

# **Verantwoordingsdocument LLB Wellantcollege**

**Opgesteld door:** Sectorwerkgroep LLB  
**Status:** definitief  
**Datum:** januari 2010  
**Versie:** 1.3

## **Deel A: Algemeen**

*In deel A staat beschreven hoe Wellantcollege omgaat met het document LL&B, zowel formatief als summatief.*

## Inleiding

In de kwalificatiedossiers worden de vereiste beroepscompetenties van beginnende beroepsbeoefenaren beschreven. Daarnaast beschrijft het document *Leren, Loopbaan & Burgerschap* (april 2007) de kwalificatie-eisen op het gebied van leer-, loopbaan- en burgerschapscompetenties van deelnemers in het middelbaar beroepsonderwijs (mbo). De kwalificatiedossiers en het document LL&B vormen samen een kader om te voldoen aan de doelstelling van het mbo zoals vastgelegd in de Wet Educatie en Beroepsonderwijs (WEB).

In de WEB is opgenomen dat het beroepsonderwijs allereerst de beroepsvorming van deelnemers bevordert. Daarnaast heeft het de opdracht om de algemene vorming en de persoonlijke ontplooiing van deelnemers te bevorderen en bij te dragen aan het maatschappelijk functioneren. Daartoe is in de WEB (art. 7.1.3) opgenomen dat kwalificaties voor het beroepsonderwijs drievoudig moeten kwalificeren voor:

- een beroep;
- doorstroming naar vervolgonderwijs en;
- het maatschappelijk functioneren.

Het document LL&B geeft kaders aan het onderwijs om aan de tweede en derde deel van deze drievoudige kwalificatie te voldoen. In dit verantwoordingsdocument staat beschreven hoe Wellantcollege omgaat met de eisen uit het document LL&B. Daarbij wordt een knip gemaakt tussen leren en loopbaan enerzijds en burgerschap anderzijds.

Naast het document LL&B<sup>1</sup> is in dit verantwoordingsdocument ook gebruikt gemaakt van de voorbeeldmatige uitwerkingen van het brondocument door SLO en CINOP<sup>2</sup> en het servicedocument *Leren Loopbaan en Burgerschap* van de AOC Raad<sup>3</sup>.

## Hoe gaat Wellantcollege om met het brondocument LL&B?

De deelnemersbegeleiding is zodanig ingericht dat de onderdelen *Leren* en *Loopbaan* daarin meegenomen worden. Het leerproces wordt in samenspraak met de deelnemer vormgegeven. Deelnemers worden gestimuleerd leervragen te formuleren. Deze worden vastgelegd in het leerlingvolgsysteem. Hierin worden ook het POP en de bijbehorende bewijzen opgeslagen. Deelnemersbegeleiding begint bij de individuele intake en vindt haar vervolg bij individuele coachgesprekken en bij de coachgroepbijeenkomsten. Deze wijze van werken past in de denkrichting van de MBO-raad, die in een recente publicatie *Brondocument Burgerschap, Leren & Loopbaan in het mbo*<sup>4</sup> een knip maakt tussen burgerschap enerzijds en leren & loopbaan anderzijds. Hier worden de onderdelen *leren* en *loopbaan* verondersteld een logisch onderdeel te vormen van de inrichting van het competentiegericht onderwijs op de instellingen, waardoor het geen aparte eisen behoeft in het document LL&B.

