een trainingsschema
 - Verzorgen groepsles/training
 - Werken in een sportorganisatie (stage)

2. Uitwerking examinering opleiding Trainer Strength & Conditioning Basic

- De examens van S&C Basic bestaan zoals uit bovenstaand overzicht blijkt uit vier onderdelen:
 - Een theorie-examen,
 - Het aanleggen van een portfolio
 - Afsluiten van een praktijkstage
 - Een praktijkexamen,
- Om het bijbehorende diploma te verkrijgen, moeten alle vier de onderdelen met een voldoende worden afgerond. Daarbij geldt dat het met een voldoende afronden van het theorie-examen en het portfolio voorwaarde is om deel te mogen nemen aan het afsluitende praktijkexamen.

2.1 Theorie-examen

- Het theorie-examen is een schriftelijke toets, bestaande uit 30 meerkeuze (ABCD) vragen. Er moet minimaal een 5,5 (op een schaal van 1-10) worden gescoord, hetgeen in de praktijk overeenkomt met maximaal 10 fout beantwoorde vragen. De lesstof voor het theorie-examen is samengevoegd in al het materiaal wat gebruikt wordt in de opleiding.
- Deelnemers hebben recht op 1 (gratis) herkansing in geval van een onvoldoende beoordeling.

2.2 Portfolio

- Dit examenonderdeel betreft de beoordeling van een door de examenkandidaat aangelegd portfolio. Dit portfolio wordt opgebouwd aan de hand van verschillende deelopdrachten, die zijn uitgereikt zijn tijdens de opleiding. De opdrachten zijn gebaseerd op praktijksituaties en worden uitgevoerd in de stage, eigen praktijk of tijdens de opleiding.
- Het portfolio wordt kwantitatief beoordeeld op compleetheid en kwalitatief op het juiste gebruik van kennis, vaardigheden, attitude, procedures en processen zoals beschreven per opdracht.
- Deelnemers hebben recht op 1 (gratis) herbeoordeling van het portfolio in geval van een onvoldoende beoordeling.

2.3 Praktijkstage

- Dit examenonderdeel betreft de beoordeling van een stagebegeleider op de door de examenkandidaat gelopen stage. Deze stage duurt minimaal 50 uur waarin de kandidaat minimaal 3 trainingen/trainingsonderdelen verzorgd heeft volgens de door de opleiding aangereikte methodiek. Verder heeft de kandidaat een voldoende beoordeling op zijn/haar rol als "medewerker stagebedrijf"
- De stage wordt georganiseerd door de kandidaat. De begeleider is opgeleid op minimaal MBO, niveau 4 en heeft relevante ervaring.

2.4 Praktijkexamen (eindexamen)

- Zijn bovengenoemde examenonderdelen door een kandidaat met een voldoende afgesloten, dan krijgt deze toegang tot het laatste onderdeel: het praktijkexamen. Dit betreft het geven van een les / training aan drie tot zes deelnemers. De les wordt vooraf voorbereid op een lesvoorbereidingsformulier, dat vooraf goedgekeurd moet zijn.
- Dit onderdeel is voltooid als het praktijkexamen door een examinerator is beoordeeld met een voldoende, aan de hand van het geldende beoordelingsprotocol.
- Deelnemers hebben recht op 1 (gratis) herkansing in geval van een onvoldoende beoordeling.

3. Procedures en Opdrachten Trainer Strength & Conditioning Basic

3.1 Theorie-examen

- Voorafgaand aan het examen:
 - Deelnemers dienen op het vermelde tijdstip aanwezig te zijn bij de examenlocatie.
 - Deelnemers mogen alleen een pen meenemen tijdens de uitvoering van het examen.
 - Deelnemers tekenen voor ontvangst van het examen, poging 1 of 2.
- Tijdens het examen:
 - Deelnemers dienen het examen alleen en in stilte te maken.
 - Deelnemers hebben maximaal 60 minuten de tijd om het examen te maken.
- Na het examen:
 - Deelnemers dienen het scoreformulier in te leveren bij de begeleiding.
 - Deelnemers ontvangen binnen 1 week de uitslag van het examen.

3.2 Portfolio

- Dit examenonderdeel betreft de beoordeling van een door de examenkandidaat aangelegd portfolio. Dit portfolio wordt opgebouwd aan de hand van verschillende deelopdrachten, die zijn uitgereikt zijn tijdens de opleiding. De opdrachten zijn gebaseerd op praktijksituaties en worden uitgevoerd in de stage, eigen praktijk of tijdens de opleiding.
- Het portfolio wordt kwantitatief beoordeeld op compleetheid en kwalitatief op het juiste gebruik van kennis, vaardigheden, attitude, procedures en processen zoals beschreven per opdracht.
- Deelnemers hebben recht op 1 (gratis) herbeoordeling van het portfolio in geval van een onvoldoende beoordeling.

3.2.1. Portfolio opdrachten

Tijdens de opleiding werkt de deelnemer aan minimaal 4 opdrachten (werkprocessen) die beoordeeld worden in de stagepraktijk door de stagebegeleider. De opdrachten zijn:

1. Maken van een training;
2. Maken van een trainingsschema;
3. Verzorgen groepsles/training;
4. Werken in een sportorganisatie (stage).

De opdrachten worden hieronder verder uitgewerkt inclusief de beoordelingsprotocollen t.b.v. de stagebegeleider:

Portfolio opdracht 1: voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een conditietraining.

Opdracht 1 bestaat uit het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een conditietraining. De training wordt uitgevoerd voor minimaal 1 deelnemer op het stageadres.

De training dient trainingskundig inhoudelijk opgebouwd te zijn volgens de inhoud van het onderstaande model (tabel 1). In dit model zijn 2 voorbeeld trainingen beschreven.

De didactisch inhoudelijke opbouw dient te geschieden volgens het lesvoorbereidingsformulier (tabel 2)

Tabel 1: trainingskundig inhoudelijke opbouw (voorbeeld)		
Training	Uithoudingsvermogen training	Krachttraining
Trainingsdoel	Verbeteren van het: algemeen aerob dynamisch uithoudingsvermogen	Verbeteren van de: Algemene explosieve kracht
Trainingseffect	<ul style="list-style-type: none"> • Hypertrofie hart • Vergroting longcapaciteit • Toename bloedvolume • Rekruterings ST vezels • Aerob metabolisme 	<ul style="list-style-type: none"> • Activering neuromusculair systeem • Vergroting F-max • Rekruterings motorunits • Rekruterings FT vezels • Anaerob a-lactisch metabolisme
Trainingsmethode	Duurmethode	Herhalingsmethode
Trainingsmiddel	Intensieve duurloop	Zeer korte krachtintervallen
Belastingcomponenten:		
prikkelintensiteit	80/85% - HF max/VO2 max	60 tot opbouwend 100% F max
prikkelduur	45 minuten	1 training
prikkelomvang	ca 10-12 km	2-6 series 1-6 herhalingen
prikkeldichtheid	Geen	3-4 minuten
prikkelfrequentie	2-3 x per week	1 (max 2) x per week
Oefenvormen:		
oefening/oefenvorm 1	Hardlopen	Powerclean
oefening/oefenvorm 2		Snatch
oefening/oefenvorm 3		4-6 weighted high jumps
testen/meten		
	Coopertest HF Max VO2-max	Maximale kracht Sprong/counter movement Versnellingsvermogen

