NGS2857
September 2026

Leerdoelen NGS-masseur (sport, wellness, sportzorg)

info@ngsmassage.nl
www.ngsmassage.nl

NGS sport & wellness massage
branche- en examenorganisatie

Leerdoelen NGS-masseur (NGS2857)

In dit document presenteren we de **'Leerdoelen NGS- masseur sport, wellness en sportzorg'**

De leerdoelen geven aan wat masseurs in opleiding aan het einde van hun opleiding moeten weten, begrijpen of kunnen doen. De leerdoelen fungeren ook als meetlat om te beoordelen of kandidaten voldoen aan de vereiste normen en competenties die nodig zijn om de NGS-toetsing met succes af te ronden. De leerdoelen zijn nauw verbonden met het beroepsprofiel voor masseurs en dienen als leidraad voor het onderwijsprogramma dat kandidaten voorbereidt op een succesvolle carrière in de massagebranche.

Dit document geeft inzicht in het kennisniveau dat de NGS-masseur heeft wanneer hij de toetsing van het NGS heeft gehaald en kan de NGS-masseur als een volwaardige (zorg)professional worden gezien.

Dit document is opgesteld onder verantwoordelijkheid van de commissie wetenschap van het NGS in overleg met alle opleiders en docenten van de door het NGS erkende opleidingsinstituten.

© september 2026, Nederlands Genootschap voor Sportmassage/ NGS
Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op enige andere wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Daar waar in de tekst een * genoemd wordt, is er, enkel en alleen voor de opleiders, een uitleg beschikbaar.

Eventuele reacties, aanvullingen en voorstellen tot verbetering kunt u zenden aan:
Nederlands Genootschap voor Sportmassage I E-mail: info@ngsmassage.nl

Nederlands Genootschap voor Sportmassage (NGS)
Professor Bronkhorstlaan 10
3723 MB Bilthoven (gebouw 26)
T: 088 730 85 00
W: www.ngsmassage.nl
E: info@ngsmassage.nl

Fasen:

Fase 1: Voorbereiding
- **Werkproces 0:** Voldoet aan basis criteria

Fase 2: Onderzoek
- **Werkproces 1:** Voert beroepsspecifiek onderzoek uit

Fase 3: Behandelplan
- **Werkproces 2:** Stelt stappenplan op

Fase 4: be(Handeling)
- **Werkproces 3:** Voert klassieke massage uit
- **Werkproces 4:** Voert belevingsmassage uit (alleen NGS-masseur wellness)
- **Werkproces 5:** Voert een sportgerichte tape en/of massage behandeling uit (alleen NGS-masseur sport, of met BZ of sportzorg)
- **Werkproces 6:** Handelt bij en na blessure (alleen NGS-masseur BZ of sportzorg)
- **Werkproces 7:** Past reanimatie en EHBSO toe

Fase 5: Registratie/dossiervoering
- **Werkproces 8:** Registreert en legt gegevens vast

Fase 6: Eindevaluatie
- **Werkproces 9:** Evalueert werkwijze en resultaat

Fase 7: Voorlichting en advies
- **Werkproces 10:** Geeft voorlichting en advies

Fase 8: Voorlichting en advies t.a.v. blessurepreventie
- **Werkproces 11:** Geeft voorlichting en advies t.a..v. blessurepreventie (alleen NGS-masseur met BZ of sportzorg)

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Werkprocessen en leerdoelen

Werkproces 0: Voldoet aan basis criteria
0.1 Zorgt voor basishygiëne
0.2 Kiest juiste middelen en materialen
0.3 Gaat discreet om met vertrouwelijke informatie
0.4 Noteert op juiste wijzen en volgt de stappen van het cliëntendossier voor mogelijke communicatie naar derden

Werkproces 1: Voert beroepsspecifiek onderzoek uit
1.1 Luistert actief naar de client
1.2 Voert beroepsspecifiek onderzoek systematisch en nauwgezet uit

Werkproces 2: Stelt stappenplan op
2.1 Formuleert de stappen in het plan van aanpak helder en inzichtelijk
2.2 Plant handelingen in de juiste volgorde
2.3 Houdt nauwkeurig de wensen en behoeften, belasting en belastbaarheid van de cliënt in de gaten
2.4 Gaat voor de cliënt onaangename beslissingen niet uit de weg
2.5 Stemt effectief af met de cliënt en eventueel overige betrokkenen

Werkproces 3: Voert klassieke massage uit
3.1 Informeert de client volledig en duidelijk
3.2 Kiest de juiste hulpmiddelen, methoden en technieken
3.3 Past de massagetechnieken bedreven en deskundig toe
3.4 Checkt regelmatig of de cliënt tevreden is
3.5 Gaat integer om met verkregen informatie en met emoties van de cliënt
3.6 Neemt passende maatregelen op basis van signalen van (dreigende) bijzonderheden

Werkproces 4: Voert belevingsmassage uit (alleen NGS-masseur wellness)
4.1 Maakt de juiste keuze uit verschillende onderdelen en methodes van de belevingsmassage
4.2 Legt duidelijk uit hoe het belevingsplan wordt uitgevoerd
4.3 Voert de belevingsmassage volgens professionele standaarden uit

Werkproces 5: Voert een sportgerichte tape en/of massage behandeling uit (alleen NGS-masseur sport of met BZ of sportzorg)
5.1 Maakt de juiste keuze uit verschillende tape-/bandageer methodes
5.2 Legt duidelijk uit hoe tape/bandage wordt aangelegd
5.3 Voert het tapen/bandageren volgens professionele standaarden uit
5.4 Voert de sportgerichte massage volgens professionele standaarden uit
5.5 Handelt bij kramp

Werkproces 6: Handelt bij en ná blessures (alleen NGS-masseur met BZ of sportzorg)

6.1 Werkt samen in een sportzorgketen
6.2 Voert zelfstandig beleid uit (zoals herstelprogramma), waar nodig in overleg met sportzorgketenpartner(s)
6.3 Voert deelbehandelingen uit in opdracht van en onder verantwoordelijkheid van een sportzorgpartner
6.4 Overlegt met sporter/trainer over afstemming behandeling of herstelprogramma met het reguliere trainingsprogramma
6.5 Behandelt op methodische wijze

Werkproces 7: Past reanimatie en EHBSO toe

7.1 Presenteert zich als ter zake kundig en geeft instructies aan betrokkene en omstanders
7.2 Voert levensreddende handelingen vakkundig uit
7.3 Rapporteert aan hulpverleners en verantwoordelijke functionarissen binnen de organisatie
7.4 Luistert bij toepassing EHBSO naar de sporter en toont betrokkenheid
7.5 Werkt volgens voorgeschreven procedures van EHBSO
7.6 Voert EHBSO-technieken vakkundig uit

Werkproces 8: Registreert en legt gegevens vast

8.1 Maakt een juiste selectie van relevante, te registreren gegevens
8.2 Gaat discreet om met gevoelige/vertrouwelijke informatie
8.3 Legt gegevens eenduidig vast
8.4 Werkt zorgvuldig overeenkomstig geldende protocol(len)

Werkproces 9: Evalueert werkwijze en resultaat

9.1 Staat open voor feedback van de cliënt
9.2 Trekt op basis van de verkregen gegevens reële conclusie
9.3 Maakt effectief gebruik van verkregen feedback en informatie om het eigen functioneren te optimaliseren

Werkproces 10: Geeft voorlichting en advies

10.1 Geeft voorlichting en advies t.a.v. blessurepreventie

Werkproces 11: Geeft voorlichting en advies tav blessurepreventie (alleen NGS-masseur met BZ of sportzorg)

11.1 Geeft voorlichting en advies t.a.v. blessurepreventie

Werkproces 0

Werkproces 0: Voldoet aan de basiscriteria.