Ten aanzien van het onderdeel *Burgerschap* werkt Wellantcollege met leertaken. Dat past binnen de werkwijze van Wellantcollege waar voor de beroepsgerichte onderdelen met leertaken wordt gewerkt. De leertaken voor burgerschap zijn gedefinieerd op het niveau van de kerntaken. In de leertaak is aangegeven wat het Wellantcollege van zijn deelnemers verwacht. Naast een algemene inleiding waarin de relevantie van de leertaak wordt geschetst, is tevens het doel van de leertaak beschreven. Vervolgens wordt dat doel opgeknipt in kleinere onderwerpen, die een duidelijke link hebben met de werkprocessen uit het brondocument. Per onderwerp wordt aangegeven wat Wellantcollege concreet verwacht van zijn deelnemers. Bij dat laatste is

<sup>1</sup> [http://burgerschapmbo.slo.nl/beleid/Leren\\_Loopbaan\\_en\\_Burgerschap.pdf/](http://burgerschapmbo.slo.nl/beleid/Leren_Loopbaan_en_Burgerschap.pdf/)

<sup>2</sup> [http://www.slo.nl/downloads/archief/Leren\\_2c\\_20Loopbaan\\_20en\\_20Burgerschap.pdf/](http://www.slo.nl/downloads/archief/Leren_2c_20Loopbaan_20en_20Burgerschap.pdf/)

<sup>3</sup> [http://www.aocraad.nl/26\\_publicaties.htm](http://www.aocraad.nl/26_publicaties.htm)

<sup>4</sup> <http://www.mboraad.nl/data/uploads/document/Brondocument%20MBO%20Raad%20leren%20loopbaan%20en%20burgerschap%202009.pdf>

onderscheid gemaakt naar de niveaus 1 t/m 4. De verwachtingen zijn gemodelleerd naar de herkenbare 'can do statements' en worden gehanteerd als beheersingscriteria.

#### **Voorbeeld**

Leertaak:	bijvoorbeeld: vitaal burgerschap
Inleiding:	algemene schets van de problematiek
Doel:	wat verwacht Wellantcollege van zijn deelnemers op dit vlak (algemene tekst voor alle niveaus)
Onderwerpen:	bijvoorbeeld: kennis hebben van een gezonde leefwijze;
Beheersingscriteria:	bijvoorbeeld: voor niveau 1: je kunt je eigen eetgewoonte benoemen

De leertaken gelden voor alle vestigingen en opleidingen van Wellantcollege. Dit komt de uniformiteit ten goede evenals de validiteit en betrouwbaarheid van de bewijzen die deelnemers aanleveren bij de leertaken. De validiteit omdat heldere 'je kunt' uitspraken het bijbehorende onderwerp meetbaar maken. De betrouwbaarheid omdat iedereen hetzelfde moet kunnen en kennen.

#### **Hoe gaat Wellantcollege om met het kwalificeren op basis van het document LL&B?**

Bij de examinering van LL&B gaat het erom dat deelnemers hun ontwikkeling zichtbaar kunnen maken. Ontwikkeling ziet Wellantcollege als direct verbonden met het werken aan onderwerpen. Het bereiken van een minimaal niveau is geborgd door de aanwezigheid van beheersingscriteria. Wellantcollege hanteert de veronderstelling dat serieus werken aan en het verzamelen van bewijzen de onderwerpen groei met zich meebrengt.

Ook ten aanzien van het kwalificeren hanteert Wellantcollege een knip tussen leren en loopbaan enerzijds en burgerschap anderzijds. Met het behalen van de proeven van bekwaamheid wordt verondersteld dat de deelnemer voldoende voortgang heeft laten zien op de onderdelen leren en loopbaan. Dat is een gevolg van de werkwijze van Wellantcollege. De deelnemer volgt in zijn loopbaan op school een cyclisch proces van plannen (opstellen POP), doen (leren dmv workshops en projecten e.d.), checken (voortgang vaststellen in de leerwinstmeter, bewijzen valideren) en bijstellen (vooruitkijken naar komende perioden; input voor nieuwe/bijgestelde POP). Dit is conform de werkwijze zoals die beschreven is voor het gehele mbo van Wellantcollege.

De voortgang wat het onderdeel Burgerschap betreft wordt bijgehouden in het leerlingvolgsysteem. Op het niveau van de leertaak geeft de verantwoordelijk docent aan of de deelnemer de leertaak heeft behaald of niet.

