Fitnesstrainer oncologie (K1294)

Servicedocument – Praktijkexamen

Uitgever: Exalo Media
Versie: 2026-10

Auteursrechtwaarschuwing

© Exalo Media. Alle rechten voorbehouden.

Dit document bevat inhoud die beschermd wordt door het auteursrecht. Exalo Media bezit het auteursrecht op de tekst, afbeeldingen, grafieken, en andere inhoud die in dit document worden weergegeven, tenzij anders aangegeven.

Niets in dit document mag worden verveelvoudigd, verspreid, overgedragen, tentoongesteld, gereproduceerd, of op enige andere wijze gebruikt worden zonder de uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van Exalo Media. Het is strikt verboden om de inhoud van dit document te wijzigen, aan te passen of te vertalen zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Exalo Media.

Exalo Media behoudt zich het recht voor om juridische stappen te ondernemen tegen personen of entiteiten die inbreuk maken op het auteursrecht van dit document.

Voor toestemming om de inhoud van dit document te gebruiken, neem contact op met:

Exalo Media
info@exalo.nl
https://exalo.nl

© Exalo Media. Alle rechten voorbehouden.

Examenmatrijs D1-K1

D1-K1: Traint mensen die kanker hebben (gehad)	
Complexiteit:	De beginnend beroepsbeoefenaar werkt gestructureerd en lokaal. Werkzaamheden zijn gestandaardiseerd in de te doorlopen processen, maar het maatwerk per cliënt is wisselend. De beginnend beroepsbeoefenaar heeft specialistische kennis van fitness, anatomie, fysiologie, trainingsleer en oncologie. De complexiteit in het werk van de beginnend beroepsbeoefenaar zit verder in het signaleren van klachten of veranderingen in de fysieke gesteldheid die kunnen ontstaan.
Verantwoordelijkheid en zelfstandigheid:	De beginnend beroepsbeoefenaar werkt in het algemeen zelfstandig maar kan ook een ondersteunende rol vervullen voor bestaand specialismen zoals bijvoorbeeld fysiotherapie. Hierdoor werkt de beginnend beroepsbeoefenaar samen met gelijken, medisch specialisten en cliënten. De beginnend beroepsbeoefenaar is zelfstandig verantwoordelijk voor het opstellen van een trainingsprogramma waarbij rekening gehouden wordt met de fysieke belastbaarheid van de cliënt. Hij/zij draagt verantwoordelijkheid voor de resultaten van de eigen werkzaamheden. Hij/zij bewaakt daarom de grenzen van zijn of haar vakgebied en adviseert of verwijst zo nodig door naar andere disciplines. Hierbij rapporteert de beginnend beroepsbeoefenaar aan andere disciplines over de constateringen en de hulpvraag.
Examenvorm:	Praktijkexamen Het praktijkexamen is een afsluitende toets waarbij de kandidaat in een realistische werkomgeving aantoont de vereiste kennis, vaardigheden en professionele houding te beheersen. De beoordeling vindt plaats aan de hand van vooraf vastgestelde criteria en richt zich op zowel het proces als het eindresultaat.

Werkproces: D1-K1-W1			
Titel werkproces	**Uit te voeren**	**Aanwijzingen voor de opdracht**	**Resultaat**
Intake uitvoeren	De beginnend beroepsbeoefenaar voert een intakegesprek met de cliënt, bespreekt vragenlijsten en brengt belastbaarheid, bijwerkingen en relevante risico's in kaart voor training.	De beginnend beroepsbeoefenaar handelt ethisch en integer, luistert aandachtig en signaleert risico's rond fysieke belastbaarheid. Bij twijfel zoekt hij proactief samenwerking.	De intake is uitgevoerd en waar nodig zijn andere specialismen of zorgprofessionals betrokken.

© Exalo Media. Alle rechten voorbehouden.

Werkproces: D1-K1-W2			
Titel werkproces	**Uit te voeren**	**Aanwijzingen voor de opdracht**	**Resultaat**
Afnemen fysieke inspanningstest(s)	De beginnend beroepsbeoefenaar interpreteert vooraf of reeds afgenomen inspanningstests, beoordeelt adviezen van specialisten en houdt testresultaten bij in systemen voor administratie en communicatie met medische professionals.	De beginnend beroepsbeoefenaar handelt zorgvuldig en integer met testuitslagen, schakelt bij twijfel proactief met andere zorgprofessionals, houdt resultaten nauwkeurig bij en verwerkt die correct.	De inspanningstests zijn afgenomen en de resultaten zijn geïnterpreteerd en verwerkt, waarna de uitkomsten zijn vastgelegd voor communicatie en administratie.

