

Minorregeling - 2021-2022

1. Naam minor: Verbeteren van Voedingsgedrag

2. Engelse benaming: Improving dietary behaviour

3. Inhoud minor

Voeding speelt een belangrijke rol bij de energiebalans en is daarmee een belangrijke determinant van toename van obesitas en andere welvaartsziekten in Nederland en wereld. Door de toenemende aandacht in de media is het voor de consument moeilijk om onderscheid te maken tussen wetenschappelijk-onderbouwde informatie en uitspraken van zogenaamde voedingsgoeroes. Wat gezonde voeding nu precies is kunnen professionals eenvoudig terugvinden in de nieuwe adviezen van de Gezondheidsraad. De Richtlijnen Goede Voeding 2015 bieden adviezen voor verschillende productgroepen. De nieuwe richtlijnen van de Gezondheidsraad zijn gebaseerd op een grondige wetenschappelijke analyse van solide onderzoeken naar de gezondheidseffecten van voedingsmiddelen. Hiermee geeft de Gezondheidsraad aan voor welke voedingsmiddelen overtuigende bewijskracht is dat ze het risico op veelvoorkomende chronische ziekten verkleinen en dus passen in een gezond voedingspatroon. Het Voedingscentrum heeft de richtlijnen van de Gezondheidsraad vertaald naar een simpel model dat bruikbaar is voor de algemene populatie, 'de Schijf van Vijf'.

Toch lukt het veel mensen niet, ondanks de richtlijnen Goede voeding of de Schijf van Vijf, om gezond te eten. Centrale vraag gedurende deze minor zal zijn: 'Hoe komt het dat mensen -ondanks alle richtlijnen en kennis- het moeilijk vinden om gezond de te eten en hoe lossen we dat op?' Veel partijen bemoeien zich met voeding omdat er geld mee te verdienen valt. Als eerste natuurlijk de voedingsindustrie (denk maar eens aan het Kies-bewust-logo) maar ook allerlei zelfhulpboeken met diëten (De Voedselzandloper, Sonja Bakker, etc.) zorgen voor de nodige onduidelijkheid. Daarnaast proberen de overheid (Voedingscentrum), scholen en diëtisten om iedereen gezond te laten eten. Maar hoe kun je nu iemand gezond laten eten? Welke gedragsprincipes komen daarbij kijken? Elementen als etiketten begrijpen, boodschappen doen, eigen eten koken, inzicht in gewoontegedrag en weten hoeveel kilocalorieën je op een dag mag of moet eten zijn dan van belang.

Opbouw van de minor

Aan de hand van het onderzoeken van een voedingsprobleem op de projectplek, door adviezen, hypes en fabeltjes, het bestuderen van de richtlijnen Goede voeding, het inzicht verwerven in voedingsgedrag en het ontwikkelen van een eigen voedingsinterventie op basis van de methodiek van het COM-b model, verwerf je kennis en vaardigheden op het gebied van gezonde voeding. Hierbij staat de praktijksituatie steeds centraal en vindt er continu een koppeling plaats tussen theorie en praktijk.

Tijdens de duur van de minor kies je je eigen gekozen projectplek als praktijksituatie waar je een interventie ontwikkelt, uitvoert en evalueert. Daarnaast doe je ervaring op in het voeren van een coachgesprek op het gebied van voeding aan de hand van motivational interviewing.

De doelstellingen waar je tijdens de minor aan werkt zijn:

- Kennis opdoen over voedingsgedrag, voedingsleer, voedingsbeleid, voedingsrichtlijnen voor de algemene populatie én voor specifieke doelgroepen.
- Het verbeteren van voedingsgedrag bij een **specifieke doelgroep** door het ontwikkelen, uitvoeren en evalueren van een voedingsinterventie.
- Het verbeteren van voedingsgedrag van **een individu** door middel van het toepassen van motiverende gespreksvoering tijdens een coachingsgesprek.
- Het ontwikkelen van een beroepshouding die passend is bij een professional op de werkplek als ook op Fontys Sporthogeschool.