Deelnemers houden in hun portfolio de bewijzen bij. De docent controleert deze op authenticiteit, relevantie en actualiteit. Bewijzen vormen de kern van de onderbouwing van de beoordeling. De coach geeft een eindoordeel en stelt een verklaring op dat aan de vereisten van LLB is voldaan. De coach stelt deze verklaring ter beschikking aan de vestigingsexamencommissie.

Het tonen van vooruitgang m.b.t. Leren, Loopbaan en Burgerschap is een diplomavereste. Voordat een deelnemer de laatste proeve aflegt, heeft de examencommissie zich ervan vergewist dat voldaan is aan deze LLB-vereste.

## **Deel B: Leertaken**

In deel B zijn de leertaken opgenomen, zoals Wellantcollege deze heeft uitgewerkt. Ze vertonen een duidelijke relatie met de kerntaken 3 t/m 7 uit het document LL&B, vandaar de nummering 3 t/m 7.

De leertaken zijn:

3. participeert in politieke besluitvorming
4. functioneert als werknemer in een arbeidsorganisatie
5. functioneert als kritische consument
6. de werknemer kan deelnemen in allerlei sociale verbanden en maakt respectvol gebruik van de openbare ruimte
7. als werknemer zorg je voor je eigen gezondheid

Tot slot is een competentiematrix opgenomen, waar de link wordt gelegd tussen de onderdelen en de competenties.

## **Leertaak 3: Participeert in het politieke domein, in besluitvorming en beleidsbeïnvloeding.**

### **Inleiding**

Veel mensen willen invloed uitoefenen op de politieke besluitvorming. Kennis brengt inzicht en zelfs betrokkenheid. Je vormt een goed onderbouwde eigen mening over politieke besluitvorming door informatie te verzamelen over een onderwerp dat te maken heeft met je bedrijfstak.

### **Doel leertaak 3**

Voor deze leertaak laat je zien dat je een eigen mening kunt vormen en enige kennis hebt van de staatsinrichting. Ook laat je zien dat je inzicht hebt in politieke besluitvorming en dat actie onderneemt bij een door jou gekozen onderwerp uit je bedrijfstak.

### **Onderwerpen**

#### 3.1 Oriënteert zich op onderwerpen waarover politieke besluiten genomen worden

Gewenst resultaat: Je hebt als burger inzicht in de verschillende opvattingen over onderwerpen bij politieke besluitvorming. Je weet ook hoe je hierop invloed kunt uitoefenen.

Niveau 1:

- je kunt een politiek onderwerp benoemen

Niveau 2:

- je kunt een politiek probleem benoemen waarover verschillend wordt gedacht

Niveau 3:

- je kunt een politiek onderwerp noemen uit je sector en verschillende standpunten weergeven

Niveau 4:

- je kunt een politiek onderwerp noemen uit je eigen sector en de verschillende standpunten verklaren op nationaal en internationaal niveau

#### 3.2 Vormt een eigen mening

Gewenst resultaat: Je kunt een onderbouwde mening geven over relevante politieke onderwerpen

Niveau 1:

- je weet het verschil tussen een feit en een mening en je kunt van beide een voorbeeld noemen

Niveau 2:

- je kunt kiezen uit verschillende meningen en vertellen waarom je deze mening gekozen hebt en je kunt ook twee feiten benoemen die bij deze mening horen.

Niveau 3:

- je kunt kiezen uit verschillende meningen en deze toelichten inclusief de bijbehorende feiten.

Niveau 4:

- je kunt uit verschillende meningen en feiten een logische argumentatie opbouwen.

### 3.3 Onderneemt acties naar aanleiding van gemaakte keuzen

Gewenst resultaat: Je maakt als burger keuzes voor politieke onderwerpen die jij belangrijk vindt. Daarbij bepaal je welke activiteiten je wilt uitvoeren bij deze onderwerpen. De laatste stap is dat je actie onderneemt.