Norm: De praktijkruimte voldoet aan de inrichtings- en hygiënevoorschriften en er liggen voldoende geschikte materialen klaar om de cliënt te verzorgen

0.1 Zorgt voor basishygiëne

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
0.1.1	Hygiënisch werken en zorgt voor persoonlijke hygiëne	· Was de handen op de juiste wijze · Schone nagelriemen · Geen nagellak · Geen horloge/sieraden · Draag schone en gepaste kleding	· Basiscriteria
0.1.2	Gaat hygiënisch om met materialen die gebruikt worden	· Reinig (en desinfecteer zo nodig) na iedere behandeling de werkruimte, bank en gebruikte materialen · Dek tijdens behandeling je materialen af · Stofzuig en dweil de ruimte dagelijks · Ventileer regelmatig de ruimte · Maak gebruik van schoon afdekmateriaal. · Verzamel het vieze materiaal op gepaste wijze	

0.2 Kiest juiste middelen en materialen

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
0.2.1	Heeft kennis van verschillende middelen en materialen en maakt de juiste keuze	· Cliëntendossier · Handdoek (om op te staan, inspectie en afdekken tijdens palpatie) · Behandelbank en opdek materiaal. · Knie - en enkel rol , ondersteuningsmateriaal · Tussenstof · Verzorgingskoffer/tas met tape etc. · Materialen voor de wellness specifieke handelingen	· Basiscriteria
0.2.2	Is op de hoogte van de beroeps- en gedragsregels van het NGS	· https://www.ngsmassage.nl/download/411	· Verwijzen naar de klachtenregeling NGS · Op de hoogte zijn van de WKKGZ, wet- en regelgeving
0.2.3	Kent de minimale inrichtingseisen van de NGS-masseur		

0.3 Gaat discreet om met vertrouwelijke informatie			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
0.3.1	Weet wat een klacht is en hoe hiermee om te gaan	· Klachtenregeling NGS	· Verwijzen naar een klachtenregeling
0.3.2	Kent de wet- en regelgeving van de AVG en past deze toe.		· Op de hoogte zijn van de WKKGZ, wet- en regelgeving

0.4 Noteert op juiste wijzen en volgt de stappen van het cliëntendossier voor mogelijke communicatie naar derden			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
0.4.1	Kan schakelen tussen vaktaal en de taal die client begrijpt	· Klachtenregeling NGS	· Communicatie-vaardigheden
0.4.2	Is op de hoogte van beroepsprofiel NGS	· Je kent het kader waarbinnen gewerkt wordt · https://www.ngsmassage.nl/wat-doet-de-NGS-masseur#Kwalificatieprofiel	

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Werkproces 1

Werkproces 1: Voert beroepsspecifiek onderzoek uit.

Norm: De NGS-masseur heeft een zo volledig mogelijk beeld verkregen van het lichamelijk functioneren van de cliënt. Hij heeft besloten over wel/niet verzorgen en heeft in voorkomende situaties advies gegeven een zorgverlener te consulteren. In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

1.1 Luistert actief naar de client

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
1.1.1	Kiest voor de juiste houding, gesprekstechnieken en leert interpreteren	• Neem de juiste houding aan • Toon interesse in de cliënt • Verduidelijk vragen als iets niet begrepen wordt • Vat het verhaal van de client samen	
1.1.2	Informeert de client over zijn werkwijze en bevindingen		

1.2 Voert beroepsspecifiek onderzoek systematisch en nauwgezet uit

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
1.2.1	Heeft algemene kennis van anatomie, fysiologie en myologie	• Heeft kennis van de botten, gewrichten en oppervlakkige spieren van het hoofd, de romp, de schoudergordel, de bovenste- en de onderste extremiteit en kan deze in het Latijn benoemen. Hoeft de origo en insertie van de spier NIET te weten. • Kan de verschillende gewrichten (op basis van vorm, aantal botstukken) benoemen: continu en discontinu verbindingen met Latijnse naam • BZ: Kan oriëntatiepunten op bekken en romp palperen en intekenen • BZ: kan spieren palperen • BZ: Kan de functie, origo, insertie en verloop van de oppervlakkige spieren van de romp, BE en OE opnoemen en aanwijzen. • BZ: kan de functie en verloop van spieren opnoemen en aanwijzen die op lengte en kracht getest moeten worden. • BZ: Kent de fasen van weefselherstel • SZ: Core stability: oppervlakkig en diep systeem (thoracolumbale fascie) • Heeft fysiologische kennis over diverse structuren, systemen en effecten	• **Algemene kennis en inzicht mbt** - Functie skelet - Skeletverbindingen - Bouw en functie - oppervlakkige spieren • **Hoofd *** - Beenderen - Spieren • **Romp *** - Beenderen - Gewrichten - Spieren - Houding / typologie (begrippen) • **Schoudergordel *** - Beenderen - Gewrichten - Spieren • **Bovenste extremiteit *** - Beenderen - Gewrichten - Elleboog - Pols - Spieren

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
		• **BZ: Heeft inzicht in de inspanningsfysiologie:** - Energiesystemen - Gebruik van de brandstofvoorraad van niet-sporter tot ultra-sporter - Functionele veranderingen op korte en lange termijn - Aanpassing belasting - belastbaarheid - Aanpassing van het circulatiesysteem - Verandering in de bloedverdeling - Warmte-regulatie	• **Onderste extremiteit *** - Beenderen - Gewrichten - Heup - Knie - Enkel (talocruraal + subtalair) - Spieren - Banden - Knie - Enkel **Fysiologische kennis over bouw, functie en werking van:** • Cellen* • Weefselsoorten* • Zenuwstelsel* • Stofwisseling* Spijsverteringsorganen en van de spijsvertering toelichten* • Bloedsomloop* • Lymfe/ Lymfesysteem* • Ademhalingsorganen* • Uitscheidingsorganen* • Huid* • Hormoonstelsel* Inspanningsfysiologie*
1.2.2	Heeft algemene kennis van kinesiologie	• Kan de bewegingsassen en vlakken benoemen van de gewrichten van het hoofd, de romp, de schoudergordel, de bekkengordel, de bovenste- en de onderste extremiteit • BZ: Weet wat schakels en ketens zijn • BZ: Weet wat kinematische ketens zijn • BZ: Weet waarin het bewegen kinematisch onder te verdelen is • SZ: Functionele bewegingsketens • SZ: Functionele stabiliteit • SZ: Energie overdracht door bi-articulaire spieren • SZ: Kan een werpbeweging analyseren	• Bewegingsassen en -vlakken • Kinematica en dynamica • Translaties en rotaties • Kinetica en statica • Enkelvoudige, binaire en ternaire schakels • Open en gesloten ketens • Functionele buig en strekketens • Wat bepaalt stabiliteit: functionele stabiliteit • Functionele stabiliteit van de rug: de spelers, hol en bol, oppervlakkig en diep systeem (thoracolumbale fascie • Energie overdracht en anatomie • Klinisch redeneren • De werpbeweging •