Samenvatting voor diplomasupplement

Binnen de minor 'Verbeteren van Voedingsgedrag' heeft het analyseren, ontwikkelen, uitvoeren en evalueren van een interventie centraal gestaan. Hierbij is aandacht besteed aan het opdoen van theoretische en praktische kennis die toe te passen is tijdens de voorbereiding, uitvoering en nazorg

van een interventie in een praktijksituatie. Kennis is opgedaan op het gebied van goede voeding, voedingsgedrag en de methodiek van het COM-b model. De toepassing van deze kennis is tot uiting gekomen tijdens de daadwerkelijke uitvoering van de interventie in het werkveld. Met deze minor kan de student onderbouwde keuzes maken op het gebied van gezonde voeding.

Within the minor 'Improving dietary behaviour' students learned to analyse, develop, perform and evaluate an intervention. Students gained theoretical and practical knowledge in the fields of healthy food (behaviour) and the COM-b model. The final application of this knowledge is eventually used in a research project in society. With this minor one can make underpinned choices concerning nutritional issues.

4. Overzicht onderwijsactiviteiten minor (zie artikel 17 algemeen deel van de OER)

De gehele minor omvat 30 ect (840 sbu). Tijdens het onderwijsprogramma staat co-creatie tussen student en werkveld onder begeleiding van docenten centraal. Het onderwijsprogramma en de daarop afgestemde toetsing zijn hierbij zo flexibel mogelijk ingezet om pro-activiteit en zelfstandigheid van de student te stimuleren. Dit impliceert dat de contacttijd en de studiebelasting in de ene week hoger kunnen liggen en in de andere week lager. Dit wordt tijdig gecommuniceerd. Onderstaande tabellen geven een overzicht van de algemene opbouw:

Onderdeel	Inhoud	Locatie
Theorie + wc (12u/week)	- Richtlijnen goede voeding - Voeding en ziekte/gezondheid - Voeding en gedrag - Voeding en beleid/ voorlichting - Voeding en trends/ communicatie - Voeding en leefstijl - COM-b model en voeding	Lokaal
Werkveldbezoeken (4u/keer)	Werkveldbezoek (indien mogelijk) Bezoek aan verschillende contexten (met voorbereiding en nazorg) waar voeding een rol speelt.	Extern
Werkplekleren (16u/week)	Toepassing van de interventie in praktijksituatie.	Extern
Zelfstudie (16u/week)	Verwerken van de leerstof en voorbereiden en uitwerken van de interventie.	
Masterclasses en hoorcolleges (1u/keer)	Masterclass 1	Collegezaal
	Masterclass 2	Collegezaal
	Masterclass 3	Collegezaal
	Masterclass 4	Collegezaal

5. Aanmelding onderwijsactiviteiten minor

Aanmelding is niet nodig, wel verwachten we van de studenten dat ze elke week van maandagochtend tot vrijdagmiddag meedraaien in de georganiseerde onderwijsactiviteiten. De docenten maken aan het begin van de minor afspraken met de studenten over aanwezigheid en een passende professionele houding. De onderwijsactiviteiten kunnen per week sterk verschillen en zijn zowel intern als extern georganiseerd.

6. Toetsing minor en aanmelding voor toetsen (artikel 20 en 22 algemeen deel OER)

De minor duurt 1 semester, maar wordt tweemaal per studiejaar aangeboden.

Hieronder zijn 2 tabellen weergegeven waarin tabel 1 informatie geeft over de planning en toetsing van het najaarssemester

Tabel 2 op de volgende pagina en geeft de informatie over het voorjaarssemester.

NAJAARSSEMESTER

Semester	Onderwijseenheid	Studiepunten	Toets Week	Toets Week Her ¹	Naam toets	Toetsvorm	Beoordeling individueel of groep	Beoordelings-schaal	Weging	Voorwaarden toekenning studiepunten
Semester 1	Verbeteren van Voedingsgedrag	30	1.10	Casuïstiek week 2.8	Kennistoets Verbeteren van Voedingsgedrag deel 1	Multiple choice ²	Individueel	1-10	60%	Minimaal ≥ 5,5
			2.6		Kennistoets Verbeteren van Voedingsgedrag deel 2					
			2.4		Casuïstiek Verbeteren van Voedingsgedrag	Performance assessment	Individueel	1-10	40%	
			2.7	Overig Week 2.9	Professioneel gedrag	Performance assessment	Individueel	1-10	30%	Minimaal ≥ 5,5
			2.7		Verslag Verbeteren van voedingsgedrag	Product	individueel	1-10	70%	

¹ Herkansing blok

² De kennistoets vormt één geheel, maar wordt cumulatief aangeboden (in drie delen). De losse delen zijn niet te herkansen, bij de herkansing wordt de totale kennistoets herkanst.