Tabel 2: didactisch inhoudelijk opbouw m.b.v. het lesvoorbereidingsformulier

Lesvoorbereidingsformulier: voorblad

Lesvoorbereiding- en Evaluatie formulier	naam:	Klas:	Evaluatie	Terugkoppeling naar nieuwe beginsituatie.
	datum:			
Les- / trainingsopdracht:		1. proces-evaluatie lesgeven:		
Doelstelling lange termijn:				
Les- / trainingsdoelstelling:		2. product-evaluatie lesgeven:		
Beginsituatie	Consequentie voor de les / training			
. groep:				
. individuele sporter:				
. lesgever:				
. randvoorwaarden / overige:				

Lesvoorbereidingsformulier: achterblad

Doel van de bewegingsvorm / activiteit	Bewegingsvorm / activiteit	Organisatie	Begeleiding / didactische werkvormen

Portfolio opdracht 2: ontwerpen, ontwikkelen en evalueren van een trainingsschema.

Opdracht 2 bestaat uit het ontwerpen, ontwikkelen, beoordelen en evalueren van een trainingsschema. Dit schema bestaat uit een periode van 4-6 weken met gemiddeld 3 trainingseenheden per week, een zogenaamde mesocycclus.

Je mag op basis van een persoonlijk trainingsdoel en/of leerdoel het trainingsschema voorbereiden en uitvoeren voor jezelf of een deelnemer van je stageadres.

De training dient opgebouwd te zijn volgens het onderstaande model (tabel 3), inclusief testen en meten.

Tabel 3:					
Doelstelling					
Bijzonderheden deelnemer					
Trainingsdoelen					
Trainingseffecten					
Trainingen	1	2	3	4	5
week					
dag					
...dag	Test/meting	Training 3	Training 6	Training 9	Training 12
...dag	Training 1	Training 4	Training 7	Training 10	Training 13
...dag	Training 2	Training 5	Training 8	Training 11	Test/meting

Iedere training dient te worden uitgewerkt volgens het trainingskundig inhoudelijke model van:

1. Trainingdoel
2. Trainingseffect
3. Trainingsmethode
4. Trainingsmiddel
5. Belastingcomponenten
 - a. Prikkelintensiteit
 - b. Prikkelomvang
 - c. Prikkeldichtheid
 - d. Prikkelduur
 - e. Prikkelfrequentie
6. Oefenvormen

Portfolio opdracht 3: voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een groepstraining.

Opricht 3 bestaat uit het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een conditietraining aan een groep van minimaal 6 deelnemers van het stageadres.

De groepstraining dient trainingskundig inhoudelijk opgebouwd te zijn volgens de inhoud van het onderstaande model (tabel 1). In dit model zijn 2 voorbeeld trainingen beschreven.

De didactisch inhoudelijke opbouw dient te geschieden volgens het lesvoorbereidingsformulier (tabel 2).

Tabel 1: trainingskundig inhoudelijke opbouw (voorbeeld)		
Training	Uithoudingsvermogen training	Krachttraining
Trainingsdoel	Verbeteren van het: algemeen aerob dynamisch uithoudingsvermogen	Verbeteren van de: Algemene explosieve kracht
Trainingseffect	<ul style="list-style-type: none"> • Hypertrofie hart • Vergroting longcapaciteit • Toename bloedvolume • Rekruterings ST vezels • Aerob metabolisme 	<ul style="list-style-type: none"> • Activering neuromusculair systeem • Vergroting F-max • Rekruterings motorunits • Rekruterings FT vezels • Anaerob a-lactisch metabolisme
Trainingsmethode	Duurmethode	Herhalingsmethode
Trainingsmiddel	Intensieve duurloop	Zeer korte krachtintervallen
Belastingscomponenten:		
prikkelintensiteit	80/85% - HF max/VO2 max	60 tot opbouwend 100% F max
prikkelduur	45 minuten	1 training
prikkelomvang	ca 10-12 km	2-6 series 1-6 herhalingen
prikkeldichtheid	Geen	3-4 minuten
Prikkelfrequentie	2-3 x per week	1 (max 2) x per week
Oefenvormen:		
oefening/oefenvorm 1	Hardlopen	Powerclean
oefening/oefenvorm 2		Snatch
oefening/oefenvorm 3		4-6 weighted high jumps
Testen/meten		
	Coopertest HF Max VO2-max	Maximale kracht Sprong/counter movement Versnellingsvermogen

Tabel 2: didactisch inhoudelijk opbouw m.b.v. het lesvoorbereidingsformulier

Lesvoorbereidingsformulier: voorblad

Lesvoorbereiding- en Evaluatie formulier		naam: datum:	Klas:	Evaluatie	Terugkoppeling naar nieuwe beginsituatie.
Les- / trainingsopdracht: Doelstelling lange termijn: Les- / trainingsdoelstelling:				1. proces-evaluatie lesgeven:	
Beginsituatie	Consequentie voor de les / training			2. product-evaluatie lesgeven:	
. groep:					
. individuele sporter:					
. lesgever:					
. randvoorwaarden / overige:					

Lesvoorbereidingsformulier: achterblad

Doel van de bewegingsvorm / activiteit	Bewegingsvorm / activiteit	Organisatie	Begeleiding / didactische werkvormen

Portfolio opdracht 4: Werken in een Sport- en Bewegingsorganisatie.

Opdracht 4 bestaat uit het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van minimaal de onderstaande bedrijfsprocessen gedurende de stageperiode. In overleg met de stage-begeleidende organisatie worden werk/leerafspraken gemaakt, besproken en in gezamenlijkheid beoordeeld. Het gaat voor de stageperiode over de onderstaande werkprocessen

- Samenwerken en overleggen met anderen
- Formuleren en rapporteren
- Plannen en organiseren
- Presenteren
- Vakdeskundigheid toepassen
- Op behoeften en wensen van klant richten
- Instructies en procedures opvolgen
- Materialen en middelen inzetten
- Ethisch en integer handelen

De stagiair/trainee kan:

Bedrijfsproces		Norm	Standaard Europe active*
1	Samenwerken en overleggen met anderen	<ul style="list-style-type: none"> • Anderen raadplegen • Met anderen overleggen • Met anderen afstemmen • Anderen waarderen 	2,3,4,5,8,9,12,13
2	Formuleren en rapporteren	<ul style="list-style-type: none"> • Correct verbaal formuleren • Correct non-verbaal formuleren • Geeft advies en motiveert • Biedt passende ondersteuning 	2,3,4,5,6,8,11,12
3	Plannen en organiseren	<ul style="list-style-type: none"> • Activiteiten correct plannen • Mensen en middelen organiseren • Rekening houden met aanpassingen • Voortgang bewaken 	1,2,4,5,6,8,9,11,12
4	Presenteren	<ul style="list-style-type: none"> • Op toehoorders inspelen • Presenteert zich betrouwbaar en deskundig 	1,2,3,4,5,10,11,12
5	Vakdeskundigheid toepassen	<ul style="list-style-type: none"> • Correct inspelen op beginsituaties • Correct inspelen op behoeften 	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,13
6	Op behoeften en wensen van klant richten	<ul style="list-style-type: none"> • Behoeften en verwachting achterhalen 	1,3,4,5,8,10
7	Instructies en procedures opvolgen	<ul style="list-style-type: none"> • Werken cfm voorgeschreven procedures 	2,6,13
8	Materialen en middelen inzetten	<ul style="list-style-type: none"> • Zorgen voor veilig en efficiënt gebruik van omgeving, materialen en middelen 	1,2,4,5,6,8,9,12
9	Ethisch en integer handelen	<ul style="list-style-type: none"> • Draagt mede zorg voor een veilige omgeving • Spreekt anderen aan op ongewenst gedrag 	1,2,3,4,5,6,12,13
10	Aansturen	<ul style="list-style-type: none"> • Instructies en aanwijzingen geven 	1,2,4,5,6,8,9,10,11
11	Begeiden	<ul style="list-style-type: none"> • Motiveren 	2,4,8,9
12	Omgaan met veranderingen	<ul style="list-style-type: none"> • Aanpassen aan veranderende omstandigheden • Omgaan met onduidelijkheid en onzekerheid 	2,3,8,9
13	Analyseren	<ul style="list-style-type: none"> • Informatie genereren uit gegevens • Conclusies trekken 	2,4,5,6,7,8,9
14	Leren	<ul style="list-style-type: none"> • Leren en verbeteren van feedback en fouten 	2,9,13

* T.b.v. het voorbereiden van een Europe Active accreditatie wordt inzichtelijk gemaakt waar standaarden van Europe Active een plaats hebben in de opleiding Trainer S&C Basic. Zie ook: www.ereps.eu.com or www.europeactive.eu

3.2 Praktijkstage

Dit examenonderdeel betreft de beoordeling van de praktijkstage. De stage dient uitgevoerd te worden in een organisatie waarin het aanbieden van sport- en bewegingsactiviteiten de kernactiviteiten zijn én waar de portfolio-opdrachten uitgevoerd en beoordeeld kunnen worden. Dit wordt bepaald in overleg met de praktijkbegeleider van het stageadres. Hoewel wij geen formele eisen stellen aan het adres is een erkenning van SBB (de stichting Beroepsonderwijs en Bedrijfsleven <https://www.s-bb.nl/>) een kwaliteitscriterium die ook in het reguliere onderwijs gehanteerd wordt. Dit geldt tevens voor de stagebegeleider. De eisen die Adaptation stelt aan een begeleider is dat de begeleider minimaal een N4 werk en denkniveau heeft, wat aantoonbaar is met relevante diploma's, certificaten e.d. Te denken valt aan een HBO/MBO opleidingsniveau in sport en bewegen maar bijvoorbeeld ook een specifieke branche opleiding zoals Fitness Trainer A of B. Bij voorkeur is de begeleider een erkend trainer, ingeschreven in het EREPS register. Bij twijfel gaan we in gesprek.

De stagebegeleider en de deelnemer maken samen afspraken voor de invulling van de 50 uur stage waarbij de portfolio-opdrachten als leidraad dienen te fungeren. Alle opdrachten moeten op het stageadres geoefend en uitgevoerd kunnen worden.

De stage wordt georganiseerd door de kandidaat. Uiteraard kan Adaptation ondersteunen in de werving.

De stage wordt uiteindelijk beoordeeld door de stagebegeleider m.b.v. de daarvoor uitgereikte beoordelingsformulieren.

4. Beoordelingsprotocollen en instrumenten Trainer Strength & Conditioning Basic

Algemeen

Portfolio-opdrachten zijn onderverdeeld in een aantal werkprocessen en moeten ook per werkproces worden beoordeeld. De beoordeling bestaat uit een aantal zo concreet mogelijk omschreven prestatie indicatoren. De prestatie indicatoren worden geëvalueerd en beoordeeld door middel van een gedeeltelijke participerende. Dat wil zeggen dat de beoordelaar tijdens de uitvoering van de activiteit(en) aanwezig is.

Regels voor het beoordelen:

- Elk afzonderlijk werkproces dient voldoende te zijn volgens de geldende cesuur;
- Er zijn bij ieder item vier scoringsmogelijkheden (0/1/2/3), hieronder verder toegelicht;
- Er kan maar één score per item worden ingevuld;
- Geef bij twijfel tussen twee scoringsmogelijkheden (bijvoorbeeld 1 en 2) altijd de lagere score (in het voorbeeld dus 1), omdat de hogere blijkbaar nog niet ten volle bereikt is;
- Als er een 0 gescoord wordt op 1 of meer indicatoren, dan is het volledige werkproces onvoldoende (en daarmee ook de deelopdracht in zijn geheel). M.a.w.: een kandidaat kan niet slagen als deze ergens een 0 scoort.

Het meest juiste beeld ontstaat als alle prestatie indicatoren gescoord worden. Als, in de optiek van de beoordelaar, het niet mogelijk is om uit de opdracht te scoren, dan geeft hij/zij een beoordeling op basis van de verkregen inzichten in de kandidaat en vermeldt dit op het beoordelingsformulier.

Toelichting scoringsmogelijkheden:

Afhankelijk van de mate waarin het door de examenkandidaat vertoonde gedrag overeenkomt met de hieronder staande criteria, wordt de score 0, 1, 2 of 3 ingevuld.

0 = voldoet niet of nog niet voldoende

1 = voldoet minimaal

2 = voldoet goed, aan alle volgende 4 punten wordt voldaan:

- geeft op een persoonlijke en methodische wijze invulling aan de prestatie indicator
- het gedrag wordt vaak genoeg, met grote regelmaat, waargenomen
- het gedrag geeft een te verwachten resultaat
- op het gedrag wordt gereflecteerd

3 = voldoet op excellente wijze, aan alle volgende 5 punten wordt voldaan:

- geeft op persoonlijke en methodische wijze invulling aan de prestatie indicator
- het gedrag is zichtbaar zo vaak als nodig
- het gedrag is effectief en efficiënt
- het gedrag wordt in alle mogelijke opzichten goed onderbouwd
- het gedrag is uitdaging zoekend vanuit de lesgever

4.1 Theorie-examen

Tijdens het examen krijgen deelnemers:

- Een vragenlijst met 30 meerkeuzenvragen;
- Een scorelijst met per vraag een scoremogelijkheid op een vierpunt-schaal

Na inlevering van de ingevulde scorelijst zal een beoordelaar bepalen wat de uiteindelijke score is m.b.v. een zogenaamd:

- Antwoord formulier, inclusief een cijfer berekeningsoverzicht.

4.2 Portfolio

Het portfolio is opgebouwd aan de hand van de verschillende deelopdrachten, opdracht 1 t/m 4, die zijn uitgereikt zijn tijdens de opleiding. De opdrachten zijn gebaseerd op praktijksituaties en worden uitgevoerd in de stage, eigen praktijk of tijdens de opleiding.

Het portfolio wordt kwantitatief beoordeeld op compleetheid en kwalitatief op het juiste gebruik van kennis, vaardigheden, attitude, procedures en processen zoals beschreven per opdracht.

