Als voorbereiding op het Criterium Gericht Interview (CGI) kijk je terug op alles wat je in en naast de studie hebt gedaan en geleerd en stelt jezelf de vraag: heb ik de competenties behaald op niveau B en hoe kan ik dat laten zien?

Je schrijft vervolgens een verantwoordingsverslag. Zie hiervoor het format.

In dit verantwoordingsverslag geef je per competentie aan in welke mate je de competentie beheerst en hoe je dat kan “bewijzen”.  Het verantwoordingsverslag is om 2 redenen erg belangrijk:

* 1. Het “dwingt” jou als student om goed na te denken over in hoeverre je de competentie hebt behaald, daarmee toon je aan dat je bewust bekwaam bent.
  2. Het geeft de assessoren van het CGI belangrijke informatie om te bepalen in hoeverre je de competentie hebt behaald. Het is daarmee het “startpunt” van je CGI.

Hoe beter je verantwoordingsverslag in elkaar zit, hoe minder onduidelijkheden de assessoren zullen vinden en hoe makkelijker het gesprek (als het goed is) zal zijn.

Het CGI is bedoeld om de puntjes op de i te zetten m.b.t. het beheersen van de , losse eindjes te bevragen en te onderzoeken of je overstijgend naar je eigen leerproces kan kijken. Dat lukt beter wanneer jij zelf de lijn al hebt neergezet in je verantwoordingsverslag.

Wat moet je dus doen?

Schrijf een verantwoordingsverslag waarin je per competentie laat zien in welke mate je de leeruitkomst beheerst. Per competentie schrijf je een verantwoording van ongeveer 1 A4. In deze verantwoording per competentie besteed je in ieder geval aandacht aan de volgende vragen:

* 1. *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*
  2. *In welke mate beheers je deze competentie?*
  3. *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?*

Schrijf je verantwoordingsverslag alsof je iemand die van niets weet, aan de hand neemt en door jouw leerproces heen leidt. Leg uit, kader in, onderbouw, maak concreet. Lees je zinnen terug en bedenk wat voor vragen anderen bij jouw tekst zouden kunnen hebben. Probeer je in de lezer te verplaatsen. Maak er een lopend verhaal van.

Verantwoordingsverslag competenties

|  |  |
| --- | --- |
| Studiejaar … | 3 |
| Student | Melvin Brouwer |
| Studentnummer | 340624 |
| Datum | 26-11-2017 |

|  |
| --- |
| AdSGM / Bachelor Sportkunde\* |
| Opdracht/Werkplek/ stageplek/ vrijwilligerswerk\*:………………………………………  Eigenaar CrossFit Leeuwarden |
| Introduceer jezelf kort (*half A4)*  *Mijn naam is Melvin Brouwer derdejaars sportkunde student aan de Hanzehogeschool ter Groningen.  In het zesde semester heb ik mijzelf ingeschreven voor de minor Trainer/coach. Tijdens mijn studie heb ik verschillende profileringsruimte gevolgd zoals Sportmasage, Medical First Aid en Fitness Trainer B.   Tijdens mijn zesde semester ben ik ook bezig om een buitenlandse stage te gaan lopen om zo mijzelf te kwamen in de Engelse taal en hierin mijn communicatievaardigheden te vergroten. Dit wil ik gaan doen in een CrossFit centrum in Amerika aangezien ik zelf ook een eigen CrossFit box heb in Nederland. Dit ben ik drie jaar geleden begonnen en ben hierin op zoek naar kansen om mijzelf te ontwikkelen op het vakgebied van kracht en uithoudingsvermogen.*  *Hoe ik het vierde en laatste jaar wil invullen is voor mij nog niet duidelijk ik ben op zoek naar een stageplek die goed bij mij past en waar ik kennis kan opdoen op het vakgebied dat mij interesseert maar dit is nog even zoeken.* |

