

# Portfolio Instap Trainer B FLORET

---

## Inhoud

Inleiding.....	1
1. Identificatie van de kandidaat .....	2
2. Bewijs van kennis van het wedstrijdreglement.....	3
3. Bewijs van sporttechnische competentie en kennis .....	3
a) Technieken .....	4
b) Competenties en kennis floret.....	5
Bijlage: Identificatie van de instap-mentor.....	7

## Inleiding

Om in te kunnen stappen in de VTS-opleiding Trainer B Schermen, moet de kandidaat dit portfolio volledig ingevuld voorleggen vóór de opgegeven deadline. Dit sporttechnisch portfolio vervangt de instaptest.

Dit document heeft twee doelen:

- 1) Een leidraad creëren voor initiators die wensen door te groeien naar trainer B. Op deze wijze kunnen zij op eigen tempo doelgericht competenties en kennis verwerven.
- 2) Vaststellen of de kandidaat cursist het competentieniveau heeft waardoor de lessen didactiek vlot kunnen verlopen.

## Verplichte inhouden

De portfolio bevat een aantal verplichte inhouden, waarvoor sjablonen in dit document te vinden zijn:

- 1) CV (persoonsgegevens, werk- en leerervaringen)
- 2) Bewijs van kennis van het wedstrijdreglement, via bijvoorbeeld recente deelname aan een VSB scheidsrechterweekend
- 3) Afgetekende lijst technieken, competenties en kennis
- 4) Identificatie van de instap-mentor(en)

# 1. Identificatie van de kandidaat

## Persoonsgegevens

Voornaam en naam: .....

Geboortedatum: .....

Adres: .....

Nationaliteit: .....

Burgerlijke stand: .....

Studies of hoogste diploma: .....

Contactinformatie (tel/e-mail): .....

## Schermhistoriek

*Noteer hier kort je historiek in het schermen: club, leermeesters, resultaten...*

## Werk- en leerervaring

*Noteer kort je historiek als trainer: Wanneer behaalde je je initiator/instructeur B diploma? Hoeveel jaren geef je les, op welk niveau, hoeveel uren per week...*

## 2. Bewijs van kennis van het wedstrijdreglement

Dit bewijs kan één van de volgende zijn:

- een deelnameattest van maximaal 5 jaar oud aan het scheidsrechterweekend, op FLORET
- een scheidsrechterdiploma, op FLORET
- een door de Vlaamse Scheidsrechterscommissie geattesteerde buitenlandse bijscholing inzake het wedstrijdreglement, op FLORET

## 3. Bewijs van sporttechnische competentie en kennis

Het doel van dit bewijs is

- a) vastleggen dat je als kandidaat cursist een aantal technieken van FLORET voldoende onder de knie hebt. **Voldoende** definiëren we als: de technieken op zulke wijze beheersen dat je zelf het verschil ervaart tussen een **correcte** en een **foute** uitvoering, en dat je dit verschil ook kan demonstreren. Je kan deze technieken uiteraard **vlot**, in **beweging** en met **tempo** uitvoeren.
- b) Vastleggen dat je begrip, kennis en inzicht hebt in bepaalde sporttechnische elementen van floret: dit gebeurt best pas na het volledig afleggen van deel A.

Deze vaststelling gebeurt door een derde partij die voldoende trainerservaring heeft. Mocht je geen trainer vinden die je competentie kan valideren kan je altijd contact opnemen met de VSB zodat we samen met jou op zoek kunnen gaan naar een instap-mentor.

De instap-mentor test je op deze technieken en competenties, en zet bij tevredenheid een handtekening of paraaf alsook de datum in het overeenstemmende vak. Omdat het mogelijk moet zijn om stapsgewijs dit portfolio af te werken, en dat dit proces meerdere maanden als niet jaren in beslag kan nemen, wordt er voorzien dat er meerdere instap-mentoren aftekenen. De kandidaat zorgt dat elke instap-mentor de briefing krijgt (zie bijlage) en dat de identificatie van de instap-mentor(en) wordt ingevuld en bijgehouden tot bij de indiening van het portfolio.

## A) Technieken

### De parades: enkelvoudig

Prime	Seconde	Tierce	Quarte
<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>
Quinte	Sixte	Septime	Octave
<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>

### De parades: kring

Seconde	Tierce	Quarte
<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>
Sixte	Septieme	Octave
<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>

### De aanval vanuit handhouding

Quarte	Sixte	Septieme	Octave
<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>

## Riposte vanuit handhouding

Prime	Seconde	Tierce	Quarte
<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>
Quinte	Sixte	Septieme	Octave
<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>

## Bijkomende technieken

Coupé (snijssteek)	Dérobé (ontwijken)	Combinatie van parades waaronder lateraal, kring, halve kring, diagonaal	Samengestelde aanval met één of meer schijnbewegingen
<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>	<i>handtekening en datum</i>

## b) Competenties en kennis floret

De kandidaat cursist:	++	+	-	--
Heeft een goede hand (nauwkeurig, ook bij snelle uitvoering van een actie)				
Heeft begrip van en oog voor de afstand in floret				
Kent het bestaan van de verschillende ijzernames (glij-, bind-, kruissteek, tegenstelling en kring)				
Kent het bestaan van de <i>parade en cédant</i>				
Is competent in de conventies van floret, en in het bijzonder <ul style="list-style-type: none"> <li>- heeft begrip van aanvalsrecht versus verdedigingsplicht</li> <li>- heeft begrip van voorbereiding</li> <li>- heeft begrip van een complexere phrase (contre-attaque, contre-riposte)</li> </ul>				

Handtekening en datum:



## Bijlage: Identificatie van de instap-mentor

### Persoonsgegevens

Mijn naam: .....

Mijn geboortedatum: .....

Mijn adres: .....

Nationaliteit: .....

Burgerlijke stand: .....

Mijn contactinformatie (tel en/of e-mail):.....

### Korte CV van de instap-mentor

*Noteer hier kort je relevante leermeesters, diploma's, bijscholingen, jaren ervaring... als FLORETTAINER.*

---

De kandidaat overhandigde me de bijbehorende Briefing voor de Instap-Mentor: JA      NEE

Ik, ondergetekende, verklaar hierbij de kandidaat cursist getest te hebben op de technieken, competenties en kennis zoals weergegeven en gedefinieerd onder punt 3 van het instap portfolio, "Bewijs van sporttechnische competentie en kennis", naar eer en geweten.

(handtekening en datum)