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
1.2.3	Heeft algemene kennis van trainingsleer	• Kent de relatie belasting – belastbaarheid - In de context van sportbelasting - Past deze kennis niet toe in behandelplan • Kent de fasen van herstel • Kent de begrippen aeroob-anaeroob, lactisch-alactisch • Kent het begrip overtraining met symptomen • BZ: Trainingsdoelen • BZ: Biologische wetmatigheden training • Trainingseffecten: - Specifieke prikkel (belastbaarheid!) - Herstelperiode - Supercompensatie • BZ: Opbouw training • BZ: Bouwstenen training • BZ: Overtraining, oorzaken en maatregelen • BZ: Training van algemeen en lokaal uithoudingsvermogen • BZ: Krachttraining • BZ: Training coördinatie • BZ: Training van lenigheid • BZ: Hersteltraining • Aandeel/ rol masseur	• Belasting – belastbaarheid • Fasen van herstel • Aeroob – anaeroob, lactisch – alactisch • Trainingsdoelen* • Biologische wetmatigheden (principes) training* • Trainingseffecten* • Opbouw training* • Bouwstenen training* • Overtraining* • Training van algemeen en lokaal uithoudingsvermogen* • Krachttraining* • Training coördinatie* • Training van lenigheid* • Hersteltraining* • Supercompensatie • Verschijnselen van overbelasting
1.2.4	Heeft algemene kennis van sportblessures	• Kent de oppervlakkige sportblessures • Behandelt alleen vóór en ná een blessure • Kent de symptomen van kramp • Kan het ontstaan van spier- en peesletsels verklaren* • BZ: Kent de meest voorkomende sportblessures • Kent de vijf oorzakelijke factoren van sportblessures* • SZ: Kent de 5 categorieën schouderproblematiek • Begripkennis specifieke schouderpathologie • SZ: kent de concepten van acute spierruptuur, acuut bandletsel en chronische peesblessures	• Jumper's knee, runner's knee, gracilis syndroom • Ilio-tibiale frictie syndroom, shin splints • Faciitis plantaris, achilles tendinopathie • Stressfracturen • Epicondylitis lateralis en medialis • Glass arm, tennis shoulder • Hardloopblessures in zijn algemeen • Hamstrings blessures, twee typen • Overbelasting van pees (aanhechtingen) stadia • **Schouderproblematiek:** - Instabiliteit - Impingment - Myogene dysbalans - Scapula dyskinesie - G.I.R.D • **Concepten:** - Acute spierruptuur - Acuut bandletsel - Chronische peesblessure

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
1.2.5	Neemt en goede anamnese af en interpreteert de gegevens	· Clientgegevens · Sociale anamnese · Dagelijkse bezigheden (ADL) · Sportbelasting (BZ verdiepen) • **Huidige blessure** - Huidige fysieke klachten - Wel of niet onder behandeling - Hulpvraag/zorgvraag/doel - Oorzakelijke factoren: - Intrinsiek (endogeen) - Extrinsiek (exogeen) · Blessure verleden (BZ verdiepen) • **Gezondheid** - Gezondheidshistorie - Huidige klachten - Rode vlaggen - Wel of niet onder behandeling - Risicofactoren - Medicatie gebruik - Leefstijl - Mate van stressbeleving - Allergieën - Familiaire aandoeningen/ziektes · Mentaal - Gele vlaggen · Gebruikt verschillende gesprekstechnieken	· Conform het NGS-cliëntendossier
1.2.6	Voert inspectie uit en interpreteert de bevindingen	· Uitgangshouding: ontspannen rechtop in ondergoed · Afwijkingen van normaal zichtbare structuren (L/R) van het lichaam visueel herkennen (huid, spieren, pezen, botten en gewrichten) en interpreteren · Herkent en neemt een afwijking in relatie tot klacht waar, verwijst door/ handelt* · BZ: Weet diverse meetvormen tav gewicht en lichaamssamenstelling te benoemen* · Wellness: Herkennen van de afwijking voor doorverwijzing	· Inspectie van · Voorzijde (loodlijn benoemen)* · Achterzijde (loodlijn benoemen)* · Laterale zijden (loodlijn benoemen)*

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
1.2.7	Voert een basis functie-onderzoek uit	• Voert actieve en passieve mobiliteitstesten plus kracht- en actieve lengtetesten uit (muv wervelkolom passief) • Test passief op ROM en eindgevoel muv WK • Herkent afwijkingen in het basis functieonderzoek van gewrichten van de bovenste en onderste extremiteit, nek en lage rug en interpreteert deze • Actieve spierlengte testen • BZ: goniometrie • BZ: Bandtesten van de knie, (Lachman en Gravity alleen als begrip) • BZ: Stabiliteits testen rug en O.E. • BZ: Toegevoegd onderzoek elleboog en pols • BZ: Toegevoegd onderzoek schouder alleen begrippen kennis • SZ: Toegevoegd onderzoek schouder • Palpaties uitvoeren en veranderingen in structuren herkennen en vaststellen aan de hand van links-rechts vergelijking	• Noteert de uitslag van de tests (pijn: P+ en VAS/NPRS, ROM: links rechtsverschil, eindgevoel). Zie ook 8.3.5 • Actieve spierlengte testen van frequent verkorte spiergroepen* • Goniometrie, neutrale 0-methode • **Palpatie** - Huid - Spieren - Gewrichten (warmte) • **Toegevoegd onderzoek knie:** - Mediale en laterale collaterale band - Lachman en Gravity sign (begrippen) • **Toegevoegd onderzoek lage rug:** - Spierlengte (Piriformis): - Active Straight leg raise - Functionele stabiliteitstesten statisch/ dynamisch • Toegevoegd onderzoek schouder - Pianotoets test AC - Apprehension - relocation (GH) - Test van Neer en Hawkins-Kennedy - Test van Jobe (empty can) - Testen scapulaire dyskinesie - Testen GIRD • **Toegevoegd onderzoek B.E.:** - Valgus stress test - Moving valgus test - Lengtetest multi-articulaire spieren - Test van Finkelstein
1.2.8	Interpreteert de bewegingsuitslagen	• BZ: Redeneert klinisch • BZ: Brengt op methodische wijze op basis van de hulpvraag de blessurerisico's in kaart • Stelt een samenvatting op van het beroepsspecifiek onderzoek	

*) Voor verdere uitwerking leerstof zie NGS2527 Addendum Toetscriteria tbv NGS gecertificeerde opleiders.

Werkproces 2

Werkproces 2: Stelt een stappenplan op.

Norm: De NGS-masseur heeft een passend plan van aanpak opgesteld. De cliënt gaat akkoord met het plan van aanpak. In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

2.1 Formuleert de stappen in het plan van aanpak helder en inzichtelijk

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
2.1.1	Herkent soort blessure (acuut/ subacuut/ chronisch, traumamechanisme)	· Kan de blessures noemen naar ontstaanswijze	· Conform NGS-cliëntendossier
2.1.2	Herkent letsels (blessures) aan het houding- en bewegingsapparaat	· Afwijkende werking van houding- en bewegingsspieren	· Zie 1.2.4
2.1.3	Herkent externe factoren die van invloed zijn op het verloop van de klacht van de cliënt	· Werk- en sportbelasting · Omgevingsfactoren	· Anamnes
2.1.4	Analyseert de functie van spieren en gewrichten in de bewegingsketen, herkent 'zwakke schakel'	· BZ: mono- en bi-articulaire spieren en hun functie · Mobiliteit in de schakels van de keten	· Functie onderzoek
2.1.5	Onderscheidt gradaties/ stadia van spier- en peesletsels	· Moet kennis hebben van deze stadia · BZ: Kent de diverse stadia van spier- en peesletsels	
2.1.6	Interpreteert positieve bevindingen in de anamnese, inspectie en afwijkend beloop in het herstel	· Herkent een afwijkend beloop · BZ: tijdbalk, normaal of afwijkend weefselherstel	