*\* weghalen wat niet van toepassing is*

**Competentie …..:**

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  De situatie die zich heeft voorgedaan is het opzetten van een eigen CrossFit onderneming dit ben ik nu drie jaar geleden begonnen samen met mijn vader. We zijn klein begonnen in een ruimte van 100m2 met twee coaches destijds. Op dit moment hebben we een nieuwe locatie van ongeveer 600m2 met zeven coaches die allemaal de CrossFit level 1 opleiding hebben gevolgd. Tijdens de drie jarige periode hebben zich verschillende kansen voorgedaan waarin ik mijzelf als Sportkundige ontwikkeld heb. Vooral het ontwikkelen van een sportprogramma dat bij ons in de box gevolgd en gegeven wordt, het organiseren van beginner lessen en het organiseren van evenementen en workshops.  Mijn taak hierin is vooral het bedenken van begin tot eind, daarna het uitwerken, overleggen met het coach team en daarna implementeren, organiseren en evalueren. Vooral het overleggen en evalueren wordt veelvuldig gedaan binnen ons team en hierin ben ik meestal de organiserende persoon. Naast deze taken houd ik mezelf bezig met het geven van CrossFit lessen en probeer ik alle kansen aan te grijpen om mijn visie op het gebied van kracht en uithoudingsvermogen te vergroten. Als laatst faciliteren we een speciaal middelbare school bij het uitvoeren van een externe stage voor het verzorgen van schoonmaakwerkzaamheden. Dit zijn scholieren met een leerachterstand en gedragsproblemen.  De acties die ik hiervoor heb gedaan is het volgen van de cursus Sportmassage, MFA, CrossFit Level 1 en CrossFit Level 2. Hierin heb ik mijzelf ontwikkelt als Sportkundige. Daarnaast evalueren we vaak met het coach team en geven we reflectie op coaching en heb ik samen met mijn compagnon reflectiegesprekken op het gebied van bedrijfsvoering.  Dit heeft geresulteerd dat onze visie op het gebied van coaching door de jaren sterk verbeterd is en we ons steeds ontwikkelen in het verbeteren en vergroten van de kwaliteit van CrossFit Leeuwarden. De focus ligt hierbij vooral op coaching van de leden maar ook het gebied van faciliteiten heeft het geresulteerd in een grotere professionelere ruimte met meer lesgeef ruimte en uren.  Op het resultaat dat we op dit moment hebben behaald ben ik zelf erg tevreden. Maar we zien nog wel dat hierin een grote slag te halen valt. Op dit moment doen we het beide parttime en zijn er veel aspecten die aandacht nodig hebben. Voor mijzelf wil ik mijn coach vaardigheden nog veel verder ontwikkelen omdat ik hierop nog niet tevreden ben. Daarnaast houden we ons nu alleen bezig op het gebied van coaching en zouden we moeten kijken naar kansen buiten de lessen om maar hierin doen we nog niet genoeg en hebben we op dit moment ook nog niet genoeg tijd voor. |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 2: Handelt methodische en evidence based.  De situatie was als volgt in het eerste en tweede jaar van de opleiding Sportkunde hebben we veel vakken gehad op het gebied van onderzoek en vooral op het gebied van sportonderzoek. In het jaar hebben we een sportonderzoek gedaan waarin we hebben geleerd hoe een onderzoek in zijn werk gaat en hiervoor hadden we een persoon die we moesten onderzoeken en begeleiden (Health Check). In het tweede jaar hebben we een vervolg op dit onderzoek gedaan waarbij het niveau hoger lag (Methode en technieken). Daarnaast hebben we nog een ander onderzoek moeten doen namelijk Triatlon verslag waarin we eerst een persoon moesten testen en meten en daarna een schema voor hem maken gebaseerd op de getoetste gegevens. Aan de hand van deze gegevens ging de persoon een trainingsprogramma volgen en tot slot een triatlon lopen.  Mijn taak hierin was vooral het onderzoeken van de stof doormiddel van kwalitatief en kwantitatief onderzoek en dit daarna bundelen in een verslag. Aan de hand van deze gegevens was het mijn taak om de proefpersoon te begeleiden en van een advies te voorzien.  De acties die ik heb gedaan zijn verschillende methodes van onderzoek zowel kwantitatief onderzoek in de vorm van deskresearch maar ook kwalitatief onderzoek in de vorm van testen en metingen die hebben plaatsgevonden. Daarna was het aan mij om doormiddel van communicatietechnieken de uitkomsten over te brengen en de persoon te begeleiden.  Dit heeft geresulteerd in zowel een vernieuwde blik op het gebied van onderzoek en de meerwaarde van evidence based werken. Daarnaast heeft het voor mij persoonlijk en voor de proefpersoon een meerwaarde gehad op het gebied van inzichten in de leefstijl. Als laatste levert deze manier van onderzoek voor een sportkundige veel achterliggende en belangrijke informatie op dat gekoppeld is aan het onderwerp dat voor jou of de persoon van toepassing is.  