Opdrachten 1, 2 en 3 worden uitgevoerd en begeleid op de stage. De uiteindelijke beoordeling vindt plaats onder verantwoordelijkheid van de opleidingsdocent. Opdracht 4 wordt uitgevoerd en beoordeeld door de stagebegeleider.

4.2.1 Portfolio opdracht 1: voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een conditietraining.

Opdracht 1 bestaat uit het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een conditietraining. De training wordt uitgevoerd voor minimaal 1 deelnemer op het stageadres.

De training dient *trainingskundig* inhoudelijk opgebouwd te zijn volgens de inhoud en beschreven in tabel 1. Verder dient de *didactisch-methodisch* inhoudelijke opbouw te geschieden volgens het lesvoorbereidingsformulier (tabel 2).

De beoordelingsformulieren worden hieronder per categorie beschreven.

Om opdracht 1 af te ronden dienen beide beoordelingen voldoende te zijn.

Portfolio opdracht 1: beoordelingsformulier trainingskundig

Beoordelingsformulier opdracht 1 → trainingskundig						datum:	
Naam deelnemer:						datum:	
Naam beoordelaar:						datum:	
	Antwoord	Oordeel				Toelichting	
		0	1	2	3		
1.	Doelstelling(en)						
2.	Trainingsdoel						
3.	Trainingseffect						
4.	Trainingsmethode						
5.	Trainingsmiddel						
Belastingscomponenten:							
	Prikkelintensiteit						
	Prikkelduur						
	Prikkelomvang						
	prikkeldichtheid						
	Prikkelfrequentie						
Oefenvormen							
Oefenvormen	1.						
	2.						
	3.						
	4.						
	etc.						
Testen / meten							
Test / meting	score	Maximale score is 12x3=36	Score:				
		Voldoende bij 75% = ≥ 27 3 MOET 3 of 4 zijn	V	O			

Portfolio opdracht 1: beoordelingsformulier didactisch-methodisch

Beoordelingsformulier opdracht 1 → didactisch methodisch					
Naam deelnemer:		datum:			
Naam beoordelaar:		datum:			
		Oordeel			
Voorbereiding les		0	1	2	3
1. LVF compleet aangeleverd en voldoende					
Opmerkingen:					
2. Zet de materialen op de juiste wijze klaar (of laat ze klaarzetten); gebruikt de materialen effectief, verantwoord en veilig. Is vindingrijk bij andere/onverwachte omstandigheden.					
Opmerkingen:					
3. Geeft duidelijke instructies en uitleg aan deelnemers. Spreekt deelnemers indien van toepassing aan op (on)gewenst gedrag.					
Opmerkingen:					
4. Past passende didactische werkvormen toe.					
Opmerkingen:					
5. Controleert regelmatig of de deelnemers de uitleg begrijpen. Luistert actief en speelt in op reacties, toont enthousiasme en zorgt voor een veilig en respectvol klimaat.					
Opmerkingen:					
6. Houdt rekening met onderlinge verschillen (differentieert) en stemt coaching en/of begeleiding hierop af. Hanteert hierbij verschillende stijlen en technieken.					
Opmerkingen:					
7. Werkt samen en overlegt met aanwezige medekandidaten/medewerkers/overige klanten.					
Opmerkingen:					
8. Bespreekt inhoudelijk met deelnemers het verloop en het resultaat van de les/activiteit (evaluatie), doet dit uitnodigend en toont waardering voor de bijdrage van anderen. Registreert (indien van toepassing) de resultaten van beoordelingen nauwkeurig en op afgesproken wijze. Trekt juiste conclusies uit deze gegevens.					
Opmerkingen:					
9. Doet beweging/handeling op de juiste wijze voor					
Opmerkingen:					

10. Draagt eigen kennis en deskundigheid op begrijpelijke wijze over. Geeft advies en informatie, passend bij de verschillende deelnemers. Grijpt tijdig in bij risicovol gedrag				
Opmerkingen:				
11. Houdt zich aan geplande tijd en activiteiten; stuurt bij als het nodig is. Speelt in op onverwachte situaties.				
Opmerkingen:				
12. Werkt volgens de geldende methoden, procedures, protocollen, veiligheidsregels en voorschriften (welke gelden voor de betreffende accommodatie en/of algemeen leidend binnen de fitnessbranche).				
Opmerkingen:				
13. Geeft zelf het goede voorbeeld (rolmodel), en zorgt voor een sfeer van vertrouwen en respect. Is bij het benaderen van deelnemers consequent en objectief (observeert/controleert/constateert/ complimenteert).				
Opmerkingen:				
score	Maximale score is 13x3=39	Score:		
	Voldoende bij 75% = $\geq 29,25$ 1,3,10 & 14 MOETEN 3 of 4 zijn	V	O	

Eindbeoordeling portfolio-opdracht 1		
Naam deelnemer:	datum:	
Naam beoordelaar:	datum:	
Onderdeel	Beoordeling	
Beoordeling trainingskundig	O	V
Beoordeling didactisch meth	O	V
Eindoordeel		
Naam docent:	Handtekening:	

4.2.2 Portfolio opdracht 2: ontwerpen, ontwikkelen en evalueren van een trainingsschema.

Opricht 2 bestaat uit het ontwerpen, ontwikkelen, beoordelen en evalueren van een trainingsschema. Dit schema bestaat uit een periode van 4-6 weken met gemiddeld 3 trainingseenheden per week, een zogenaamde mesocycclus, inclusief testen en meten. Je mag op basis van een persoonlijk trainingsdoel en/of leerdoel het trainingsschema voorbereiden en uitvoeren voor jezelf of een deelnemer van je stageadres.

De training dient opgebouwd te zijn volgens het model (tabel 3), inclusief testen en meten.

De beoordelingsformulieren worden hieronder per categorie beschreven.

Om opdracht 1 af te ronden dienen beide beoordelingen voldoende te zijn.

Beoordelingsformulier opdracht 2 → trainingsschema					
Naam deelnemer:				datum:	
Naam beoordelaar:				datum:	
Beoordelingscriteria	Oordeel				Toelichting
	0	1	2	3	
1. Het schema is volledig conform opdracht aangeleverd.					
2. Er is een concreet beschreven doelstelling.					
3. Schema is gebaseerd op analyse van de sporter.					
4. Schema is gebaseerd op analyse sport.					
5. Schema voldoet aan de definitie van training.					
6. Schema voldoet aan biologische wetmatigheden.					
7. Alle trainingen kennen een trainingsdoel, -effect,- methode,- middel en belastingscomponenten.					
8. Alle trainingen kennen relevante, technisch beschreven oefenvormen					
9. Schema kent 2 relevante, uitgewerkte testen.					
10. Minimaal 2 trainingen zijn uitgevoerd op de stage en beoordeeld door de stagebegeleider.					
score	Maximale score is 10x3=30			Score:	
	Voldoende bij 75% = ≥ 22,5			V	O

Eindbeoordeling portfolio opdracht 2			
Naam deelnemer:			Datum:
Naam beoordelaar:			Datum:
Onderdeel	Beoordeling		Toelichting
Beoordeling trainingsschema	O	V	
Eindoordeel			
Naam docent:		Handtekening:	

4.2.3 Portfolio opdracht 3: voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een groepstraining.

Opricht 3 bestaat uit het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een conditietraining aan een groep van **minimaal** 6 deelnemers van het stageadres.