Niveau 1:

- je kunt onderzoeken waar jouw standpunt het beste bij past

Niveau 2:

- je kunt uit verschillende mogelijkheden een keuze maken.

Niveau 3:

- je kunt kiezen uit verschillende meningen en je kunt toelichten waarom je voor een bepaald standpunt bent

Niveau 4:

- je kunt anderen overtuigen van jouw gemaakte keuzen

### **Bewijzen**

Bewijzen voor je ontwikkeling op de onderwerpen bewaar je in je portfolio. Zorg ervoor dat je bewijzen goed zijn, dus

- ze zijn echt door jou gemaakt;
- ze gaan over het onderwerp; en
- ze zijn nog steeds geldig

Wat voor soort bewijzen kun je aanleveren:

Niveau 1:

- een poster of collage maken en deze mondeling kunnen toelichten
- een mondeling verslag van de door jou ondernomen actie

Niveau 2:

- een poster of collage maken en deze mondeling kunnen toelichten
- een stappenplan te schrijven van de door jou ondernomen actie

Niveau 3:

- een verslag over de politieke besluitvorming t.a.v. het door jou gekozen onderwerp
- een verslag over de door jou ondernomen actie

Niveau 4:

- een verslag over de politieke besluitvorming t.a.v. het door jou gekozen onderwerp met aandacht voor verschillende belangengroepen
- een verslag van de door jou ondernomen actie

## Leertaak 4: functioneert als werknemer in een arbeidsorganisatie

### Inleiding

Het is belangrijk dat je de afspraken binnen je bedrijf kent en naleeft. Daarover gaat deze kerntaak.

### Doel leertaak 4

Je ontwikkelt je als werknemer in het bedrijf. Je leert de regels en de manier van werken van jouw bedrijf. Maar ook welke werknemersrechten en -plichten er binnen je branche van toepassing zijn. Je gaat bewust om met anderen als je samenwerkt. Je bent je bewust van je rol binnen het bedrijf.

### Onderwerpen

#### 4.1 Gedraagt zich als werknemer bij het uitvoeren van het werk

Gewenst resultaat: Je functioneert naar tevredenheid in de arbeidsorganisatie waarbij er een evenwicht is met de eigen belangen. Je kent de manier van werken en de regels van het bedrijf. Je eist van jezelf dat je eigen werk hieraan voldoet. Je kent de grenzen van je werk en geeft aan wanneer deze overschreden worden.

Niveau 1:

- je houdt je aan de regels en de manier van werken binnen het bedrijf

Niveau 2:

- je houdt jezelf aan de regels en de manier van werken van het bedrijf, en kan het uitleggen aan collega's

Niveau 3:

- je stimuleert naleving van de regels en de manier van werken van het bedrijf

Niveau 4:

- je stimuleert naleving van de regels en de manier van werken van het bedrijf en stelt deze bij na evaluatie

#### 4.2 Maakt gebruik van werknemersrechten

Gewenst resultaat: Je maakt op een door jou gewenste manier gebruik van jouw werknemersrechten en recht op participatie in de onderneming. Je kent je rechten als werknemer en de arbeidsvoorwaarden. Je komt op voor je rechten en voorwaarden. Je kunt je eigen mening of die van een groep overbrengen bij werkgever.

Niveau 1:

- je hebt weet van je basale arbeidsrechten

Niveau 2:

- je komt op voor je belangrijkste arbeidsrechten, voor jezelf en die van collega's

Niveau 3:

- Je spreekt je leidinggevende aan op naleving van arbeidsrecht dat van toepassing is binnen jouw bedrijf



Niveau 4:

- je stuurt en corrigeert op naleving van arbeidsrecht, je evalueert dit en stelt het dan bij.

#### 4.3 Stelt zich collegiaal op

Gewenst resultaat: Je bent eerlijk en betrouwbaar tegenover je collega's en behandelt iedereen gelijkwaardig. Je moet in een team kunnen samenwerken.