Wat ik soms lastig vond met sportonderzoek is het vinden en gebruiken van de juiste bronnen en hoe deze te vermelden in een verslag. Vooral op het gebied van verslaglegging heb ik de afgelopen twee jaar veel geleerd. Daarnaast vond ik het vooral interessant hoe je bepaalde testgegevens kan verkrijgen, wat voor instrumenten je kan gebruiken en hoe je deze kan toepassen. |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 3: Werkt samen in teams en netwerken  In het tweede jaar van de opleiding Sportkunde staat er een stage op het programma deze stage heb ik gelopen bij Sportstad Heerenveen samen met Jacko Blaauw en Jacko Fonville. De stageperiode bestond uit twee semesters waarin we vooral bezig zijn geweest op het gebied van events. Dit hebben we gedaan in samenwerking met studenten van verschillende opleidingen maar ook verschillende netwerken en organisaties.  Mijn taak tijdens deze stage was het samenwerken met mijn medestudenten van de studie en het samenwerken en netwerken in een multidisciplinair team. Daarnaast was het onze hoofdtaak om evenementen en activiteiten op te zetten in de gemeente Heerenveen en deze dan ook te begeleiden.  De acties die ik heb gedaan om beter te worden in samenwerken en netwerken is het bijwonen van verschillende meetings en vergadering waarbij verschillende partijen aanwezig zijn. Daarnaast om verschillende bezoeken te doen bij de externe partijen en als laatst ook om met een multidisciplinair team een evenement op te zetten.  Dit heeft geresulteerd dan mijn samenwerkingen en communicatievaardigheden vooruit zijn gegaan. Dat mijn netwerk groter is geworden door het samenwerken met verschillende partijen. Daarnaast weet ik nu ook hoe ik het best kan communiceren met verschillende soorten partijen en te wisselen tussen zakelijk en sociaal communiceren. Als laatst heeft het ook geresulteerd in een paar grote en succesvolle evenementen.  Op het begin vond ik het wel lastig om met het eigen team samen te werken niet met de studenten van mijn eigen opleiding maar meer met de medewerkers en mede studenten dit kwam vooral omdat wij een aparte werkplek hadden en minder dagen dan de rest stageliepen. Maar in de loop van de tijd heb ik hier meer tijd in geïnvesteerd om meer de gespreken en samenwerking aan te gaan en te zorgen dat het minder twee verschillende eilanden waren. Daarnaast ben ik erg vooruitgegaan in mijn samenwerking met externe partijen en hoe je hiermee kan samenwerken dit deden wij vooral veel met SC-Heerenveen. |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 4: Communiceert optimaal  De volgende situatie heeft zich voor gedaan om deze competentie te ontwikkelen. Het organiseren van een evenement vanuit de stage bij Sportstad Heerenveen. Voor deze stage waren we namelijk verantwoordelijk voor het opzetten van de jaarlijkse Cruyff Courts. Dit betekend dat we dit evenement van begin tot eind hebben opgezet. Daarnaast hebben we hierin een draaiboek en format ontwikkelt die overdraagbaar is voor volgend jaar.  Mijn taak tijdens het organiseren van dit evenement was het organiseren, samenwerken, communiceren en begeleiden van het evenement op de dag zelf hierin was ik aanspreek punt voor de vrijwilligers. Voor het evenement specifiek was ik verantwoordelijk voor het facilitaire gedeelte dus heb vooral veel contact gemaakt en gehad met de gemeente, SC-Heerenveen, basisscholen en andere partijen. Hierbij heb ik de contacten gehad om zo alle facilitaire middelen te regelen. Dit heb ik daarna teruggekoppeld naar de eindverantwoordelijke van Sportstad Heerenveen.  De acties die ik heb uitgevoerd zijn het plannen en begeleiden van vergaderingen met zowel SC-Heerenveen als Sportstad Heerenveen. Daarnaast samenwerken met ons eigen team van de opleiding Sportkunde. Maar ik was vooral verantwoordelijk voor de facilitaire middelen voor de tijd en tijdens het evenement en tevens aanspreek punt op de dag zelf.  Dit heeft geresulteerd in een goed lopend evenement dat zowel voor de deelnemers als voor de organisatie succesvol is geweest. Voor mij persoonlijk heeft het geresulteerd in het samenwerken en hoe je moet communiceren tijdens de voorbereiding van het evenement maar ook tijdens en na het evenement. Ik heb geleerd hoe je intern moet communiceren en hoe je communiceert naar de deelnemers wat voor middelen je daarvoor gebruikt en hoe je deze inzet. Daarnaast ook meer inzichten gekregen over hoe sociaal media kan worden ingezet voor dit soort evenementen.  