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
2.1.7	Kan op basis van de resultaten van het beroepsspecifiek onderzoek een behandelstrategie opstellen	• Kan op basis van de resultaten van het beroepsspecifiek onderzoek een massageplan opstellen • Kan op basis van de resultaten van het beroepsspecifiek onderzoek een belevingsmassageplan opstellen • Sport: Kan op basis van de resultaten van het beroepsspecifiek onderzoek een sportgericht tape-plan opstellen • Sport: Kan op basis van de resultaten van het beroepsspecifiek onderzoek een sportgericht massageplan opstellen • SZ: Kan op basis van de resultaten van het beroepsspecifiek onderzoek een herstelprogramma opstellen	• Kan vaststellen of hij/zij competent is om door te gaan in het behandelproces. Indien gekozen wordt voor behandeling, deze te kunnen uitvoeren naar de bestaande richtlijnen • In hoeverre wordt de hulpvraag van de cliënt beantwoord en in hoeverre kan het beoogde effect worden bereikt • Zijn er eventuele neveneffecten of complicaties die kunnen optreden • Je kan uitleg geven over: - De bevindingen van anamnese en functieonderzoek - De behandel opties, met hun voor- en nadelen, uitvoering, risico s en eventuele bijeffecten - De behandelresultaten
2.1.8	Maakt een motivatie/onderbouwing van het opgestelde plan	• Formuleert een simpele onderbouwing • SZ: Klinisch redenerend vanuit de bevindingen tot behandelstrategie komen	• NGS-cliëntendossier
2.1.9	Past geleerde communicatievaar-digheden toe op praktijksituatie		• Praktijk gerelateerde situatie in praktijktoets.

2.2 Plant handelingen in de juiste volgorde			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
2.2.1	Weet de uitvoering van het stappenplan op juiste wijze te omschrijven	• Tijdpad • Frequentie • Uitvoeren behandeling • Sport: Wanneer t.o.v. de inspanning het tape- en sportgericht massageplan wordt uitgevoerd • Evaluatie na elke behandeling	

2.3 Houdt nauwkeurig de wensen en behoeften, belasting en belastbaarheid van de cliënt in de gaten			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
2.3.1	Beoordeelt in hoeverre het doel van het bezoek van de cliënt kan worden behaald en het beoogde effect kan worden bereikt		

2.4 Gaat voor de cliënt onaangename beslissingen niet uit de weg			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
2.4.1	Beoordeelt of er contra-indicaties of neveneffecten zijn of dat er complicaties kunnen optreden, waardoor massage niet gegeven kan worden		
2.4.2	Benoemt voor- en nadelen van behandelopties, inclusief risico's en eventuele bijwerkingen		

2.5 Stemt effectief af met de cliënt en eventueel overige betrokkenen			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
2.5.1	Onderbouwt en motiveert de gekozen stappen		
2.5.2	Informeert de client over de NGS- klachtenregeling		
2.5.3	Formuleert samen met cliënt het doel van de behandeling	• Formuleert samen met cliënt het doel van de behandeling (shared decision making) • SZ: Formuleert doel van het herstelprogramma	
2.5.4	Formuleert de stappen in het plan van aanpak helder en inzichtelijk		

Werkproces 3

Werkproces 3: Voert klassieke massage uit

Norm: Het doel van de massage is bereikt. De cliënt is tevreden over de behandeling (verzorging)
In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

3.1 Informeert de client volledig en duidelijk

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
3.1.1	Leert informatie te geven voorafgaande aan de massage over werking, uitvoering en het verwachte resultaat van de massage	• Stimulering van de doorbloeding van de huid en van de spieren • Verbetering van de stofwisseling • Het beïnvloeden van de spiertonus zowel verhogen als verlagen, losmaken van vezels t.o.v. elkaar • Het bestrijden van verhardingen in de spieren; Het opwekken van desquamatie	
3.1.2	Leert te vragen aan de cliënt, om tijdens de massage informatie te verstrekken omtrent pijn en eventueel anderen onaangename sensaties		

3.2 Kiest de juiste hulpmiddelen, methoden en technieken

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
3.2.1	Zorgt voor een representatieve en hygiënische inrichting van de werkruimte	• Reinigen van de wacht/werkruimte na iedere behandeling • Hygiënisch omgaan met materialen	
3.2.2	Leert de keuze af te stemmen op doel en kenmerken cliënt	• **Mechanische verklaring:** - Desquamatief of ontschilfering; - Rekkende, rollende en schuivende bewegingen; - Ontwatering; - Losmaken van verklevingen; - Invloed op spieren en huid door wrijving, kneding, schuddingen; - Invloed op bloed en bloedvaten (druk-, zuigeffect); - Invloed op lymfesysteem. - Reflectoire verklaring: - Prikkeling van de sensibele zenuwen. • **Chemisch-biologische verklaring:** - Vrijkomen van prikkelstoffen in het weefsel acetylcholine en histamine. • **Psychische verklaring:** - Invloed op de psyché. • **Moderne verklaring:** - Combinatie van de voorgaande vier verklaringen	

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
3.2.3	Kiest voor de juiste hulpmiddelen en zet de materialen voor het uitvoeren van de massage klaar	· Gebruikt bij buiklig een (enkel)rol onder de enkels, een rolletje boven de patella en legt eventueel een ondersteuning onder de buik · Gebruikt bij ruglig minimaal een ondersteuning onder het hoofd en een (knie)rol onder de knieën	
3.2.4	Leert de juiste tussenstof te kiezen op basis van ondergrond en doel	· Olie · Melk · Poeders · Vetten · Crèmes	
3.2.5	Kiest de juiste methode	· Klassieke massage	

3.3 Past de massagetechnieken bedreven en deskundig toe			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
3.3.1	Past de algemene regels toe	· Masseert niet bij aanwezigheid van absolute contra-indicaties · Neemt de regels van hygiëne en ethiek in acht · Voorkomt dat cliënt afkoelt · Werkt volgens ergonomische richtlijnen · Dekt niet te masseren lichaamsdelen en kleding af · Ontwijkt en voorkomt weefselbeschadigingen · Veroorzaakt geen onnodige pijn · Doseert afhankelijk van het doel de druk en snelheid en past meer of minder variatie toe	
3.3.2	Kiest de juiste ontspannen uitgangshouding voor de massage van de verschillende lichaamsdelen	• **Algemeen:** - Optimale ontspanning voor cliënt * - Optimale ontspanning spieren * - Optimale gewrichtsondersteuning * - Goede bereikbaarheid van de te masseren spiergroepen - Zo min mogelijk wijziging van de houding • **Klassieke massage:** - Bovenste extremiteit: ruglig, buiklig, zit of zijlig - Voorzijde onderste extremiteit: langzit - Achterzijde onderste extremiteit: buiklig - Rug - lumbaal en thoracaal: buiklig en armen langs lichaam - Rug -thoracaal en cervicaal: buiklig en armen omhoog (bijvoorbeeld handen onder hoofd)	