Werkproces: D1-K1-W3			
Titel werkproces	**Uit te voeren**	**Aanwijzingen voor de opdracht**	**Resultaat**
Opstellen trainingsschema	De beginnend beroepsbeoefenaar stelt, op basis van intake en inspanningstest, een trainingsschema op of beoordeelt een voorgesteld schema op uitvoerbaarheid en past het aan.	De beginnend beroepsbeoefenaar vraagt proactief naar behoeften, communiceert open en respecteert vertrouwelijkheid, observeert veranderingen, overlegt zorgvuldig met de cliënt en betrokken zorgprofessionals.	Het trainingsschema is opgesteld en actueel. Waar nodig is er overleg geweest en zijn aanpassingen gedaan.

© Exalo Media. Alle rechten voorbehouden.

Werkproces: D1-K1-W4			
Titel werkproces	**Uit te voeren**	**Aanwijzingen voor de opdracht**	**Resultaat**
Uitvoeren fysieke training(en)	De beginnend beroepsbeoefenaar voert een voorgeschreven trainingsschema uit en begeleidt de cliënt in cardio- en krachtoefeningen terwijl hij veranderingen in belastbaarheid monitort.	De beginnend beroepsbeoefenaar stelt zich flexibel bij veranderingen in fysieke gesteldheid, past training zo nodig aan en beoordeelt besluitvaardig veiligheid en voortzetting volgens beroepsnormen.	De beginnend beroepsbeoefenaar heeft het voorgeschreven trainingsschema veilig uitgevoerd en, waar nodig, zorgprofessionals betrokken zodat uitvoering en veiligheid gewaarborgd bleven.

Werkproces: D1-K1-W5			
Titel werkproces	**Uit te voeren**	**Aanwijzingen voor de opdracht**	**Resultaat**
Uitvoeren evaluatiegesprek	De beginnend beroepsbeoefenaar voert tijdens en na het traject een evaluatiegesprek met de cliënt, bespreekt trainingsvoortgang, eventuele inspanningstesten en gemaakte vooruitgang.	De beginnend beroepsbeoefenaar handelt zorgvuldig en volgens beroepsnormen, bespreekt veranderingen in fysieke gesteldheid en motiveert de cliënt om bij te werken aan een gezonde leefstijl en fysieke activiteit.	De vooruitgang van de cliënt is geëvalueerd en eventuele veranderingen in de fysieke gesteldheid zijn besproken. Na het traject is de cliënt gemotiveerd om aan een gezonde leefstijl te werken.

© Exalo Media. Alle rechten voorbehouden.

Werkprocessen	**Inhoud**	**Aanwijzingen**
Alle kerntaken en werkprocessen	Beoordeling praktijkexamen	De examinator beoordeelt de uitvoering van het praktijkexamen op basis van vastgestelde beoordelingscriteria die betrekking hebben op de vakinhoudelijke uitvoering. Het bewijsmateriaal ondersteunt de beoordeling, maar is niet zelfstandig beslissend. Beoordelen gebeurt aan de hand van een puntenschaal: - O = onvoldoende (0 punten). Wanneer het criterium niet op een acceptabele manier is uitgevoerd, zoals gewenst is in de beroepspraktijk. - V = voldoende (1 punt). De uitvoering van het criterium voldoet aan het niveau dat van de beginnend beroepsbeoefenaar kan worden verwacht. - G = goed (2 punten). De uitvoering van het criterium is bovengemiddeld goed en daarmee meer dan de beginnend beroepsbeoefenaar moet kennen of kunnen. De behaalde punten worden per examenmoment opgeteld. De omzettingstabel van dat moment geeft het afzonderlijke momentcijfer. De school bepaalt eventuele weging, middeling en voorwaarden voor het eindresultaat.

Examen		
Werkprocessen	**Inhoud**	**Aanwijzingen**
Alle kerntaken en werkprocessen	Het examen bestaat uit het uitvoeren van het praktijkexamen	De examinator observeert en beoordeelt de uitvoering van het praktijkexamen tijdens het werken. Tijdens of direct na de uitvoering kan de examinator de student kort bevragen ter verduidelijking van gemaakte keuzes en uitgevoerde handelingen. Deze toelichting is ondersteunend van aard en maakt geen afzonderlijk beoordeeld onderdeel van het examen uit.