Over het algemeen kijk ik met een goed gevoel terug tijdens het organiseren van dit evenement. De communicatie was over het algemeen goed mijn verbeteringen die ik voor mijzelf heb is probeer zoveel mogelijk te communiceren ook al heb je het voor jezelf duidelijk zorg ook dat het voor de rest duidelijk is. Er is namelijk weleens een situatie geweest waarin ik dingen heb geregeld maar dit onbewust niet mondelijk heb gecommuniceerd maar alleen verwerkt in het draaiboek. Dus mijn leerpunt is tijdens dit soort activiteiten iedereen in de loop te houden. |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 5: Handelt adequaat in een internationale en interculturele omgeving    Tijdens het tweede en derde jaar staat er altijd een internationale game op het programma waarin buitenlandse studenten vanuit de hele wereld naar de campus van Hanzehogeschool in Groningen komen om gezamenlijk te werken aan verschillende opdrachten die deze week centraal staan. In het tweede jaar ging het project over het organiseren van een hardloop evenement en in het derde jaar ging het project over een voetbalclub.  Mijn taak tijdens deze weken is geweest om een teamspeler te zijn en daarnaast voldeed ik aan de rol die van mij verwacht werd. Deze rol verschillende per activiteit of opdracht. Meestal verdeelde we de opdrachten en deed iedereen zijn eigen opdracht of in kleine groepjes. Hierin had ik altijd een proactieve houding.  De acties dat ik tijdens deze weken heb gedaan zijn vooral communiceren en samenwerken met de internationale groep. Dit betekend dat we de culturele verschillen en manieren van werken hebben uitgewisseld en gezamenlijk hebben gewerkt aan de opdrachten. Daarnaast heb ik colleges bijgewoond gegeven door internationale docenten en heb ik deelgenomen aan internationale sport momenten.  Het heeft geresulteerd in een blik in de werkwijze van hoe andere scholen wereldwijd verschillen op het gebied van normen en waarden maar ook op het gebied van de werkwijze. Daarnaast heb ik mijn netwerk internationaal kunnen uitbreiden en ben ik vooruitgegaan in mijn Engelse taal zowel schriftelijk als verbaal.  Als ik moet terugkijken op de weken dat wij hebben meegedaan vind ik altijd dat de Nederlanders het minst bekwaam zijn in de Engelse taal en zijn de Denen en Duitsers hier altijd veel verder in. Dit kan ik ook wel terugzien bij mijzelf soms is de Engelse taal een kleine blokkade om meer van jezelf te laten zien omdat je niet alles wat je denkt kan vertalen in de verbale communicatie. Maar doormiddel van dit soort weken ontwikkel je jezelf wel meer op dit gebied. Daarnaast vind ik het altijd zelf heel interessant om te kijken en te vergelijken van normen en waarden binnen verschillende culturen en de werkwijze die de andere studenten hebben. Hierdoor wordt je als sportkundige professional ook breed georiënteerd. |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 6: Handelt verantwoord en toont betrokken burgerschap    Tijdens het eerste jaar van de studie Sportkunde is er een opdracht geweest die zich focuste op een groot evenement die je moest begeleiden of organiseren. Hierbij heb ik gekozen om te ondersteunen bij de mountainbike wedstrijd op Ameland. Tijdens dit weekend was er zowel een wedstrijd maar ook een tour tocht. Tijdens dit weekend heb ik vooral een begeleidende en ondersteunende rol gehad als vrijwilliger.  Mijn taken tijdens dit evenement was om te zorgen als vrijwilliger dat alle wedstrijdfietsers in het juiste start vak terecht kwamen en hiervoor moesten wij de start lijsten en startnummers controleren. Daarnaast hebben we voor het evenement geholpen met de inschrijvingen van de deelnemers en hebben we zowel geholpen bij de opbouw van het hele evenement als bij de afbouw van het gehele evenement.  De acties die ik hierbij heb uitgevoerd is het communiceren met het organiserende team. Daarnaast heb ik mijn verantwoordelijkheid genomen om taken op mij te nemen als begeleider van de start vakken. Maar als laatste ben ik ook actief betrokken geweest bij het opbouwen en afbouwen van het gehele evenement en heb ik actief meegedacht hoe alles het beste neergezet en afgebouwd kan worden. Hierbij heb ik ook een idee ontwikkelt en uitgewerkt voor volgend jaar zodat het evenement makkelijker opgezet kan worden. Dit door van alles een foto te maken en toe te voegen aan het draaiboek zo kunnen de vrijwilligers van volgend jaar zien hoe alles klaargezet en afgebroken moet worden.  Dit heeft geresulteerd in een succesvol evenement en een super weekend om te begeleiden we hebben als team erg genoten van het weekend omdat het een hecht team is geweest die goed heeft gecommuniceerd en betrokken de organisatie van de mountainbike toch heeft ondersteund. Daarnaast heeft het voor mij persoonlijk geresulteerd dat ik gevraagd ben om het volgende jaar zelf het evenement op te zetten en verder te ontwikkelen. Dit was voor mij een grote eer.  