Niveau 1:

- je helpt collega's

Niveau 2:

- je werkt samen met collega's

Niveau 3:

- Je stimuleert de samenwerking binnen het team

Niveau 4:

- Je neemt initiatieven om de samenwerking binnen het team te bevorderen

#### **Bewijzen**

Bewijzen voor je ontwikkeling op de onderwerpen bewaar je in je portfolio. Zorg ervoor dat je bewijzen goed zijn, dus

- ze zijn echt door jou gemaakt;
- ze gaan over het onderwerp; en
- ze zijn nog steeds geldig.

Wat voor soort bewijzen kun je aanleveren:

Voor niveaus 1&2

- verslag van een gesprek tussen docent-bpv begeleider-deelnemer
- bewijs van kennis van de regels en de manier van werken binnen het bedrijf

Voor niveaus 3&4

- analyse arbeidsvoorwaarden (mate waarin de CAO wordt toegepast binnen jouw bedrijf)
- verslag van een gesprek tussen docent-bpv begeleider-deelnemer

## Leertaak 5: functioneert als kritische consument

### Inleiding

Leertaak vijf heeft te maken met jouw rol als 'kritisch consument'. In hoeverre ben jij je bewust van wat je koopt, waarom je het koopt, wat jouw rechten en plichten zijn?

Daarnaast ben je als burger zelf verantwoordelijk voor je eigen financiële huishouding. Denk hierbij aan budgetbeheer, aangaan van financiële verplichtingen, verzekeringen, pensioenvoorzieningen, enzovoort.

### Doel leertaak 5

Dat je als kritisch consument:

- kritisch handelt bij de aanschaf van producten of het gebruik maken van diensten.
- producten kritisch beoordeelt op kwaliteit, gebruiksgemak, milieueffecten, gezondheidseffecten op de korte of lange termijn en de wijze waarop ze gefabriceerd worden (Fair Trade, Max Havelaar, etc).
- kritisch kijkt naar wat jouw rechten en plichten zijn als consument.

Dat je in staat bent om financieel verantwoord te handelen. Denk hierbij aan dat je:

- inzicht toont in de financiële gevolgen van een aankoop.
- Inzicht toont in hoe verantwoord om te gaan met je financiën.

### Onderwerpen

#### 5.1 Het oriënteren op de consumentenmarkt en rekening houden met eigen wensen en mogelijkheden

Gewenst resultaat: Je hebt voldoende inzicht in je eigen wensen en je eigen financiële situatie om een weloverwogen keuze op de consumentenmarkt te kunnen maken.

Als consument verzamel je voldoende informatie over producten/diensten van verschillende aanbieders. Op deze manier kan je een weloverwogen beslissing nemen, rekening houdend met eigen belang en algemeen maatschappelijke belangen, zoals milieuoverwegingen.

Je schakelt, als consument, hulp van anderen in bij het oriënteren op de consumentenmarkt en pluis de informatie die je krijgt uit zodat je voldoende inzicht krijgt in de producten en diensten. Je oriënteert je op de producten en diensten en geeft aan welke gegevens kloppen en welke (half) misleidend zijn en onderbouwt waarom dit zo is.

Je houdt je inkomsten en uitgaven patroon bij zodat je voldoende inzicht hebt in je eigen financiële situatie. Voor nu en in de toekomst.

Als consument kijk je terug op de aangekochte producten / diensten en trekt daaruit de conclusie of je het goed gedaan hebt of niet. Op deze manier kan je de volgende keer rekening houden met deze conclusies. Doordat een aankoop gevolgen heeft voor je financiële situatie weet je ook hoe je in de toekomst keuzes kan maken die passen bij deze ervaringen en financiële situatie.

