



## Opleiding Blessurepreventie

### *De sportmasseur in de sportzorgketen*

#### Algemeen

Sporten is gezond! Helaas is de realiteit dat jaarlijks gemiddeld 3,5 miljoen Nederlanders een blessure krijgen, waarvan 1,4 miljoen blessures een medische behandeling behoeven.

De sportmasseur werkzaam bij een sportvereniging is veelal het eerste aanspreekpunt van sporters en trainers bij pijntjes en klachten tijdens of als gevolg van het sporten. Dit kan ook gelden voor de sportmasseur die wordt ingezet bij (grote) sportevenementen.

De sportmasseur staat niet alleen in het bieden van sportzorg en is een schakel in de sportzorgketen. In de vernieuwde opleiding Blessurepreventie die in samenwerking met de NGS, NVFS en VSG is ontwikkeld, wordt u opgeleid tot een zorgprofessional die naast o.a. de sportfysiotherapeut en de sportarts, onderdeel uit kan maken van de sportzorgketen. Een goede basis heeft u hiervoor gelegd met de opleiding Sportmassage.

*Heeft u de ambitie om een actieve sportmasseur te worden in de sportzorgketen, dan is deze opleiding op uw lijf geschreven!*



**de Fysiotherapeut**

Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie  
in de Sportgezondheidszorg

STICHTING OPLEIDINGEN IN  
DE SPORTGEZONDHEIDSZORG



# Opleiding Blessurepreventie

De benadering van het lichaam als bewegingsketen staat in de opleiding centraal en sluit aan bij de visie van de sportfysiotherapeut en sportarts. Een klacht in de enkel kan namelijk veroorzaakt worden door een afwijking die hoger in de bewegingsketen ligt, bijvoorbeeld in de knie of de heup. U leert in de opleiding methodisch te handelen bij (het voorkomen van (secundaire)) blessures, waarbij de resultaten worden vastgelegd in cliëntendossiers.

U leert uw werkzaamheden af te stemmen op andere betrokkenen bij de sporter zoals trainers, begeleiders en verzorgers. U leert zich bewust te zijn en te handelen binnen de grenzen van uw eigen kunnen en raadpleegt tijdig de sportzorgketenpartners of verwijst de sporter naar hen door. Met het diploma van de opleiding Blessurepreventie kunt u worden opgenomen in het kwaliteitsregister van de SCAS. De SCAS stelt onpartijdig de vakbekwaamheid vast van professionals die zich richten op de begeleiding van sporters en de behandeling van sportblessures.

## Doel van de opleiding

Het doel van de opleiding is om u die kennis, vaardigheden en attitudes aan te reiken die nodig zijn om in de praktijk goed te kunnen functioneren in samenwerking met de sportzorgketenpartners. De opleiding richt zich op het voorkomen van blessures maar ook op het adequaat aanpakken ervan zodat erger wordt voorkomen en de sporter weer snel en verantwoord kan sporten. Blessurepreventie en behandeling doet u niet alleen, u werkt hiervoor samen met andere professionals in de sportzorgketen.

Aan het einde van de opleiding wordt u in staat geacht de volgende kerntaken te beheersen:

1. Werkt samen in de sportzorgketen
2. Onderzoekt en informeert over primaire blessurepreventie
3. Bepaalt aanpak beginnende blessures
4. Handelt bij en na blessures
5. Registreert blessureaanpak en -verloop
6. Onderhoudt eigen deskundigheid

## Opzet van de opleiding

De opleiding is erop gericht dat u een competente sportmasseur in de sportzorgketen wordt. Van belang is dat u in de praktijk het geleerde kunt oefenen en toepassen. Daarom maakt de reële praktijk onderdeel uit van de opleiding.

Dit uit zich allereerst in een kennismakingsbijeenkomst met sportzorgketenpartners uit de regio, waarin de rol van de sportmasseur in de keten duidelijk wordt. Daarnaast vormen praktijkopdrachten, die in een (stage)praktijksetting worden uitgevoerd, de basis van de opleiding.

In de ondersteunende opleidingsbijeenkomsten krijgt u de kennis en vaardigheden aangereikt die nodig zijn om de praktijkopdrachten goed uit te kunnen voeren. U herhaalt (= oefent) een opdracht net zo vaak tot u de kerntaak waarop de opdracht is gebaseerd, beheerst. Reflectie vormt hierbij een belangrijk onderdeel: het uitvoeren van een kerntaak is meer dan een kunstje. Tijdens de bijeenkomsten kunt u uw ervaringen bespreken en vragen stellen. Om de samenwerking in de sportzorgketen te versterken zullen één of enkele avonden ingevuld worden door een sportfysiotherapeut en/of sportarts.