Als ik terug kijk op het weekend heb ik er een goed gevoel aan over gehouden. Vooral omdat ik betrokken ben geweest en mezelf van de beste kant heb laten zien. Ik heb betrokken gereageerd en proberen mee te denken. Voor mij was het daarom ook een beloning om achteraf gevraagd te worden om het evenement voor volgend jaar te organiseren. |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 7: Onderzoekt en ontwerpt het sport- en beweegaanbod  Nadat ik klaar was met het CIOS heb ik een tussenjaar gehad waarbij ik als baan bootcamp trainer en uiteindelijk gevraagd ben om Personal Trainer te worden. Dit heb ik dan ook bijna meer dan 1,5 jaar gedaan. Voordat ik met mijn studie Sportkunde begon kregen we een nieuwe bootcamp instructeur die daarnaast haar eigen CrossFit faciliteiten had. CrossFit voor mij toen een nieuwe manier van trainen leek me altijd erg interessant en heb toen gevraagd of ik een keer een les bij mag wonen. Dit toen gedaan en een mooie deuk in mijn ego gekregen want zo fit bleek ik achteraf niet. Daarom ben ik dit steeds vaker gaan doen waardoor op een gegeven moment ik door haar ook gevraagd ben om bij haar les te komen geven. Na een aantal maanden te hebben lesgegeven en voordat ik op zomervakantie zou gaan om daarna te beginnen aan mijn studie Sportkunde werd ik gevraagd of ik de CrossFit box over wilde nemen. Hier heb ik lang over nagedacht en uiteindelijk gekozen om dit samen met mijn vader over te nemen. Dit heeft geresulteerd in een prachtige CrossFit box die drie keer zo groot is geworden in ledenaantal, coaches en oppervlakte.  Mijn taken die ik had was vooral het functioneren als bootcamp instructeur en personal trainer en later ook als CrossFit coach. Doormiddel van onderzoek van verschillende sporten en het verdiepen in de verschillende takken van de fitness branche ben ik uiteindelijk op CrossFit uitgekomen en heb ik mij ontwikkelt en verdiept in alle facetten van CrossFit. Daarom heb ik gekozen om mij hierin meer te scholen in theorie van krachttraining en conditietraining. Daarom heb ik tijdens de opleiding Sportkunde gekozen voor Sportmassage en Fitnesstrainer B en heb ik mijn eigen vrije tijd de CrossFit level 1 en CrossFit level 2 gevolgd.  De acties die ik heb gedaan om het sport en beweegaanbod te onderzoeken en ontwerpen is eerst meer online kijken wat het precies is. Hiervoor heb ik verschillende boeken over sport gelezen en bijna alles documentaires en films die een verstandhouding hebben met kracht en conditietraining. Na dit alles ben ik lessen gaan volgen in verschillende disciplines zoals: Kickboksen, Judo, Jiu-jitsu, Fitness, Bootcamp en uiteindelijk CrossFit. Na een paar maanden van fanatiek trainen in CrossFit ben ik zelf coach geworden waardoor ik mijzelf meer heb ontwikkeld op dit gebied dus minder als atleet maar meer als coach zijnde. Weer een stadium verder ben ik eigenaar geworden en ben ik dus meer gaan nadenken over de visie en missie van onze eigen box maar ook naar wat wij belangrijk vinden voor de leden. Hiervoor ben ik coaches gaan opleiden maar heb ik ook meer tijd geïnvesteerd in een goed lesprogramma.  Dit heeft erin geresulteerd dat we kwalitatief goede coaches hebben, groeiend ledenaantal, kwaliteit van bewegen bij de leden gaat omhoog en de sport groeit nog steeds in Leeuwarden. Nog steeds zijn we bezig met ontwikkelen van onszelf als coach maar ook als eigenaar maar met de tijd die ik naast mijn studie heb kunnen besteden aan mijn eigen CrossFit onderneming ben ik zeer tevreden hoe het erop dit moment voorstaat.  Als ik terug kijk op mijn eigen handelen en hoe het allemaal is gelopen heb ik het allemaal te danken aan de steun van mijn vader die mij hierin heeft geholpen en begeleid. Maar daarnaast ook de drijf die ik heb om mij te ontwikkelen in mijn coach vaardigheden en als sport professional doormiddel van mijn passie te volgen en mij volledig te verdiepen in een tak van sport en een drijf om mensen beter te maken heb ik veel stappen kunnen maken in het ontwikkelen en ontwerpen van sport en beweegaanbod |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 8: Organiseert, positioneert en begeleidt projecten en programma’s ter bevordering van sport en bewegen  CrossFit is vooral een sport waarbij de focus ligt om beter te bewegen en op een goede en verantwoordelijk manier gezond en fit te worden. Naast dit gedeelte is er ook een competitie gedeelte waarbij het gaat wie rent het snelst, tilt het zwaarst en is als eerste klaar met zijn workout. Bij CrossFit Leeuwarden doen we beide facetten van CrossFit waardoor we twee keer per jaar een CrossFit Leeuwarden Throwdown organiseren dit is een laagdrempelig clubtoernooi waaraan iedereen kan meedoen omdat er verschillende categorieën zijn. Voor dit evenement ben ik eindverantwoordelijk en organiseer ik samen met het coach team.  