Niveau 1:

- je kunt onderscheid maken tussen wat nodig is en wat luxe is

Niveau 2:

- je onderzoekt de mogelijkheden van wat je kunt kopen en je houdt rekening met het geld wat je bezit

Niveau 3:

- je selecteert uit het assortiment binnen je budget op basis van een aantal voor jou belangrijke aspecten

Niveau 4:

- je verzamelt actuele informatie uit diverse bronnen om criteria op te stellen waaraan een product/dienst moet voldoen

## 5.2 Het ondernemen van acties om producten en diensten aan te schaffen

Gewenst resultaat: Je schaft producten en diensten aan en maakt indien nodig gebruik van klachtenprocedures en de mogelijkheden om de aankoop ongedaan te maken.

Als consument hak je de knoop door en neemt de beslissing om een bepaald product en/of dienst aan te schaffen. Je kan hierbij ook de mogelijke (financiële) consequenties aangeven.

Soms moet je onderhandelen over je aankoop en/of dienst. Je kan je eigen keuze onderbouwen en probeert in te schatten wat de onderhandelingsruimte is om tot een prijs te komen waar de verkopende partij en jij je in kunnen vinden.

Als consument achterhaal je de aankoopvoorwaarden, klachtenprocedures en regels zodat je een aankoop ongedaan kan maken, wanneer de aanschaf niet is bevallen. Je vraagt om advies, als je dit nodig vindt.

Je kan de procedures volgen als je een klacht hebt over een product. Je weet de tijdslimiet en kan zo een aankoop op tijd ongedaan maken.

Niveau 1:

- je koopt een product als je dit nodig vindt en weet of dit een luxe product of een noodzakelijk product is

Niveau 2:

- je kunt aangeven waarom je voor dit product hebt gekozen en niet voor een ander product gekozen hebt

Niveau 3:

- je kunt onderhandelen bij de aanschaf van producten/diensten in verband met het afwegen van voor- en nadelen

Niveau 4:

- je schaft een product/dienst aan op basis van afweging van criteria waaraan product/dienst moet voldoen en randvoorwaarden voor levering

### **Bewijzen**

Bewijzen voor je ontwikkeling op de onderwerpen bewaar je in je portfolio. Zorg ervoor dat je bewijzen goed zijn, dus

- ze zijn echt door jou gemaakt;
- ze gaan over het onderwerp; en
- ze zijn nog steeds geldig.

## **Leertaak 6: de werknemer kan deelnemen in allerlei sociale verbanden en maakt respectvol gebruik van de openbare ruimte**

### **Inleiding**

Doordat je gaat leren en werken word je meer dan tot nog toe geconfronteerd met de maatschappij. Je krijgt andere verantwoordelijkheden, nieuwe taken en je komt in aanraking met andere mensen. Leertaak zes heeft ter maken met de manier waarop jij de leefbaarheid van de sociale omgeving waarin jij je bevindt, vergroot.

Anders gezegd: wat doe jij er concreet aan om deze wereld 'beter' te maken?

### **Doel leertaak 6**

Voor deze leertaak toon je aan dat je jezelf hebt ontwikkeld als sociaal burger. Je kent je eigen (sub)cultuur. Ook leer je van en over (sub)culturen van anderen. Je bent je bewust van wat jij belangrijk vindt in de omgang met anderen. Je weet hoe je je respectvol kunt gedragen in openbare ruimtes. Je begrijpt dat jouw acties invloed kunnen hebben op anderen.

### **Onderwerpen**

#### 6.1 je kunt deelnemen in diverse sociale verbanden en leven in de openbare ruimtes

Gewenst resultaat: Je neemt op een voor jou passende wijze deel aan de directe sociale omgeving en gedraagt je daarin op een verantwoordelijke manier. Je handelt vanuit je eigen identiteit en respecteert de identiteit van anderen met dezelfde of andere culturele achtergronden. De sociale omgeving kan dicht bij zijn, in de buurt, maar ook, in voorkomende gevallen, in het buitenland liggen. Het betreft meer of minder georganiseerde vrije tijdsactiviteiten en toevallige ontmoetingen in de openbare ruimte.

