

Vak: Gezond opgroeien - Leefstijlcoach

credits: 5

Vakcode	HLVH22HALC
Naam	Gezond opgroeien - Leefstijlcoach
Studiejaar	2026-2027
ECTS credits	5
Taal	Nederlands
Coördinator	J.T. Oljans

Werkvormen	Gastcollege Individueel Opdracht Practicum / Training Werkcollege
Toetsen	Healthy Ageing - Lifestyle coach - Computer, eigen organisatie

Leeruitkomsten

De student verdiept zich in Healthy Ageing en Lifestyle coach en leert hoe hij/zij dit kan toepassen in de praktijksituatie, die per student verschillend kan zijn. Deze module is ondersteunend aan de leeruitkomsten op hoofdfase niveau, die in de 15 EC eenheden behandeld worden. Leeractiviteiten zijn te kenmerken als 'ontwerpgericht onderzoeken' in de praktijk en 'pedagogisch begeleiden' van leerlingen/jongeren

De student maakt zijn ontwikkeling zichtbaar door het ontwikkelen van een product, passend bij zijn leerbehoefte. Dit product wordt door de student op eigen wijze gedeeld middels het performance assessment.

Inhoud**Inhoud van het studieonderdeel:**

De student verdiept zich in Healthy Ageing en Lifestyle coach en leert hoe hij/zij dit kan toepassen in de praktijksituatie, die per student verschillend kan zijn. Deze module is ondersteunend aan de leeruitkomsten op hoofdfase niveau, die in de 15 EC eenheden behandeld worden. Leeractiviteiten zijn te kenmerken als 'ontwerpgericht onderzoeken' in de praktijk en 'pedagogisch begeleiden' van leerlingen/jongeren

De student maakt zijn ontwikkeling zichtbaar door het ontwikkelen van een product, passend bij zijn leerbehoefte. Dit product wordt door de student op eigen wijze gedeeld middels het performance assessment.

Opzet van de colleges:

Deze module richt zich op Healthy Ageing - Lifestyle coach, waarbij studenten in verschillende contexten stagelopen.

In deze module wordt aandacht besteed aan het coachen en begeleiden naar een gezonde leefstijl gericht op bewegen, gezonde voeding en gezondheidsgedrag. Inhoudelijke thema's zijn: bewegen, testen en meten van fitheid, obesitas, kind en voeding, anatomie etc.

De student wordt begeleid door de verschillende colleges die worden aangeboden (zowel theorie als praktijk). Daarnaast wordt er een community of learners (COL) gevormd waarin de studenten met- en van elkaar kunnen leren.

Opzet van de toetsing:

De student doet bij elke werksessie kennis op wat aan het einde van de module wordt getoetst aan de hand van een tentamen. Na elke les wordt het onderdeel op fysieke wijze formatief getest door middel van een opdracht. De inhoud van het tentamen zal bestaan uit leerstof die zowel in de lessen, de fysieke opdrachten als de aangereikte theorie wordt aangeboden.

Literatuur en eventuele kosten:

Er wordt gewerkt met actuele literatuur in de vorm van artikelen, deze worden gepubliceerd op Brightspace. De kosten van een diëtist (gespecialiseerd op kind en voeding) liggen rond de +/- 100 euro.

-

Opgenomen in opleiding(en)

Leraar eerste graad Lichamelijke Opvoeding

School(s)

Welzijn, Educatie & Sport

De ECTS onderwijscatalogus van de Hanzehogeschool Groningen wordt met de grootst mogelijke zorg samengesteld. Het is echter mogelijk dat de inhoud van de catalogus -en de daarin vervatte informatie- verouderd, incompleet of onjuist is. Aan de inhoud van de catalogus kunnen dan ook geen rechten worden ontleend.