Mijn taken als organisator is het bedenken van het toernooi, voorzien van de randvoorwaarden van het toernooi, bedenken van de workouts, plannen van de dag, Marketing en promotie, Sponsoring regelen en daarnaast het allermooiste van het hele evenement de dag zelf alles begeleiden.  De acties die ik ervoor heb ik gedaan is verschillende vergaderingen plannen met het coach team en bespreken welke niveau categorieën we willen hanteren dit jaar. Welk type workout bij welk niveau hoort maar daarnaast ook zorgen dat er startlijsten komen, dat het materiaal in orde is en er genoeg is. Daarnaast test ik zelf altijd de workouts waardoor ik precies weet hoe lang een workout gaat duren zodat wij met zijn allen een tijdsplanning en indeling kunnen maken. Daarnaast ben ik tijdens de dag zelf altijd verantwoordelijk voor de briefing van de leden en het omroepen van de startvakken zodat iedereen op tijd begint en eindigt.  Dit resulteert altijd een super dag alle leden hebben zoveel plezier tijdens deze dagen. De coaches vinden het geweldig om te helpen en te organiseren. Vanuit de leden hebben we altijd veel vrijwilligers die komen assisteren met jureren. Maar daarnaast levert het mij als box zijnde altijd veel publiciteit op en helpt het om zowel de sport CrossFit als de box CrossFit Leeuwarden te promoten zodat meer mensen in beweging komen.  Als ik dan altijd terugkijk aan het einde van de dag heb ik altijd weer zin in het volgende evenement. Om iedereen elkaar te zien aanmoedigen en hoe iedereen op zijn eigen manier hard ziet werken ook als sporten sommige nog maar een paar weken is echt geweldig. Dat is voor mij de reden om zoveel tijd te investeren in het organiseren van het toernooi en doen alle coaches hun best om er zo’n groot mogelijk succes van te maken. |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 9: Managet en leidt de werkprocessen van een sport- en beweegorganisatie en is daarin ondernemend    In het einde van het eerst jaar was er een opdracht waarbij je een stage moest lopen in een fitness en/of wellness centrum. Hierbij heb ik toen bij mijzelf stage kunnen lopen zodat ik verschillende evenementen en activiteiten kon opzetten en mij kon verdiepen in het bevorderen van de kwaliteit in mijn eigen onderneming.  De taken die ik toen heb uitgevoerd zijn het opzetten van een beginnerscursus voor proeflessers en het ontwikkelen van een intakeprocedure. Daarnaast ben ik bezig geweest met de officiële opening van CrossFit Leeuwarden.  De acties die ik hierbij heb uitgevoerd zijn het ontwikkelen en bedenken van een intakeprocedure die past bij CrossFit en onze missie en visie. Daarnaast heb ik onze schoonmaakprocedure verder uit ontwikkelt en verbetert zodat de hygiëne in de box ook vooruit is gegaan. Maar het grootste project waar ik acties voor heb uitgevoerd is het organiseren van een opening. Hiervoor heb ik een draaiboek gemaakt, promotiecampagnes toegepast, nieuwsbericht gepost, kranten benaderd, sociaal media gebruikt, coaches gebrieft, materialen voor de dag zelf aangeschaft en de dag zelf begeleidt.  Dit heeft geresulteerd in een succesvolle stages waarbij ik veel aandacht heb kunnen besteden aan werkzaamheden waarin ik voorheen niet veel tijd voorhad. De introductieprocedure is hierdoor verbetert waardoor de ervaring voor proeflessers en de kwaliteit van de box omhoog is gegaan. Daarnaast is door de verbetering van een schoonmaakrooster de box ook schoner en structureel schoon zodat het een beter en schonere omgeving is voor de leden. Maar het meest belangrijke is dat we een succesvolle opening hebben gehad met veel nieuwe leden en oud leden.  Als ik terug kijk naar mij eigen werkzaamheden ben ik tevreden hoe ik de meeste projecten heb benaderd. Vooral de introductieprocedure heeft veel tijd gekost want moest hierna ook de rest van de coaches meekrijgen in de nieuwe procedure dus heb veel tijd geïnvesteerd in het uitleggen en overbrengen van de introductieprocedure. Hierin heb ik geleerd hoe belangrijk het is om ook te communiceren waar we mee bezig zijn i.p.v. uit het niets te vertellen zo en zo gaan we het doen. Maar behalve dat heb ik veel nieuwe taken kunnen managen en opzetten waardoor ik daarin ook beter ben geworden en ik dit in mijn verdere onderneming kan toepassen. |