Niveau 1:

- je geeft aan wat voor jou belangrijk is in de omgang met anderen

Niveau 2:

- je geeft aan wat voor jou belangrijk is in de omgang met anderen, en je gaat daarover in gesprek

Niveau 3:

- je spoort anderen aan tot begrip en respect voor elkaar

Niveau 4:

- je leidt de discussie met anderen over het hebben van begrip en respect voor elkaar

#### 6.2 je voert activiteiten uit om de leefbaarheid van jouw sociale omgeving te vergroten

Gewenst resultaat: Je neemt op een respectvolle manier deel aan sociale verbanden en voorzieningen van verschillende aard zoals clubs en verenigingen, de buurt, de wijk en vrijwilligerswerk, de openbare ruimte.

Niveau 1:

- je kiest waar je bij wilt horen

Niveau 2:

- je kiest waar je bij wilt horen en je weet hoe je mee kunt doen

Niveau 3:

- je neemt initiatieven met betrekking tot sociale activiteiten

Niveau 4:

- je organiseert sociale activiteiten, je stuurt deze aan en je mobiliseert mensen

### **Bewijzen**

Bewijzen voor je ontwikkeling op de onderwerpen bewaar je in je portfolio. Zorg ervoor dat je bewijzen goed zijn, dus

- ze zijn echt door jou gemaakt;
- ze gaan over het onderwerp; en
- ze zijn nog steeds geldig.

Wat voor soort bewijzen kun je aanleveren?

Bijvoorbeeld:

Voor niveaus 1&2

- informatie over sociaal culturele activiteiten
- interviews over 2 (sub) culturen
- product over jouw omgang met anderen

Voor niveaus 3&4

- je maakt een Plan van aanpak over een sociaal culturele activiteit
- je maakt een verslag en/of film van de uitgevoerde sociaal culturele activiteit
- of bewijzen die je overlegt hebt met je docent.

## Leertaak 7: als werknemer zorg je voor je eigen gezondheid

### Inleiding

Als je aan een inwoner van Nederland vraagt wat er belangrijker is, geld of gezondheid dan zul je in de meeste gevallen te horen krijgen: gezondheid.

Als werknemer heb je de taak om goed voor je eigen gezondheid te zorgen om te voorkomen dat je ziek wordt, daarom voert ook de overheid regelmatig actie om een gezonde levensstijl te bevorderen.

### Doel leertaak 7

Voor deze leertaak toon je aan dat je jezelf hebt ontwikkeld in het kader van gezonder leven. Je weet wat er onder gezond leven wordt verstaan. Je kunt verschillende begrippen benoemen die te maken hebben met de gezondheid bijv.: BMI (Body Mass Index) en de schijf van vier/vijf, veilig vrijen, alcohol en drugs.

Je leert welke acties je kunt ondernemen om gezond te leven.

### Onderwerpen

#### 7.1 Kennis hebben van een goede gezonde leefwijze

Gewenst resultaat: Je kunt informatie verzamelen over gezond handelen en weet hoe je gezondheidsrisico's kan beperken en maakt daarin onderbouwde keuzes.

Niveau 1:

- je kunt vertellen wat gezond en ongezond is en benoemt daarbij voorbeelden

Niveau 2:

- je kunt informatie verzamelen over gezond en ongezond en daarin aangeven wat goed is en wat niet goed is

Niveau 3:

- je kunt vertellen wat gezond en ongezond is en benoemen welke invloed dit heeft op jouw leefwijze

Niveau 4:

- je kunt actuele informatie verzamelen uit diverse bronnen om gezond te worden / blijven

#### 7.2 Toepassen van de elementen van een gezonde leefwijze op jezelf

Gewenst resultaat: Je ontwikkelt gezonde gedragspatronen waarbij ook rekening wordt gehouden met anderen.