De groepstraining dient *trainingskundig* inhoudelijk opgebouwd te zijn volgens de inhoud en beschreven in tabel 1. Verder dient de *didactisch-methodisch* inhoudelijke opbouw te geschieden volgens het lesvoorbereidingsformulier (tabel 2).

De beoordelingsformulieren worden hieronder per categorie beschreven.

Om opdracht 3 af te ronden dienen beide beoordelingen voldoende te zijn.

Portfolio-opdracht 3: beoordelingsformulier groepstraining trainingskundig

Beoordelingsformulier opdracht 1 → trainingskundig						
Naam deelnemer:				Datum:		
Naam beoordelaar:				Datum:		
	Antwoord	Oordeel				Toelichting
		0	1	2	3	
1. Doelstelling(en)						
2. Trainingsdoel						
3. Trainingseffect						
4. Trainingsmethode						
5. Trainingsmiddel						
Belastingscomponenten:						
prikkelintensiteit						
Prikkelduur						
Prikkelomvang						
prikkeldichtheid						
prikkelfrequentie						
Oefenvormen						
Oefenvormen	1. 2. 3. 4. etc.					
Testen / meten						
Test / meting						
score	Maximale score is 12x3=36	Score:				
	Voldoende bij 75% = ≥ 27 3 MOET 3 of 4 zijn	V	O			

Portfolio opdracht 3: beoordelingsformulier groepstraining didactisch-methodisch

Beoordelingsformulier opdracht 3 → didactisch methodisch					
Naam deelnemer:		Datum:			
Naam beoordelaar:		Datum:			
		Oordeel			
Vorbereiding les		0	1	2	3
1. LVF compleet aangeleverd en voldoende		0	1		
Opmerkingen:					
2. Zet de materialen op de juiste wijze klaar (of laat ze klaarzetten); gebruikt de materialen effectief, verantwoord en veilig. Is vindingrijk bij andere/onverwachte omstandigheden.					
Opmerkingen:					
3. Geeft duidelijke instructies en uitleg aan álle deelnemers. Spreekt deelnemers indien van toepassing aan op (on)gewenst gedrag.		0	1		
Opmerkingen:					
4. Past passende didactische werkvormen toe.					
Opmerkingen:					
5. Controleert regelmatig of álle deelnemers de uitleg begrijpen. Luistert actief en speelt in op reacties, toont enthousiasme en zorgt voor een veilig en respectvol klimaat.					
Opmerkingen:					
6. Houdt rekening met onderlinge verschillen (differentieert) en stemt coaching en/of begeleiding hierop af. Hanteert hierbij verschillende stijlen en technieken.		0	1		
Opmerkingen:					
7. Werkt samen en overlegt met aanwezige medekandidaten/medewerkers/overige klanten.					
Opmerkingen:					
8. Bespreekt inhoudelijk met deelnemers het verloop en het resultaat van de les/activiteit (evaluatie), doet dit uitnodigend en toont waardering voor de bijdrage van anderen. Registreert (indien van toepassing) de resultaten van beoordelingen nauwkeurig en op afgesproken wijze. Trekt juiste conclusies uit deze gegevens.		0	1		
Opmerkingen:					
9. Doet beweging/handeling op de juiste wijze voor					
Opmerkingen:					

10. Draagt eigen kennis en deskundigheid op begrijpelijke wijze over. Geeft advies en informatie, passend bij de verschillende deelnemers. Grijpt tijdig in bij risicovol gedrag				
Opmerkingen:				
11. Houdt zich aan geplande tijd en activiteiten; stuurt bij als het nodig is. Speelt in op onverwachte situaties.				
Opmerkingen:				
12. Werkt volgens de geldende methoden, procedures, protocollen, veiligheidsregels en voorschriften (welke gelden voor de betreffende accommodatie en/of algemeen leidend binnen de fitnessbranche).				
Opmerkingen:				
13. Geeft zelf het goede voorbeeld (rolmodel), en zorgt voor een sfeer van vertrouwen en respect. Is bij het benaderen van deelnemers consequent en objectief (observeert/controleert/constateert/ complimenteert).				
Opmerkingen:				
score	Maximale score is 13x3=39	Score:		
	Voldoende bij 75% = $\geq 29,25$ 1,3,6, 8, 10 & 12 MOETEN 3 of 4 zijn	V	O	

Eindbeoordeling portfolio opdracht 3		
Naam deelnemer:		Datum:
Naam beoordelaar:		Datum:
Onderdeel	Beoordeling	
Beoordeling trainingskundig	O	V
Beoordeling didactisch meth	O	V
Eindoordeel		
Naam docent:	Handtekening:	

4.2.4 Portfolio opdracht 4: Werken in een Sport- en Bewegingsorganisatie.

Opdracht 4 bestaat uit het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van minimaal de onderstaande bedrijfsprocessen gedurende de stageperiode. In overleg met de stage-begeleidende organisatie worden werk/leerafspraken gemaakt, besproken en in gezamenlijkheid beoordeeld. Het gaat voor de stageperiode over de onderstaande werkprocessen.

1. Samenwerken en overleggen met anderen	6. Op behoeften en wensen van klant richten
7. Formuleren en rapporteren	7. Instructies en procedures opvolgen
8. Plannen en organiseren	8. Materialen en middelen inzetten
9. Presenteren	9. Ethisch en integer handelen
10. Vakdeskundigheid toepassen	

De beoordelingsformulieren worden hieronder per categorie beschreven.

Om opdracht 3 af te ronden dienen beide beoordelingen voldoende te zijn.

Bedrijfsproces		Norm	Score				Dit bleek uit?
			0	1	2	3	
1	Samenwerken en overleggen met anderen	<ul style="list-style-type: none"> Anderen raadplegen Met anderen overleggen Met anderen afstemmen Anderen waarderen 					
2	Formuleren en rapporteren	<ul style="list-style-type: none"> Correct verbaal formuleren Correct non-verbaal formuleren Geeft advies en motiveert Biedt passende ondersteuning 					
3	Plannen en organiseren	<ul style="list-style-type: none"> Activiteiten correct plannen Mensen en middelen organiseren Rekening houden met aanpassingen Voortgang bewaken 					
4	Presenteren	<ul style="list-style-type: none"> Op toehoorders inspelen Presenteert zich betrouwbaar en deskundig 					
5	Vakdeskundigheid toepassen	<ul style="list-style-type: none"> Correct inspelen op beginsituaties Correct inspelen op behoeften 					
6	Op behoeften en wensen van klant richten	<ul style="list-style-type: none"> Behoeften en verwachting achterhalen 					
7	Instructies en procedures opvolgen	<ul style="list-style-type: none"> Werken conform voorgeschreven procedures 					
8	Materialen en middelen inzetten	<ul style="list-style-type: none"> Zorgen voor veilig en efficiënt gebruik van omgeving, materialen en middelen 					
9	Ethisch en integer handelen	<ul style="list-style-type: none"> Draagt mede zorg voor een veilige omgeving Spreekt anderen aan op ongewenst gedrag 					
10	Aansturen	<ul style="list-style-type: none"> Instructies en aanwijzingen geven 					
11	Begeleiden	<ul style="list-style-type: none"> Motiveren 					
12	Omgaan met veranderingen	<ul style="list-style-type: none"> Aanpassen aan veranderende omstandigheden Omgaan met onduidelijkheid en onzekerheid 					
13	Analyseren	<ul style="list-style-type: none"> Informatie genereren uit gegevens Conclusies trekken 					
14	Leren	<ul style="list-style-type: none"> Leren en verbeteren van feedback en fouten 					
Score		Maximale score is: 14 x 3 = 42					Score:
		Voldoende bij 75% = ≥ 31,5					O
							V