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
3.3.3	Kiest de juiste massagetechnieken en voert de massagehandgrepen in juiste volgorde en met voldoende variatie uit	• **Algemeen:** - Begint bij extremiteiten altijd met het meest proximale lichaamsdeel • Juiste volgorde "klassieke" massage van een complete functionele eenheid	• **Volgorde klassiek:** - Intermitterend drukken* - Effleurages (LCD)* - Petrissage (LD)* - Fricties* - Tapotements - bij stimulerende massage * - Schuddingen (direct/ indirect) – bij sederende massage * - Eind effleurages
3.3.4	Voert massage aan functionele eenheid uit	• **Achterzijde onderste extremiteit:** - Alle spieren van de bekkenrand tot en met de achillespees. • **Voorzijde onderste extremiteit:** - Alle spieren van de lies tot en met de voet inclusief de voetzool • Rug: - Alle spieren vanaf het bekken tot aan het achterhoofd inclusief bekkenrand (exclusief gluteaalmusculatuur) - Lumbaal-gluteaal – hamstring - Rug en rug-cervicaal • **Schoudergordel en Mm. Deltoideï:** - De nek inclusief de rompmusculatuur aan beide zijden, met name de: • M. Pectoralis, • M. Lattissimus dorsi • M. Supraspinatus • M. Infraspinatus • M. Trapezius • Mm. Rhomboïdeï inclusief de beide Mm. Deltoideï • **Bovenste extremiteit:** - De M. Deltoideus plus alle spieren van bovenarm, onderarm en hand	

3.4 Checkt regelmatig of de cliënt tevreden is			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
3.4.1	Vraagt de cliënt tijdens de behandeling of er sprake is van pijn en/ of eventueel andere onaangename sensaties		

3.5 Gaat integer om met verkregen informatie en met emoties van de cliënt			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
3.5.1	Geeft aan dat alles wat verteld wordt vertrouwelijk is en nooit zonder toestemming gedeeld wordt met derden		

3.6 Neemt passende maatregelen op basis van signalen van (dreigende) bijzonderheden			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
3.6.1	Handelt op juiste wijze bij veranderingen die onder invloed van de behandeling ontstaan		
3.6.2	Neemt passende maatregelen op basis van signalen van (dreigende) bijzonderheden cq ongewenste reacties		

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Werkproces 4

Werkproces 4: Voert belevingsmassage uit (alleen NGS-masseur wellness)

Norm: Het doel van de massage is bereikt. De cliënt is tevreden over de behandeling (verzorging)
In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

4.1 Maakt de juiste keuze uit verschillende onderdelen en methodes van de belevingsmassage

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
4.1.1	Beoordeelt op basis van analyse beroepsspecifiek onderzoek welke vorm(en) van de belevingsmassage worden ingezet.		
4.1.2	Beredeneert welke gedeelte van het lichaam er behandeld gaat worden		
4.1.3	Kan op basis van analyse beroepsspecifiek onderzoek beoordelen welke onderdelen en methodes van de belevingsmassage worden ingezet rekening houdend met de belasting/ belastbaarheid van de cliënt.	• Wellness: hotstone massage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: aroma massage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: algehele ontspanningsmassage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: Hoofdmassage (hoofd, gezicht, nek, schouder, decolleté)	• **Wellness hotstone massage:** - Gebruikt stenen met een temperatuur tussen de 45 °C en 50 °C - Bedekt altijd de huid bij het stil op de huid leggen van de stenen, bijvoorbeeld met een handdoek of Indiaas katoen (gebruik van ligstenen) - Houdt rekening met contra-indicaties - Masseert met een steen en (lichaams) warme, neutrale olie - Legt stenen met olie niet rechtstreeks in de hotstone bak terug - Houdt rekening met de gevolgen en risico's van het verkeerd gebruik van de stenen - Contra-indicaties zoals zwangerschappen, vaatproblemen, hoge bloeddruk e.d. - Te warme of te koude stenen. • **Wellness ontspanningsmassage:** - Er wordt gemasseerd in de richting van de slaap ("de rimpels eruit strijken"). De rondingen van het hoofd worden gevolgd. - De druk wordt aangepast aan het lichaamsdeel; er moet verschil in druk zichtbaar zijn tussen massage van decolleté en gezicht - Verplicht: effleurages Vrij: drukpunten, petrissages, fricties, rekken en tapotements. - Het is belangrijk dat er een variatie aan massagegrepen wordt toegepast en dat het doel van een hoofdmassage (= ontspannen) wordt bereikt - Masseur zit (bij voorkeur) op een krukje achter het hoofdeinde

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
4.1.4	Houdt rekening met indicaties en contra-indicaties voor de belevingsmassage	• Wellness: hotstone massage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: aroma massage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: algehele ontspanningsmassage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: hoofdmassage (hoofd, gezicht, nek, schouder, decolleté)	

4.2 Legt duidelijk uit hoe het belevingsplan wordt uitgevoerd			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
4.2.1	Legt vanuit het beroepsspecifiek onderzoek (klacht en hulpvraag) uit hoe zal worden behandeld		
4.2.2	Licht de verschillende vormen van de belevingsmassage toe.		
4.2.3	Kan op basis van het beroepsspecifiek onderzoek beoordelen welke materialen en oliën en nodig zijn om het gewenste doel te behalen.		

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Leerdoelen, toelichting, leerstof

4.3 Voert de belevingsmassage volgens professionele standaarden uit			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
4.3.1	Voert de verschillende vormen van belevingsmassage uit.		
4.3.2	Kiest voor de juiste uitganghoudingen.		
4.3.3	Houdt rekening met de klacht en hulpvraag		
4.3.4	Draagt zorg voor de hygiëne van het materiaal waarmee gewerkt wordt.		
4.3.5	Kiest voor de juiste tussenstof.		· **Wellness olie:** - Stelt te gebruiken olie (etherische- en basisolie) samen - Gebruikt een neutrale plantaardige basisolie, bijvoorbeeld druivenpit-, jojoba of sesamolie - Houdt rekening met contra-indicaties ten aanzien van de gekozen etherische olie · Lavendel · Eucalyptus · Rozemarijn · Citroen · Ylang Ylang

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
4.3.6	Kiest de juiste massagetechnieken en voert de massagehandgrepen in juiste volgorde en met voldoende variatie uit.	• Wellness: hotstone massage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: aroma massage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: algehele ontspanningsmassage (gehele voorzijde of achterzijde) • Wellness: hoofdmassage (hoofd, gezicht, nek, schouder, decolleté)	• **Wellness belevingsmassage:** - Alleen effleurages - Bewegingen gaan vloeiend in elkaar over - Indien geen druk: richting is vrij - Indien wel druk: massage van armen en benen is van distaal naar proximaal - Bij rug is richting vrij bij geven druk - Bij massage van de buik wordt met de klok mee gemasseerd - Tempo van de massage is rustig • **Wellness Hotstone massage:** ***Voorzijde*** - Plaatst één of meerdere (lig)stenen op buik - Optioneel: Leg steen in nek, op borst en/of in hand - Niet toegestaan: Teenstenen - Effleureert met handen om olie op benen te brengen - Masseert met massagestenen één been inclusief voet - Maakt na massage de steen onder voet vast, bijvoorbeeld met wikkeldoek, handdoek of bandeau - Leg na de massage één steen op het bovenbeen - Masseert vervolgens het andere been - Masseert met massagestenen buik en armen ***Achterzijde*** - Plaatst drie tot zeven (lig)stenen op rug - Effleureert met handen om olie op benen te brengen - Masseert met massagestenen één been inclusief stukje bil en voet - Maakt na massage één steen onder voet vast, bijvoorbeeld met wikkeldoek, handdoek of bandeau - Leg na de massage één steen op het bovenbeen - Masseert vervolgens het andere been - Masseert met massagestenen rug en laat de uitgemasseerde stenen achter op de rug - Eindigt met effleurages zonder stenen • **Wellness Hoofd, gezicht etc:** - Verplicht: Effleurages - Vrij: Petrissages, fricties, drukpunten en tapotements - Past druk aan, aan lichaamsdeel: er moet verschil in druk zichtbaar zijn tussen massage van decolleté, schouder en gezicht - Volgt rondingen van het hoofd - Masseert in richting van de slaap - Eindigt met Eindeffleurages van het gehele gebied