## Studiebelasting en voorbereiding

- De opleiding bestaat uit een set praktijkopdrachten die u in een (eigen/stage) praktijksetting uitvoert en waarvan u de resultaten vastlegt in een portfolio (3 á 4 uur per week).
- U volgt daarnaast 14 lesavonden van 3 tot 3,5 uur welke minimaal twee weken na elkaar plaats vinden.
- Ten slotte moet u een aantal uur, afhankelijk van uw kennis en ervaring op dit moment, reserveren voor zelfstudie van theorie en het oefenen van vaardigheden.
- De ervaring leert dat het beste resultaat bereikt wordt als cursisten de vaardigheden oefenen in oefengroepjes.



## Toelatingseisen

- Ten minste in het bezit van een (NGS) diploma Sportmassage.
- Een praktijksetting waar de praktijkopdrachten uitgevoerd kunnen worden en het geleerde geoefend en toegepast. Wanneer u niet werkzaam bent bij een sportvereniging of een eigen praktijk heeft, dient een stageplaats gezocht te worden (indien nodig kan hierbij bemiddeld worden).

Uw instelling en ambitie om werkzaam te zijn in de sportzorgketen is in deze opleiding minstens zo belangrijk om de opleiding succesvol af te ronden.

## Examen en diploma

Het examen zal worden afgenomen door het NGS. Naast een portfoliobeoordeling zal er ook een reflectie-interview plaats vinden. De tastbare en controleerbare resultaten van de uitvoering van de set praktijkopdrachten zullen tezamen het portfolio vormen en bewijzen de competenties van de cursist. Bij voldoende resultaat ontvangt u het NGS-diploma Blessurepreventie.

## Kosten

De opleiding kost in totaal €895,- dit is inclusief:

- Cursistenhandleiding inclusief de praktijkopdrachten;
- Feedback door experts op de opdrachten;
- 14 lesavonden;
- Reader en hand-outs van de bijeenkomsten;
- Minimaal 1 bijeenkomst in de regio met sportzorgketenpartners.

Exclusief examenkosten.

## Inschrijven

U kunt zich via bijgevoegd inschrijfformulier inschrijven. Ca. twee weken voor aanvang van de opleiding wordt door uw machtiging eenmalig het opleidingsbedrag van uw rekening afgeschreven.



## Lokatie

Clubgebouw HV Tornado  
Parklaan 1  
Heerhugowaard

## Docenten

- Huib Plemper, Sportarts
- Jeroen Bijman, Sportfysiotherapeut
- Bianca Mooij, Sportfysiotherapeut
- Alex Hoveling, Sportfysiotherapeut

De docenten zijn allen werkzaam in regio Noord-Holland en kunnen hiermee voor u het startpunt vormen voor kennismaking met sportzorgketenpartners bij u in de regio.

## Data op donderdagavonden:

- 09-01-2014 Introductie opleiding
- 23-01-2014 Herhalen van basisvaardigheden
- 30-01-2014 Blessures rug en bekken
- 13-02-2014 Behandeling blessures rug en bekken
- 20-02-2014 Blessures aan onderste extremiteiten
- 06-03-2014 Behandeling blessures onderste extremiteiten
- 20-03-2014 Acute blessures onderste extremiteiten
- 03-04-2014 Herhaling basisvaardigheden
- 10-04-2014 Blessures nek, schouder en bovenste extremiteiten
- 24-04-2014 Onderzoek van blessures schouder
- 08-05-2014 Behandeling van blessures schouder
- 22-05-2014 Onderzoek en behandeling blessures elleboog en pols
- 05-06-2014 Afronding blessurepreventie en blessures
- 19-06-2014 Extra bijeenkomst - voorbereiden op het examen

Alle lesavonden starten om 19:00 uur.

## Contact

Professor Bronkhorstlaan 10 (gebouw 60)  
3723 MB Bilthoven  
Postbus 52, 3720 AB Bilthoven  
Telefoon 030-2252290  
Fax 030-2252498  
Email: [sos@sportgeneeskunde.com](mailto:sos@sportgeneeskunde.com)