4.3 Beoordeling stage

Het beoordelingsformulier voor het afsluiten van de stage wordt hieronder beschreven:

Protocol beoordeling stage Trainer Strength & Conditioning Basic

Het stagedeel van de opleiding Trainer Strength & Conditioning Basic betreft de beoordeling van de praktijkstage, dus de uitvoering van de deelopdrachten uit het portfolio. Verantwoordelijke voor de beoordeling van het stagedeel is de stagebegeleider van de examenkandidaat. Dit protocol moet volledig zijn ingevuld en ondertekend door de stagebegeleider, alvorens aan het praktijkexamen kan worden deelgenomen.

Verklaring:

Hierbij verklaar ik, ondergetekende, dat

(naam student)

Zijn/haar praktijkstage 'voldoende' heeft afgerond, d.w.z.

- a) Alle portfolio-opdrachten zijn door mij als medewerker van ondergenoemd stagebedrijf begeleid, en beoordeeld.
- b) De deelnemer heeft minimaal 50 uur stagegelopen
- c) Dit alles naar behoren en tot mijn tevredenheid heeft gedaan, voor zover dat redelijkerwijs mag worden verwacht van een deelnemer in opleiding tot Trainer Strength & Conditioning Basic

Ondertekening:

Naam stagebegeleider :

Functie :

Mobiele telefoon :

Stagebedrijf :

Vestigingsadres :

Postcode / plaats :

SBB erkend (geen eis) : ja nee

EREPS erkend (geen eis) : ja nee

Datum beoordeling :

Handtekening en bedrijfsstempel:

4.4 Beoordeling praktijkexamen

Het praktijkexamen bestaat uit het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van een conditietraining aan een groep van **minimaal** 6 deelnemers die de deelnemer zelf werft en meebrengt naar het opleidingsinstituut

De groepstraining dient **trainingskundig** inhoudelijk opgebouwd te zijn volgens de inhoud en beschreven in tabel 1. Verder dient de **didactisch-methodisch** inhoudelijke opbouw te geschieden volgens het lesvoorbereidingsformulier (tabel 2).

De beoordelingsformulieren worden hieronder per categorie beschreven.

Om het praktijkexamen af te ronden dienen beide beoordelingen voldoende te zijn. Ook dient voldaan te zijn aan alle overige examen voorwaarden.

Praktijkexamen: beoordelingsformulier groepstraining trainingskundig

Beoordelingsformulier praktijkexamen → trainingskundig						datum:	
Naam deelnemer:						datum:	
Naam beoordelaar:						datum:	
	Antwoord	Oordeel				Toelichting	
		0	1	2	3		
Doelstelling(en)							
Trainingsdoel							
Trainingseffect							
Trainingsmethode							
Trainingsmiddel							
Belastingcomponenten							
Prikkelintensiteit							
Prikkelduur							
Prikkelomvang							
Prikkeldichtheid							
Prikkelfrequentie							
Oefenvormen							
Oefenvormen	1. 2. 3. 4. etc.						
Testen/meten							
Test/meting							
score	Maximale score is 12x3=36	Score:					
	Voldoende bij 75% = ≥ 27 3 MOET 3 of 4 zijn	V	O				

Praktijkexamen: beoordelingsformulier groepstraining didactisch-methodisch

Beoordelingsformulier praktijkexamen → didactisch methodisch					
Naam deelnemer:		Datum:			
Naam beoordelaar:		Datum:			
		Oordeel			
Vorbereiding les	0	1	2	3	
14. LVF compleet aangeleverd en voldoende					
Opmerkingen:					
15. Zet de materialen op de juiste wijze klaar (of laat ze klaarzetten); gebruikt de materialen effectief, verantwoord en veilig. Is vindingrijk bij andere/onverwachte omstandigheden.					
Opmerkingen:					
16. Geeft duidelijke instructies en uitleg aan álle deelnemers. Spreekt deelnemers indien van toepassing aan op (on)gewenst gedrag.					
Opmerkingen:					
17. Past passende didactische werkvormen toe.					
Opmerkingen:					
18. Controleert regelmatig of álle deelnemers de uitleg begrijpen. Luistert actief en speelt in op reacties, toont enthousiasme en zorgt voor een veilig en respectvol klimaat.					
Opmerkingen:					
19. Houdt rekening met onderlinge verschillen (differentieert) en stemt coaching en/of begeleiding hierop af. Hanteert hierbij verschillende stijlen en technieken.					
Opmerkingen:					
20. Werkt samen en overlegt met aanwezige medekandidaten/medewerkers/overige klanten.					
Opmerkingen:					
21. Bespreekt inhoudelijk met deelnemers het verloop en het resultaat van de les/activiteit (evaluatie), doet dit uitnodigend en toont waardering voor de bijdrage van anderen. Registreert (indien van toepassing) de resultaten van beoordelingen nauwkeurig en op afgesproken wijze. Trekt juiste conclusies uit deze gegevens.					
Opmerkingen:					
22. Doet beweging/handeling op de juiste wijze voor					
Opmerkingen:					

23. Draagt eigen kennis en deskundigheid op begrijpelijke wijze over. Geeft advies en informatie, passend bij de verschillende deelnemers. Grijpt tijdig in bij risicovol gedrag				
Opmerkingen:				
24. Houdt zich aan geplande tijd en activiteiten; stuurt bij als het nodig is. Speelt in op onverwachte situaties.				
Opmerkingen:				
25. Werkt volgens de geldende methoden, procedures, protocollen, veiligheidsregels en voorschriften (welke gelden voor de betreffende accommodatie en/of algemeen leidend binnen de fitnessbranche).				
Opmerkingen:				
26. Geeft zelf het goede voorbeeld (rolmodel), en zorgt voor een sfeer van vertrouwen en respect. Is bij het benaderen van deelnemers consequent en objectief (observeert/controleert/constateert/ complimenteert).				
Opmerkingen:				
	score	Maximale score is 13x3=39	Score:	
		Voldoende bij 75% = $\geq 29,25$ 1,3,6, 8, 10 & 12 MOETEN 3 of 4 zijn	V	O

Eindbeoordeling praktijkexamen		
Naam deelnemer:		Datum:
Naam beoordelaar:		Datum:
Onderdeel	Beoordeling	
Beoordeling trainingskundig	O	V
Beoordeling didactisch methodisch	O	V
Eindoordeel		
Naam docent:	Handtekening:	

5. Statuut examenraad

Ter bevordering van een kwalitatief goede beroepsopleiding Strength & Conditioning en het vergroten en borgen van het algemeen vertrouwen in Adaptation en haar opleidingen, is door het bestuur van Adaptation een "Examencommissie Opleidingen Strength & Conditioning" ingesteld, verder te noemen: 'Examencommissie'.