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
			• **Wellness Aroma massage:** - Alleen effleurages - Bewegingen gaan vloeiend in elkaar over - Indien geen druk: richting is vrij - Indien wel druk: massage van armen en benen is van distaal naar proximaal - Bij rug is richting vrij bij geven druk - Bij massage van de buik wordt met de klok mee gemasseerd - Tempo van de massage is rustig - Gebruik de juiste etherische olie bij de zorgbehoefte van de klant. - Meng op de juiste wijze de etherische olie met een neutrale basisolie
4.3.7	Vraagt de cliënt tijdens de behandeling of er sprake is van pijn en/ of eventueel andere onaangename sensaties.	• Wellness: Tijdens de belevingsmassages alleen vooraf vragen i.v.m. diepe ontspanning tijdens de behandeling	
4.3.8	Handelt op juiste wijze bij veranderingen die onder invloed van de behandeling ontstaan		
4.3.9	Geeft uitleg over de mogelijkheid tot het doen van ademhalingsoefeningen, ontspanningsoefeningen of thuisgebruik van etherische oliën.	• Wellness: Geeft zelf géén oefeningen maar adviseert over de mogelijkheid tot het doen van dergelijke oefeningen.	

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Werkproces 5

Werkproces 5: Voert een sportgerichte tape en/of massage behandeling uit (alleen NGS-masseur sport of met BZ of sportzorg)

Norm: De NGS-masseur sport heeft de tape/bandage volgens professionele standaarden aangebracht en het beoogde resultaat is gerealiseerd.In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

5.1 Maakt de juiste keuze uit verschillende tape-/bandageer methodes en soort tape/ bandages

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
5.1.1	Beoordeelt op basis van de analyse van het f.o. welke beweging in een gewricht of spier(groep) moet worden geremd c.q. ondersteund	· S· Alleen tapetechnieken met evidentie en/of praktisch nut (zie 5.3.1)	· Wetenschap en praktijk goed blijven volgen · Doel van de tape
5.1.2	Kan op basis van de analyse van het functieonderzoek beoordelen welke soort tape- en bandage en welke methode toegepast wordt, rekening houdend met de belasting en belastbaarheid.	· Een kleefpleisterbandage met tape · Niet-elastische (sport)tape met een kleefpleisterbandage (weet dat wanneer je eerst kleefpleister plakt, je de proprioceptieve werking van de tape op de huid direct kwijt bent). · Elastische tapen (introductie)	· Afhankelijk van het doel/werking van de tape/bandage is het - Mechanisch - Reflectoir - Psychogeen · Elastische tape · Detoniseren / inhiberen spieren - Toniseren / faciliteren spieren - Compressie techniek
5.1.3	Adviseert de over het gebruik van bandages/ tape en bespreekt alternatieven (brace)	· Aanbevelingen in Versterk je Enkel App	

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Leerdoelen, toelichting, leerstof

5.2 Legt duidelijk uit hoe tape/bandage wordt aangelegd en bereidt dit voor			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
5.2.1	Legt vanuit het basis functie-onderzoek uit welke structuren ondersteuning nodig hebben	· In examensituatie krijgt de kandidaat een tape-opdracht (één van de in 5.3.1 genoemde indicaties)	· Anatomie, pathologie, kinesiologie
5.2.2	Legt de werking van verschillende tape-/ bandageer methoden en soort tape uit	· **Niet-elastische (sport)tape:** - (Partieel) immobiliseren - Ondersteunen · **Elastische tape:** - Detoniseren spieren - Faciliteren spieren - Ligament techniek - Compressie techniek	Doel van de tape voor deze indicatie
5.2.3	Kan op basis van de analyse van het functieonderzoek uitleggen welke materialen moeten worden gebruikt om het gewenste doel te bereiken	· Niet-elastische (sport)tape (underwrap NIET toegestaan) · Bandage (Kleefpleister) Polstermateriaal (kleine stukjes holtes) · Elastische tape	· Materiaal kennis · Waarom deze keuze
5.2.4	Voert als pre-test de te remmen beweging passief uit ter bepaling van de ROM zonder tape	· Dit is de positieve bevinding uit het basisfunctieonderzoek	
5.2.5	Zorgt voor een juiste uitgangshouding	· Client volledig ontspannen · Sportmasseur ergonomisch verantwoord	

5.3 Voert het tapen/bandageren volgens professionele standaarden uit			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
5.3.1	Past de verschillende tape-/ bandageer methodes toe op casuistiek	· Gewrichtstape: Niet-elastische (sport)tape + evt. bandage · Elastische tape	**Gewrichten (bij voorkeur met niet-elastische (sport)tape)** • ***Enkelgewricht:*** - Algehele ondersteuning bij aspecifiek functieverlies - Remming inversie en eversie - Remming plantair- en dorsaalflexie - Ondersteuning lengtegewelf - Heel lock • ***Kniegewricht:*** - BZ: Eenvoudige bandage lig patellae - BZ: Tape onder/bovenpool patella • ***Ellebooggewricht:*** - Remming hyperextensie, evt. met ondersteunende bandage - Tape bij tenniselleboog • ***Polsgewricht:*** - Remming palmair- en dorsaalflexie, evt. met ondersteunende bandage • ***Duimgewricht:*** - Remming reponeren - Remming opponeren - Remming abductie • ***Vingers:*** - Remming hyperextensie van de kootjes en de basisgewrichten - Remming van het spreiden van twee of meer vingers **Elastische tape** • ***Spiertechnieken*** - Detoniseren - Schouder detoniseren deltoideus pars clavicularis - Schouder detoniseren deltoideus pars spinalis - Onderarm detoniseren flexor carpi ulnaris - Onderarm detoniseren extensor carpi radialis - Toniseren / faciliteren - deltoideus
5.3.2	Verzorgt de huid door te reinigen, te ontdoen van haren en verwondingen af te dekken		
5.3.3	Past de belastbaarheid bij de belasting aan	· Ondersteunende tape/ bandage/ oefeningen	

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
5.3.4	Legt op de juiste wijze preventieve tapes/ bandages aan	• **Niet-elastische (sport)tape:** - Circulair en van de rol tapen is niet toegestaan - Aanleggen basisstroken - Aanleggen werkstroken - Aanleggen fixatiestroken • **Elastische tape*** - Afmeten stroken - Juiste uitgangshouding - Aanleggen met juiste spanning	
5.3.5	Test de tape/bandage op zijn functionaliteit	• Mening cliënt • Functietesten • Veldtesten • Detoniserende tape: Geen post-test	• **Na aanleggen partieel immobiliserende tape/bandage:** - Passief testen (post-test)* - Herstellen tape/bandage - Veldtest

5.4 Voert de sportgerichte massage volgens professionele standaarden uit			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
5.4.1	Legt vanuit het basis functie-onderzoek uit welke structuren sportgerichte massage nodig hebben		
5.4.2	Voert de sportgerichte massage op specifieke functionele eenheden uit	• Bovenste en onderste extremiteit • Romp • Schoudergordel • Functionele eenheid: hamstrings-gluteaal-lumbaal	

5.5 Handelt bij kramp			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
5.5.1	Legt vanuit het basis functie-onderzoek uit welke structuren behandeling nodig hebben		
5.5.2	Geeft een adequate kramp behandeling	• Masssage • Stretching	

Werkproces 6

Werkproces 6: Handelt bij en na blessures (alleen NGS-masseur met BZ of sportzorg).

