



Leerjaar I Voeding- & Leefstijladviseur



Periode 1

Projecten:

Hoe fit ben ik?

Je leert de basisbegrippen over (gezonde) voedingsleer en de toepassing in de praktijk. We gaan hierbij uit van jezelf. Je maakt een passend beweeg- en voedingsplan voor jezelf.

Spijs je rijk / koken

Op basis van de schijf van 5 ga je leren over de voedingswaarde en -stoffen van verschillende voedingsmiddelen. Ook leer je hoe je deze middelen moet bereiden in de keuken.

Ondersteunende vakken:

- Bewegingsleer
- Ontwikkelingspsychologie
- Levensmiddelenleer
- Anatomie/fysiologie/pathologie

Kennistoets: stof uit de projecten en ondersteunende vakken

Overige vakken:

- Sport (via SportEC)
- Koken

Generieke vakken:

- Rekenen
- Nederlands
- Engels

Burgerschap:

- Dimensie vitaal burgerschap

Periode 2

Projecten:

Jong geleerd, oud gedaan

Iedere leeftijdsgroep heeft zijn eigen kenmerken en voedingsbehoeften. Je leert in de basis hoe dit in elkaar zit en hoe jij een cliënt kan aanzetten tot gezond gedrag en activiteiten die hier bij passen.

Leefstijlinterventies

Hoe krijg je Nederland gezonder? Dat ga je in deze module leren. Je gaat een leefstijlinterventie ontwikkelen en uitvoeren bij klasgenoten of in een praktijksituatie. Je sluit dit project af met een portfolio en een presentatie.

Ondersteunende vakken:

- Bewegingsleer
- Levensmiddelenleer
- Ontwikkelingspsychologie
- Anatomie/fysiologie/pathologie

Kennistoets: stof uit de projecten en ondersteunende vakken

Overige vakken:

- Koken
- BPV begeleiding
- Sport (via SportEC)

Generieke vakken:

- Rekenen
- Nederlands
- Engels

Burgerschap:

- Dimensie sociaal maatschappelijk

Periode 3

Projecten:

Bedrijfsvitaliteit

Vitale medewerkers is essentieel voor ieder bedrijf. In dit project ga je leren hoe je zelf een vitaliteitsonderzoek kunt doen en dit ook uitvoeren. Met je onderzoek kom je tot een advies dat je gaat presenteren aan het bedrijf.

Save your planet

Duurzaamheid wordt steeds belangrijker. Ook voor een toekomstig voeding- en leefstijladviseur. Welke duurzame ideeën kan jij verzinnen en uitwerken?

Ondersteunende vakken:

- Communicatie & leefstijlen
- Voedingsleer
- Anatomie/fysiologie/pathologie
- Motiveren kun je leren

Kennistoets: stof uit de projecten en ondersteunende vakken

Overige vakken:

- Koken
- BPV begeleiding
- KZD Positieve Gezondheid in de praktijk

Generieke vakken:

- Rekenen
- Nederlands
- Engels

BPV – STAGE

Meelopen met ouderejaars

Periode 4

Projecten:

Eten met je pinpas / koken

Jij gaat op zoek naar betaalbare en gezonde voeding voor een zelfgekozen doelgroep. Niet iedereen heeft hetzelfde budget. Hoe ga jij daar mee om? Je leert hoe je dit in een factsheet kan weergeven.

Spreken als een baas

Jij gaat leren hoe je goed kunt presenteren. Op basis van een onderzoekje in je omgeving ga je een voorlichtingspresentatie ontwikkelen en presenteren.

Ondersteunende vakken:

- Receptenleer
- Voedingsleer
- Anatomie/fysiologie/pathologie

Kennistoets: stof uit de projecten en ondersteunende vakken

Overige vakken:

- Koken
- EHBO
- KZD Positieve Gezondheid in de praktijk
- BPV voorbereiding

Generieke vakken:

- Rekenen
- Nederlands
- Engels

BPV – STAGE

Meelopen met ouderejaars

LOB – Loopbaan Oriëntatie & Begeleiding

Gedurende de hele opleiding krijg je LOB van een vaste 'LOB-er'. Gezamenlijk met je klas ga je jouw loopbaan richting geven. Ook heb je persoonlijke gesprekken waarin jij je voortgang met je LOB'er bespreekt. Hierbij maken we gebruik van een ontwikkelmeter die we de 'student-journey' noemen.