Samenstelling (richtlijn)

- Voorzitter examenraad
- Secretaris (ambtelijk via Adaptation)
- Lid initieel onderwijs (werving door Adaptation)
- Adviseur Adaptation
- Lid op persoonlijke titel

Benoemingsprocedure

- Het bestuur van Adaptation benoemt en ontslaat de leden van de examencommissie;
- Het bestuur van Adaptation vraagt zelf deskundigen op het gebied van strength & conditioning;
- De voorzitter van de examencommissie wordt in functie benoemd.

Secretariaat

Het secretariaat van de examencommissie is gevestigd op de Nieuwe Mollenhutseweg 52, 6533HJ, Nijmegen

Werkwijze

De examencommissie neemt besluiten bij gewone meerderheid van stemmen. Bij het staken der stemmen is de stem van de voorzitter doorslaggevend.

Slot

In alle gevallen waarin dit statuut niet voorziet beslist het bestuur van Adaptation. Wijzigingen in dit statuut behoeven de goedkeuring van het voltallige bestuur van Adaptation.

6. Examenreglement

Artikel 1: Definities en afkortingen

Voor de toepassing van dit reglement wordt verstaan onder:

Auditor: door de examencommissie aangewezen expert op het gebied van examinering tot Trainer strength & Conditioning die steekproefsgewijs examens bezoekt en opleidingsresultaten, procedures, secretarissen en examinatoren beoordeelt en hierover rapporteert aan de examencommissie;

Beoordelingsprotocol: een tijdens een examen door een examiner geschreven verslag over het verloop van het examen, aan de hand waarvan de uitslag wordt bepaald en dat zoveel informatie over het verloop van dit examen bevat, dat hiervan later een reconstructie kan plaatsvinden;

Diploma/certificaat: het bewijs dat een kandidaat ontvangt, wanneer alle examenonderdelen door deze voldoende zijn afgesloten;

Eindexamen: het afsluitende onderdeel van het examen waarvan afsluiten met een voldoende leidt tot het behalen van het diploma;

Deel-Examencommissie: commissie belast met het afnemen van een examen, onder auspiciën van Adaptation;

Examencommissie: het orgaan dat onder auspiciën van het bestuur van Adaptation toezicht houdt op de instelling van deel-examencommissies, de uitvoering van alle examens, de totstandkoming en toepassing van toetsingscriteria voor alle bewijzen van deelname en certificaten, de uitgifte en registratie van bewijzen van deelname, certificaten en diploma's en functioneert als 'commissie van beroep';

Examensecretaris: een door opleider voorgedragen en door de examencommissie van Adaptation geaccordeerde persoon die toezicht houdt op en verantwoordelijk is voor alle logistieke zaken aangaande het eindexamen;

Examenvoorzitter: een op verzoek van de opleider, door Adaptation aangestelde persoon die toezicht houdt op en verantwoordelijk is voor alle zaken aangaande het examen en die de uitslag vaststelt en deze bekend maakt aan de kandidaten;

Examinator/beoordelaar: degene die belast wordt met het afnemen van examens, in het bezit is van een licentie van Adaptation en de uitslag van het eindexamen vaststelt en deze bekend maakt aan de kandidaten;

Kandidaat/examenkandidaat/deelnemer: hij of zij die voor deelname aan een examenonderdeel is ingeschreven;

Legitimatiebewijs: een door de overheid verstrekt geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitskaart of rijbewijs);

LVF: afkorting voor lesvoorbereidingsformulier;

Portfolio: map of document waarin de uitgewerkte portfolio opdrachten zijn opgenomen;

Stagebegeleider: degene die namens de opleiding belast is met de begeleiding van een stagiair(e);

Theorie-examen: een vanuit het examenbureau van Adaptation georganiseerd multiple choice examen;

Uitslag: het vastgestelde resultaat van een examenonderdeel.

Artikel 2: Adaptation examencommissie en examenbureau

1. De organisatie van examens vindt plaats onder de verantwoordelijkheid van Adaptation. Het bestuur van Adaptation benoemt de examencommissie, bestaande uit voorzitter, secretaris (vanuit het examenbureau) en tenminste 3 leden.

2. De examencommissie heeft een controlerende functie op de geldende procedures, protocollen en werkwijze en kan daarom uitsluitel bieden bij onregelmatigheden.

3. De deel-examencommissie is de commissie die aanwezig is op de dag van een examen en bestaat altijd tenminste uit één examensecretaris óf -voorzitter en tenminste één examinerator.

Artikel 3: Aanmelden voor examens

1. Aanmelden voor examenonderdelen kan via de opleider, rechtstreeks bij

Adaptation middels het voorgeschreven aanmeldingsformulier en binnen de minimale planning zoals aangegeven in het voor het betreffende examen geldende onderwijs en examenregeling.

2. Om aan te kunnen melden voor de examens van Trainer Strength & Conditioning Basic dient men:

- a. ten tijde van het afsluitende praktijkexamen tenminste 18 jaar te zijn.

Of hiervoor schriftelijk toestemming te hebben van de examencommissie van Adaptation op grond van artikel 10.

3. Men dient altijd alle examenonderdelen af te leggen, tenzij op grond van artikel 10 anders aangegeven is door de examencommissie van Adaptation.

4. Deelname aan een eindexamen is alleen mogelijk indien binnen de periode voorafgaand aan de datum van het eindexamen, de tot hetzelfde examen behorende onderdelen 'theorietoets' en 'portfolio' met een voldoende zijn afgerond.

5. Indien een aanmelding niet in orde is bevonden, wordt de kandidaat hiervan binnen 10 werkdagen na ontvangst in kennis gesteld.

Artikel 4: Indeling en afname van het examen

1. Afname van examens geschiedt in overeenstemming met de daarvoor opgestelde Onderwijs en examenregelingen.

2. Praktijkopdrachten ten behoeve van het examenonderdeel 'portfolio' dienen te worden uitgevoerd bij de opleiding en/of een Strength & Conditioning/Sport- en Beweegonderneming.

3. Eindexamens worden afgenomen door personen die daartoe door Adaptation zijn geaccrediteerd/gemandateerd.

4. De examenkandidaat

- a. is verplicht zich te kunnen legitimeren bij de examinerator voorafgaand aan zowel het theorie-examen als het eindexamen en aan de examensecretaris of –voorzitter voorafgaan aan het eindexamen en

- b. is bij het eindexamen uiterlijk 30 minuten voor aanvang van het eigen examen aanwezig en

- c. zorgt ervoor dat bij het eindexamen de deel-examencommissie uiterlijk 30 minuten voor aanvang van het eigen examen in het bezit is van de nodige bescheiden (zoals legitimatiebewijs, portfolio, etc.) en kan de toegang tot een examenonderdeel worden ontzegd indien niet aan één of meerdere van deze verplichtingen is voldaan.