VOORJAARSSEMESTER

Semester	Onderwijseenheid	Studiepunten	Toets Week	Toets Week Her ¹	Naam toets	Toetsvorm	Beoordeling individueel of groep	Beoordelings-schaal	Weging	Voorwaarden toekenning studiepunten
Semester 2	Verbeteren van Voedingsgedrag	30	3.10	Week 4.9	Kennistoets Verbeteren van Voedingsgedrag deel 1	Multiple choice ²	Individueel	1-10	60%	Minimaal ≥ 5,5
			4.6		Kennistoets Verbeteren van Voedingsgedrag deel 2					
			4.4	Casuïstiek week 4.8	Casuïstiek Verbeteren van Voedingsgedrag	Performance assessment	Individueel	1-10	40%	Minimaal ≥ 5,5
			4.7	Overig Week 4.9	Professioneel gedrag	Performance assessment	Individueel	1-10	30%	
			4.7		Verslag Verbeteren van voedingsgedrag	Product	individueel	1-10	70%	

¹ Herkansing blok

² De kennistoets vormt één geheel, maar wordt cumulatief aangeboden (in drie delen). De losse delen zijn niet te herkansen, bij de herkansing wordt de totale kennistoets herkanst.

De theorie zal cumulatief worden getoetst op 2 momenten die bij de start van de Minor wordt gecommuniceerd via Fontys Connect.

De tussenstappen van het beroepsproduct worden voorzien van feedback door betrokken docenten en bijgestuurd waar nodig gedurende het leerproces.

7. Minorafroning

De studiepunten worden toegekend als de toetsen *Kennistoets* en *Casuïstiek Verbeteren van Voedingsgedrag* met minimaal een 5,5 zijn beoordeeld én wanneer de het verslag *Verbeteren van voedingsgedrag* en het performance assessment voor *professioneel gedrag* met minimaal een 5,5 zijn beoordeeld.

Het eindcijfer van de kennistoets wordt bepaald door het aantal goede antwoorden van deeltoets 1, deeltoets 2 en deeltoets 3 tezamen, waarbij een relatieve cesuur van 60% wordt gehanteerd. Het herkansen van een 1 van de 4 toetsen kan dus afhangen van het berekende resultaat van twee toetsen samen.

De herkansing van de kennistoets zal bestaan uit 1 toets van in totaal 80 meerkeuze vragen.

Een onvoldoende voor het verslag *Verbeteren van voedingsgedrag* kan herkanst worden door middel van een aanpassing op de onvoldoende onderdelen tijdens de herkansing.

Een onvoldoende voor de *Casuïstiek Verbeteren van Voedingsgedrag* zal leiden tot het herkansen van het gehele assessment en daarbij worden alle onderdelen van de rubric opnieuw beoordeeld.

Een onvoldoende voor professioneel gedrag zal herkanst moeten worden door een plan van aanpak van herkansing in te leveren bij de beoordelende docent.

Het eindcijfer van de minor wordt bepaald op basis van een gewogen gemiddelde (voor de verdeling zie tabel bij punt 6).

8. Examencommissie (artikel 38 algemeen deel OER)

E-mailadres van de examencommissie Fontys Sporthogeschool is examencommissie-sportkunde@fontys.nl

9. Geldigheid

Deze informatie geldt voor het studiejaar 2021-2022.

10. Ingangseisen minor

- Om te kunnen deelnemen aan de minor moet de student minimaal een hbo-propedeuse behaald hebben of toestemming hebben van de examencommissie van zijn opleiding om de minor te volgen.
- Er kunnen maximaal 90 studenten deelnemen. Dit gaat op volgorde van aanmelding.
- De voertaal binnen de minor is Nederlands;

11. Niet toegankelijk voor:

Nvt.

Aan studenten worden voor deelname en afronding van de minor geen andere eisen gesteld dan opgenomen in de hier uitgewerkte minorregeling.