|  |
| --- |
| **Omschrijving + vereist niveau** |
| *Hoe zag jouw ontwikkeling en leerproces er ten aanzien van de competentie uit?*  *In welke mate beheers je deze competentie?(STARR moet te herleiden zijn)*  *Waaruit blijkt dat je deze competentie hebt behaald?* |
| *Richtlijn is ongeveer 1 A4 per competentie*  Competentie 10: Ontwikkelt, evalueert en adviseert over strategie en beleid omtrent sport en bewegen  Tijdens het laatste blok van het tweede jaar staat er altijd een beleids game op het programma wat de bedoeling is bij de beleidsgame is om een visie op het huidige beleid te maken en daarop in te spelen en verder te ontwikkelen.  Mijn taken tijdens deze weken was om samen met medestudenten mij verder te verdiepen in het beleid van de stad Groningen. Hiervoor hebben we veel deskresearch toegepast maar ook een paar keer field research waarbij we bewoners hebben bevraagd. Daarnaast hebben we onze eigen visie ontwikkeld op het huidige beleid en hebben we gekeken vanuit standpunten van een politieke partij naar het beleid van de gemeente.  De acties die ik hiervoor heb uitgevoerd is het onderzoeken van de standpunten van de politieke partij in vergelijking met de standpunten van de gemeente. Daarnaast heb ik mij verdiept in het opstellen van een motie en hoe je een passende visie ontwikkelt voor een beleidsplan. Als laatst heb ik mede bedacht wat voor kansen en ontwikkelingen er mogelijk zijn om het sporten in de openbare ruimte in de gemeente Groningen te verbeteren en verder te ontwikkelen. Hierop hebben we dan ook een concept ontwerpt en later ook gepresenteerd.  Dit heeft geresulteerd in de verdieping slag in het politieke en gemeentelijke systeem. Daarnaast is er gewerkt aan communicatie binnen een team van studenten maar ook in communicatie met politieke partijen en gemeenteambtenaren. Maar ook is er een begin slag gemaakt in het voeren van een debat en een dialoog en hoe dit gevoerd kan worden.  Als er terug gekeken wordt naar de beleidsgame vond ik het zelf wel een lastig blok omdat ik het politieke concept en beleidsprogramma’s minder interessant vind dan het actieve gedeelte van sport. Maar desondanks vind ik het wel erg leuk om een klein gedeelte van het onderdeel beleid van sport te hebben meegekregen en hoe dat hele proces in zijn werk gaat. Vooral als zelfstandig ondernemer is de politiek volgen en daarop in spelen erg belangrijk ook al is dat niet het allerleukste om te doen. Wat ik ook erg leerzaam vond is het voeren van een debat en dialoog om een ander te overtuigen met jou ideeën en standpunten en dat overbrengen en daarover discussiëren was een aspect dat ik achteraf erg leuk vind. |