5. De examinerator, aanwezig bij het eindexamen

- a. woont de voor- en nabespreking van het de eindexamen dag bij en

- b. maakt bij de beoordeling van de kandidaat gebruik van het daarvoor aangeleverde beoordelingsprotocol en

- c. beoordeelt de examenkandidaat zonder overleg met derden en

- d. draagt, bij een onvoldoende beoordeling, zorg voor een toelichting aan de betreffende kandidaat als de kandidaat hierom verzoekt.

6. De examensecretaris of -voorzitter, aanwezig op een eindexamen dag,

- a. controleert conform de richtlijnen van het examenreglement legitimatie en andere benodigde bescheiden, verzamelt resultaten en beoordelingsprotocollen en verwerkt deze in overeenstemming met de geldende instructies en

- b. vergewist zich van de aanwezigheid van de schriftelijke onderdelen (theorie-toetsen en portfolio, inclusief beoordelingsprotocollen), die door de kandidaat en/of opleiding ter inzage bij de examinerator zijn aangeleverd en

- c. treedt niet op als examinerator.

7. Bij ieder eindexamen kan een auditor zijn aangesteld door Adaptation, met de bevoegdheid om tijdens een examen gevraagd en ongevraagd bij alle activiteiten/onderdelen en formulieren inzicht en toelichting te krijgen en zonder de bevoegdheid om tijdens het examen invloed uit te oefenen op het verloop van het examen op welke wijze dan ook.

Artikel 5: Onregelmatigheden

1. Als de examinerator voorafgaand aan het examenonderdeel twijfelt aan de rechtmatigheid van enige voorwaarde, zoals genoemd in artikel 4, zal de examinerator de kandidaat toestaan aan het examen deel te nemen, maar nog geen uitslag geven, noch een diploma uitreiken en direct na afloop melding maken van de veronderstelde onregelmatigheden aan de examencommissie van Adaptation.

2. Als een kandidaat zich ten aanzien van enig onderdeel van het examen dan wel ten aanzien van een aanspraak op ontheffing aan enige onregelmatigheid schuldig maakt of heeft gemaakt, kan de examencommissie

- a. het cijfer 1, of een 'onvoldoende' toekennen en/of
- b. de kandidaat de toezegging tot verdere deelname aan één of meerdere examenonderdelen al dan niet definitief ontzeggen en/of
- c. één of meerdere reeds afgesloten examenonderdelen en/of het bijbehorende reeds toegekende diploma ongeldig verklaren en/of
- d. minder vergaande maatregelen treffen dan die, bedoeld onder a tot en met c.

Artikel 6: Uitslag

1. De uitslag van de kwalificerende theorietoets wordt uitgedrukt in een cijfer (1-10).
2. De uitslag van het kwalificerende portfolio wordt uitgedrukt in 'voldoende' of 'onvoldoende'.
3. De uitslag van het eindexamen, uitgedrukt in 'voldoende' of 'onvoldoende' en daarmee de einduitslag ('geslaagd' of 'niet geslaagd') van het complete examen wordt aansluitend op het eindexamen aan de kandidaat medegedeeld.

Artikel 7: Uitslagregeling

1. Een examenkandidaat is geslaagd indien deze
 - a. voor de schriftelijke theorie-toets, al dan niet na herkansing, het cijfer 5,5 of hoger heeft behaald
 - b. voor alle deelopdrachten die samen het portfolio vormen voldoet aan de geldende cesuur en dus voor de beoordeling van het totale portfolio een 'voldoende' heeft behaald
 - c. voor het praktijkexamen een 'voldoende' heeft behaald.

Artikel 8: Herkansing

1. Een examenkandidaat heeft recht op één herkansingsmogelijkheid voor het theorie-examen en één herkansingsmogelijkheid voor het portfolio, zonder hiervoor extra kosten te maken.
2. Een examenkandidaat kan tegen extra kosten steeds twee herkansingsmogelijkheden voor het theorie-examen inkopen. Hierbij geldt dat na iedere vierde poging, gedurende een periode van zes maanden geen herkansing kan worden afgelegd.
3. Een examenkandidaat kan tegen extra kosten steeds één herkansingsmogelijkheid voor de beoordeling van het portfolio en/of het eindexamen inkopen. Hierbij geldt dat na iedere vierde poging, gedurende een periode van zes maanden geen herkansing kan worden afgelegd.
4. Indien een kandidaat door een geldige (door Adaptation te bepalen) reden verhinderd was aan (een deel van) het (her)examen deel te nemen, kan deze mogelijk op een later tijdstip de gelegenheid worden geboden tot het afleggen van (dat deel van) het (her)examen.
5. Tussen iedere deelname aan een theorie-examen zit tenminste een periode van twee weken, tenzij vooraf anders overeengekomen met de examencommissie.
6. Tussen iedere deelname aan een eindexamen zit tenminste een periode van twee maanden, tenzij vooraf anders overeengekomen met de examencommissie.

Artikel 9: Uitreiking diploma

1. Indien alle onderdelen zijn behaald, volgens artikel 7, wordt het bijbehorende diploma uitgereikt door de examencommissie,
2. De geldigheid van een diploma is voor onbepaalde tijd, behoudens door het examenbureau te beoordelen uitzonderingen.

Artikel 10: Dispensatie en vrijstellingen

1. Dispensatie van toelatingseisen tot of vrijstelling van examenonderdelen kan door de kandidaat, met redenen omkleed, bij de examencommissie van Adaptation worden aangevraagd, tot uiterlijk vier weken voor de geplande datum van het examenmoment.
2. Aanvragen voor een vrijstelling dienen vergezeld te gaan van de bewijsstukken, aansluitend bij de gestelde voorwaarden in dit artikel van het reglement.
3. Dispensaties en vrijstellingen moeten te allen tijde voorafgaand aan het eerste af te leggen examenonderdeel schriftelijk worden toegekend door de examencommissie van Adaptation.
4. Verleende dispensaties en vrijstellingen worden door Adaptation doorgegeven aan de examensecretaris.

Artikel 11: Bezwaren en inzien van schriftelijk examenwerk

1. De opleider dient gemaakte theorie-examens gedurende (minimaal) 18 maanden na de examendatum te bewaren.

2. Een kandidaat kan gedurende de periode tot zes maanden na de examendatum inzage krijgen in diens gemaakte theorie-examen en beoordelingsprotocollen op de vestigingslocatie van diens opleider.
3. Het is kandidaten en opleiders in geen geval toegestaan om kopieën te maken van schriftelijke toetsen (ingevuld én blanco) en beoordelingsprotocollen, op welke wijze dan ook.
4. Iedere kandidaat die meent in diens belangen te zijn geschaad als gevolg van een naar diens oordeel onjuiste toepassing van bepalingen in het examenreglement, kan daartegen binnen vier weken na het afleggen van het examen schriftelijk bezwaar aantekenen bij het de examencommissie van Adaptation.

Artikel 12: Gevallen onvoorzien

1. In gevallen waarin het examenreglement niet voorziet en waaromtrent een onmiddellijke beslissing noodzakelijk is, beslist de bij een examen aanwezige examinator. De examinator deelt deze beslissing zo spoedig mogelijk mee aan de overige leden van de examencommissie van Adaptation.
2. In overige gevallen waarin het examenreglement niet voorziet, beslist, de examencommissie van Adaptation.