© Exalo Media. Alle rechten voorbehouden.

Examenmomenten en registratie

Dit examen bestaat uit afzonderlijk beoordeelde examenmomenten. De school registreert de momentcijfers en bepaalt eventuele weging, middeling en voorwaarden voor het eindresultaat. Een herkansing kan per moment; andere geldige resultaten blijven behouden.

Moment	Werkprocessen	Opdrachten	Max. punten
1	D1-K1-W1, D1-K1-W2, D1-K1-W3	1, 2, 3	36
2	D1-K1-W4, D1-K1-W5	4, 5	24

Toelichting bij dit servicedocument

Dit servicedocument geeft een beknopt overzicht van de opbouw en inhoud van het exameninstrument. Het document is bedoeld om opleidingen en examencommissies te helpen bij de **oriëntatie op het examenproduct**.

Omdat exameninstrumenten zelf niet vrij gedeeld kunnen worden, biedt dit servicedocument inzicht in onder andere:

- De structuur van het examen
- De relatie met het kwalificatiedossier of keuzedeel
- De toetsmatrijs
- De manier van beoordelen

Op basis van deze informatie kunnen opleidingen doorgaans goed beoordelen of het exameninstrument aansluit bij hun onderwijs en examinering.

Voorbeelden van examenmateriaal

Wilt u een beter beeld krijgen van de manier waarop Exalo examens ontwikkelt? Op onze website vindt u een aantal **voorbeelddocumenten** die laten zien hoe examens, beoordelingsformulieren en instructies zijn opgebouwd.

Deze voorbeelden zijn te vinden via: https://exalo.nl/ons-concept/

Veelgestelde vragen

Veel praktische vragen van opleidingen gaan bijvoorbeeld over:

- Hoe een exameninstrument wordt ingezet in de praktijk
- Hoe de beoordeling is opgebouwd
- Welke documenten worden meegeleverd
- Hoe het vaststellen door de examencommissie werkt

Op de productpagina van elk exameninstrument vindt u daarom een **uitgebreide FAQ** met antwoorden op de meest gestelde vragen.

Afnamevorm van het examen

Exalo Media ontwikkelt exameninstrumenten met een afnamevorm die past bij de aard van het werkproces of het keuzedeel. Afhankelijk van het examen kan dit bijvoorbeeld bestaan uit een praktijkopdracht, een beroepsproduct, een gesprek, een observatie in de praktijk of een combinatie van deze onderdelen. In het servicedocument staat beschreven **welke afnamevorm voor dit exameninstrument is uitgewerkt** en hoe de beoordeling plaatsvindt.

Wij realiseren ons dat opleidingen hun onderwijs en examinering soms anders hebben ingericht. Het kan daarom voorkomen dat de standaard afnamevorm van een exameninstrument niet volledig aansluit bij de manier waarop een opleiding het onderwijs heeft georganiseerd.

In dat geval kan in overleg worden gekeken naar **alternatieve afnamevormen of aanpassingen aan het exameninstrument**. Denk bijvoorbeeld aan een andere combinatie van examenonderdelen of een aangepaste manier van beoordelen. Dergelijke aanpassingen worden altijd afgestemd met de opleiding en moeten plaatsvinden **voordat het exameninstrument ter vaststelling wordt aangeboden aan de examencommissie**.

Afhankelijk van de aard en omvang van de aanpassing kunnen hiervoor **ontwikkel- of aanpassingskosten** in rekening worden gebracht. Heeft uw opleiding specifieke wensen rondom de afnamevorm van het examen? Neem dan gerust contact met ons op om de mogelijkheden te bespreken.

Vaststelling van het exameninstrument

Exameninstrumenten van Exalo worden aangeboden voor gebruik via een **Route 2 vaststellingsprocedure**. Dit betekent dat het exameninstrument wordt vastgesteld door de **examencommissie van de onderwijsinstelling** die het examen gebruikt.

Wij adviseren daarom om vóór aanschaf of inzet **af te stemmen met de eigen examencommissie** of deze werkwijze aansluit bij het beleid van de instelling. Het servicedocument en de bijbehorende toetsmatrijs zijn opgesteld om examencommissies te ondersteunen bij deze beoordeling.

Vragen of aanvullende informatie

Heeft uw opleiding of examencommissie aanvullende vragen over het exameninstrument, de documentatie of de inzet in de praktijk? Neem dan gerust contact met ons op. Wij denken graag mee:

- ➔ https://exalo.nl
- ➔ info@exalo.nl