Niveau 1:

- Je kunt aangeven met welke onderdelen van een ongezonde leefwijze je wilt stoppen

Niveau 2:

- Je kunt uitleggen op welke onderdelen van jou leefwijze je verandering aan wilt brengen

Niveau 3:

- Je kunt de balans opmaken tussen ongezonde en gezonde elementen in de leefwijze van jezelf

Niveau 4:

- Je kunt bewust kiezen voor gezonde elementen in jouw leefwijze en je kunt de effecten daarvan overzien

### 7.3 Actief werken aan een betere gezondheid

Gewenst resultaat: Je kunt een leefwijze aangeven die past bij jou en leidt tot een zo optimaal mogelijke gezondheid.

Niveau 1:

- je kunt actie ondernemen om op onderdelen met een ongezonde leef- / werkwijze te stoppen

Niveau 2:

- je kunt actie ondernemen op basis van afwegingen om onderdelen van een gezonde leef- en/of werkwijze door te voeren

Niveau 3:

- je kunt acties ondernemen om de balans te herstellen tussen ongezonde en gezonde elementen in je leef- en/of werkwijze

Niveau 4:

- je kunt actie ondernemen om gezonde elementen in je leef- en/of werkwijze te bevorderen en evalueert deze

### **Bewijzen**

Bewijzen voor je ontwikkeling op de onderwerpen bewaar je in je portfolio. Zorg ervoor dat je bewijzen goed zijn, dus

- ze zijn echt door jou gemaakt;
- ze gaan over het onderwerp; en
- ze zijn nog steeds geldig

Wat voor soort bewijzen kun je aanleveren:

Voor niveaus 1&2

Bijvoorbeeld:

- een verslag over gezonde en ongezonde voeding
- een collage over de verschillende soorten verslavingen (alcohol en drugs)
- een verslag over de verschillende soorten voorbehoedsmiddelen.
- of bewijzen die je overlegt hebt met je docent

Voor niveaus 3&4

- je maakt een verslag over een onderzoek naar verschillende soorten eten; fast food, biologisch eten, sportvoeding etc.
- je maakt een collage over de verschillende hulpverleningsinstanties waar verslaafden een beroep op kunnen doen
- je laat zien hoe je conditie is en wat je kunt doen om je conditie te verbeteren
- je nodigt een gastspreker uit die een workshop komt geven over het onderwerp veilig vrijen
- of bewijzen die je overlegt hebt met je docent

## Competentie matrix; onderwerpen en SHL-competenties

Onderwerpen	A Beslissen en activiteiten initiëren	D Aandacht en begrip tonen	E Samenwerken & overleggen	F Ethisch en integer handelen	G Relaties bouwen en netwerken	H Overtuigen en beïnvloeden	J Formuleren en rapporteren	K Vakdeskundigheid toepassen	L Materialen & middelen inzetten	M Analyseren	N Onderzoeken	O Creëren en innoveren	P Leren	Q Plannen en organiseren	S Kwaliteit leveren	T Instructies en procedures opvolgen	U Omgaan met veranderingen	V Met druk en tegenslag omgaan	W Gedrevenheid en ambitie tonen
3.1 politieke besluitvorming (kennis/inzicht); eigen mening	x					x				x	x								
3.2 ondernemen actie	x					x										x			
4.1 gedraagt zich als werknemer bij uitvoering werk				x									x		x	x	x	x	
4.2 maakt gebruik van werknemersrechten	x		x			x					x					x			
4.3 stelt zich collegiaal op			x	x															
5.1 oriënteren op consumentenmarkt			x				x			x	x		x						
5.2 onderneemt acties voor aanschaf producten / diensten	x					x					x					x			
6.1 neemt deel in diverse sociale verbanden	x	x	x	x							x								
6.2 voert activiteiten uit t.b.v. leefbaarheid sociale omgeving	x		x											x		x			
7.1 kennis hebben van goede gezonde leefwijze	x									x	x								
7.2 toepassen van elementen van gezonde leefwijze	x			x					x										
7.3 actief werken aan betere gezondheid			x					x	x							x			