Norm: De NGS-masseur sportzorg heeft behandeld volgens professionele standaarden aangebracht en het beoogde resultaat is gerealiseerd. In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

6.1 Werkt samen in een sportzorgketen

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
6.1.1	Brengt de belangen in kaart van de belanghebbenden	· Breng de sportzorgketen in jouw regio in kaart en leg contact met ketenpartners waarmee je wilt gaan samenwerken. · Maak duidelijk wat je visie is op blessurepreventie en waar je voor wilt staan als sportmasseur in relatie tot je ketenpartners	· De (potentiële) partners in de sportzorgketen te vinden · In contact te komen met partners in de sportzorgketen in de regio · Tot samenwerkingsafspraken te komen · Je te profileren in de regionale sportzorg
6.1.2	Behartigt de belangen van de (geblesseerde) sporter in de sportzorgketen	· Leg de gemaakte samenwerkingsafspraken vast waarin minimaal beschreven wordt wanneer en hoe je naar elkaar kunt doorverwijzen.	· Rol van de sportzorgmasseur - Op welk moment - Wat zijn zijn taken
6.1.3	Betrekt de sportzorgketen en andere disciplines bij de begeleiding van de sporter	· Verzorg met regelmaat verslaglegging	
6.1.4	Verwijst indien nodig de sporter door naar een andere discipline in de sportzorgketen		
6.1.5	Communiceert efficiënt en effectief met de disciplines binnen de sportzorgketen in de regio		

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
6.1.7	Stimuleert samenwerking in de sportzorgketen	• Oriënteer je op de partners in de sportzorgketen in jouw omgeving. Welke mogelijke partners zijn aanwezig in jouw regio? • Denk na over je mogelijkheden om een andere sportzorgaanbieder van dienst te zijn en vice versa. Hoe kunnen jullie van meerwaarde voor elkaar zijn? • Leg contact met de (potentiële) partners in de sportzorgketen in uw omgeving. • Nadat het eerste contact is gelegd met de partners in de sportzorgketen is het belangrijk om de mogelijkheden voor samenwerking te concretiseren. • Leg de gemaakte samenwerkingsafspraken vast waarin minimaal beschreven wordt wanneer en hoe u naar elkaar kunt doorverwijzen.	

6.2 Voert zelfstandig beleid uit (zoals herstelprogramma), waar nodig in overleg met sportzorgketenpartner(s)			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
6.2.1	Controleert het effect van de oefening/ behandeling	• BZ: Vraagt om feedback aan client • BZ: Doet evaluerend functieonderzoek	
6.2.2	Adviseert/instrueert over warming up en cooling down	• BZ: Is op de hoogte van bestaan de WU-programma's als Die Elf+	
6.2.3	Normaliseert spierfuncties, past de juiste methoden van rekken toe	• BZ: Kan de methoden van rekken noemen en verklaren • BZ: Kan doel aan rek-methode koppelen • BZ: Excentrisch rekken	• BZ: Statisch rekken, dynamisch rekken, Hold-relax • Evidence in de gaten houden (vdr Poel)* • Stretching: wél of niet?
6.2.4	Neemt maatregelen en belast per fase gerelateerd aan het normaal verloop van weefselherstel		• Fysiologisch herstel bij blessures (fasen van weefselherstel: ontstekingsfase ->integratiefase

Leerdoelen, toelichting, leerstof

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
6.2.5	Past het principe van het model belasting/ belastbaarheid toe		
6.2.6	Zorgt voor vermindering van de belasting tijdens het sporten o.a. door het aanbrengen van functionele bandage/ tape		
6.2.7	Normaliseert spierfuncties, past de juiste methoden van krachttraining toe	· BZ: Kan het selectief oefenen van de motor-units verklaren · BZ: Kan de effecten van oefenen op spiervezels verklaren · BZ: Kent de diverse vormen van aanspanning · SZ: Kent specifieke krachttraining sportschouder · SZ: Kent alle methoden van krachttraining	**Sportschouder** · Oefeningen scapulaire dyskinesie: Balans m trapezius (Cools) · Serratus training · Plyometrische schouderoefeningen **Krachttraining** · Van extensief kracht UHV tot Plyometrie
6.2.8	Zorgt voor verbetering van de belastbaarheid (specifieke stabiliteit oefeningen)	· SZ: Kent specifieke stabiliteitsoefeningen van rug, schouder en onderste extremiteit	· Specifieke stabiliteitstraining rug en O.E.
6.2.9	Traint sportspecifieke bewegingen in ketens en patronen	· SZ: Werp-oefeningen, sprongtraining	
6.2.10	Behandelt adequaat bij acute sportletsels	· Krampbehandeling, EHBSO · BZ: Enkel inversie trauma · SZ: acute spierblessures	**Enkelletsel** · Ottawa Ankle Rules · Functie score vlgs De Bie · Stabiliteitstraining · Triple Hop test · Preventie

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Leerdoelen, toelichting, leerstof

6.3 Voert deelbehandelingen uit in opdracht van en onder verantwoordelijkheid van een sportzorgpartner			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
6.3.1	Neem een gedeelte van een totaal behandeplan van een sportzorgpartner	• SZ: Massage • SZ: Deelbehandeling sportschouder • SZ: Hersteltraining (loopscholing, stabiliteit, eindstadium VKB-reconstructie	

6.4 Overlegt met sporter/trainer over afstemming behandeling of herstelprogramma met het reguliere trainingsprogramma			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
6.4.1	Neemt in overleg met cliënt contact op met trainer en zorgt voor begrijpelijke overdracht	• BZ: Info over belastbaarheid sporter • BZ: Risico-momenten sport • BZ: Tips over hersteltraining	

6.5 Behandelt op methodische wijze			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
6.5.1	Behandelt op methodische wijze (doelgericht, systematisch, procesmatig en bewust)		

Werkproces 7

Werkproces 7: Past reanimatie en EHBSO toe.

Norm: Hulpverlening is doelmatig, efficiënt en procedureel correct.
In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden. **In het portfolio moet aantoonbaar kennis van EHBSO (EHBO-Sport) duidelijk zijn.**

7.1 Presenteert zich als ter zake kundig en geeft instructies aan betrokkene en omstanders

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
7.1.1	Past de vijf belangrijke punten toe bij het verlenen van eerste hulp	1. Let op gevaar 2. Gaat na wat er is gebeurd en daarna wat het slachtoffer mankeert 3. Stelt het slachtoffer gerust 4. Zorgt voor deskundige hulp 5. Helpt het slachtoffer op de plaats waar hij/zij ligt of zit	

7.2 Voert levensreddende handelingen vakkundig uit

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
7.2.1	Herkent, stelt vast en verleent eerste hulp bij stoornissen	· Het bewustzijn · De ademhaling · De bloedsomloop	
7.2.2	Handelt adequaat bij bewustzijnsverlies, bedreigde ademhaling, belemmerende ademweg en bedreigde circulatie		

7.3 Rapporteert aan hulpverleners en verantwoordelijke functionarissen binnen de organisatie

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
7.3.1	Kan een juiste overdracht geven aan derden	· Meldkamer 112	