**Overzicht van bewijsstukken**:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Naam bewijsstuk | Noem het nummer van de competentie(s) waar het bewijsstuk bij hoort | **Licht kort toe om wat voor bewijs het gaat (dat is soms uit alleen de naam van een bewijsstuk niet op te maken)** |
| Eigen onderneming | Speciale sportkundige identiteit | Eigenaar van CrossFit Leeuwarden hierin hou ik mij bezig met coaching, ondernemen en organiseren. |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

Geef een toelichting op de competentie door alle onderstaande vragen te beantwoorden.

**Situatie:** Beschrijf kort de aanleiding en het doel van de opdracht/taak die aan het bewijs ten grondslag lag. Geef tevens aan wie de opdrachtgever was en wie eventueel andere betrokkenen waren.

# S

# T

**Taak:** Beschrijf de exacte taak/opdracht die je had en de rol die je daarin vervulde.

## A

**Activiteiten:** Beschrijf kort de aanpak die je hebt gehanteerd: welke activiteiten, in welke volgorde, welke voorbereiding was nodig? Welke theoretische modellen, protocollen, etc. heb je toegepast? Maak, in geval van teamwork, duidelijk welke activiteiten voor jouw rekening kwamen, hoe zelfstandig je die uitvoerde en hoe de samenwerking verliep.

## R

**Resultaat:** beschrijf het resultaat van de opdracht en jouw aanpak. Hoe is het resultaat beoordeeld, door wie en waarop? Wat is er vervolgens met dat resultaat gebeurd (in de organisatie)?

## R

**Reflectie:**

* geef aan waarom je dit voorbeeld een goed bewijs vindt bij deze deelta(a)k(en). Leg daarbij een relatie met de complexiteit van de opdracht en/of de wijze waarop het resultaat is beoordeeld.
* waarover was je tevreden en waarom?
* wat zou je een volgende keer bij een vergelijkbare opdracht anders aanpakken en waarom?