Leerdoelen, toelichting, leerstof

7.4 Luistert bij toepassing EHBSO naar de sporter en toont betrokkenheid			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
7.4.1	Kan inschatten wat de sporter nodig heeft aan de hand van het ontstaande letsel	· Advies · Doorverwijzing	

7.5 Werkt volgens voorgeschreven procedures van EHBSO			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
7.5.1	Geeft aan of het naar zijn/haar oordeel verantwoord is om verder te sporten en wat daarvan de mogelijke risico's op korte en lange termijn kunnen zijn		
7.5.2	Stelt indicaties voor het wel of niet inschakelen van een arts en/of ambulance op basis van de mogelijke gevolgen voor de sporter op korte en langere termijn	· Ottawa Ankle Rules	
7.5.3	Alarmeert (of laat alarmeren) op de juiste wijze en assisteert en begeleidt zo nodig		
7.5.4	Benoemt welke materialen in de EHB(S)O koffer benodigd zijn en gebruikt deze materialen	· Vastgestelde lijst	

7.6 Voert EHBSO-technieken vakkundig uit			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
7.6.1	Herkent en verleent eerste hulp bij verschillende wonden en huidletsels		
7.6.2	Reinigt, ontsmet en dekt af kleine snij- en scheurwonden, schaafwonden en andere eenvoudige wonden	• Ottawa Ankle Rules	
7.6.3	Dekt grote of diepe wonden, verwondingen aan het gelaat hygiënisch af in afwachting van de behandeling door professionele hulpverleners		
7.6.4	Herkent en behandelt acute letsels van het houding- en bewegingssysteem		
7.6.6	Past waar mogelijk bij acute blessures de (PR) ICE regel toe		
7.6.7	Herkent en verleent eerste hulp bij koude- en warmte letsels		

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Werkproces 8

Werkproces 8: Registreert en legt gegevens vast.

Norm: In het cliëntendossier zijn de relevante gegevens over de cliënt en de gevolgde aanpak vastgelegd. In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

8.1 Maakt een juiste selectie van relevante, te registreren gegevens

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
8.1.1	Waarborgt de kwaliteit van de eigen administratie door de criteria voor wel/niet archiefwaardig toe te passen		
8.1.2	Hanteert de minimale criteria voor documentatiebeheer	• Beginnend NGS-masseur 2 jaar • Zodra je valt onder de WKKGZ hanteer dan de WGBO en bewaar dan 20 jaar	

8.2 Gaat discreet om met gevoelige/vertrouwelijke informatie

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
8.2.1	Past de basisprincipes van de privacywetgeving toe op eigen handelen en/of bedrijfsvoering	• Beschouwt al wat hem/haar in het kader van de beroepsuitoefening betreffende de cliënt en diens naaste betrekkingen ter ore is gekomen als beroepsgeheim • Bewaart tegenover derden een zwijgplicht • Draagt er zorg voor dat de geheimhouding van de gegevens van de cliënt en de bescherming van de diens persoonlijke levenssfeer verzekerd zijn • Vraagt aan de cliënt toestemming voor het uitwisselen van behandelgegevens van de cliënt aan derden • Geeft de cliënt aan hoe met zijn/haar gegevens wordt omgegaan. Geeft in het dossier aan dat dit met de client is besproken.	
8.2.2	Weet om te gaan met een klacht en waarheen te verwijzen	• Verwijzen naar de NGS-klachtenregeling • Is op de hoogte van de WKKGZ, wet- en regelgeving	

8.3 Legt gegevens eenduidig vast			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
8.3.1	Legt de gegevens van de cliënt en de behandeling(en) duidelijk en leesbaar vast in een cliëntendossier	· Borging · Transparantie · Communiceren met derden (zorgprofessionals)	
8.3.2	Formuleert kernachtig en doelgericht in begrijpelijke taal		
8.3.3	Weet wat vertrouwelijke informatie is	· Kan hier vertrouwelijk mee omgaan	
8.3.4	Registreert relevante gegevens van cliënt en klacht/ blessure		
8.3.5	Registreert resultaten van de inspectie van het functieonderzoek		
8.3.6	Registreert resultaten van de spiertesten en gemeten bewegingsuitslagen (het functieonderzoek)		
8.3.7	Legt resultaten van behandeling vast in dossier		
8.3.8	Maakt een verslag voor verwijzer, huisarts of trainer		
8.3.9	Maakt een (tussentijds) verslag voor mede-behandelaar in de sportzorgketen		
8.3.10	Maakt een overdrachtsverslag voor een doorverwijzing in de sportzorgketen		

8.4 Werkt zorgvuldig overeenkomstig geldende protocol(len)			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
8.4.1	Is op de hoogte van de bestaande protocollen en richtlijnen	· IJs protocol	

Werkproces 9

Werkproces 9: Evalueert werkwijze en resultaat.

Norm: De NGS-masseur heeft zijn werkwijze geëvalueerd en daaraan passende conclusies verbonden.
In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

9.1 Staat open voor feedback van de cliënt

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
9.1.1	Vraagt op de juiste wijze informatie uit bij de client		• SMART (Specifiek, meetbaar, acceptabel, realistisch, tijdsgebonden)
9.1.2	Kan op de juiste wijze feedback ontvangen	• Omgaan met kritiek • Omgaan met gevoelens • Omgaan met waardering	
9.1.3	Vraagt feedback ten aanzien van clienttevredenheid en bereiken behandeldoel	• Simpele vragenlijst	

9.2 Trekt op basis van de verkregen gegevens reële conclusie

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
9.2.1	Kan vanuit de client feedback ontvangen en deze vertalen naar de juiste handelswijze		
9.2.2	Gebruikt de verkregen feedback om je mogelijk je behandeltraject aan te passen		
9.2.3	Werkt binnen de grenzen van de eigen bevoegdheid	• Onbekwaam = onbevoegd • Voorbehouden handelingen	

9.3 Maakt effectief gebruik van verkregen feedback en informatie om het eigen functioneren te optimaliseren			
	Leerdoel	**Toelichting**	**Leerstof**
9.3.1	Kan de feedback aan de hand van zelfreflectie aanpassen in de handelswijze	· Borging · Transparantie · Communiceren met 3e (zorgprofessionals)	
9.3.2	Kan eigen functioneren optimaliseren op basis van feedback en informatie		
9.3.3	Reflecteert op eigen handelen		
9.3.4	Raadpleegt deskundige informatie	· Is niet per definitie van medebehandelaars maar wel samenwerkingspartners uit de keten. · Vakliteratuur	
9.3.5	Raadpleegt kennisbronnen	· Betrouwbare, bekende bronnen internet	
9.3.6	Formuleert persoonlijke ontwikkelingsdoelen		

Zwart = NGS-masseur
Groen = NGS-masseur wellness
Blauw = NGS-masseur sport
Paars = NGS-masseur blessurezorg (BZ)
Oranje = NGS-masseur sportzorg (SZ)

Gekozen is voor een chronologische volgorde van fasen met daar onder de werkprocessen.

Werkproces 10

Werkproces 10: Geeft voorlichting en advies

Norm: De NGS-masseur sport/zportzorg heeft betrouwbare, heldere en goed onderbouwde informatie verstrekt aan de cliënt(groep)/belangstellende(n). De informatie, voorlichting en/of het advies sluit aan op de wensen en behoeften van de cliënt(groep)/belangstellende(n). In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

10.1 Geeft voorlichting en advies

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
10.1.1	Legt uit wat primaire, secundaire en tertiaire preventie is en adviseert hierin	• Belasting - belastbaarheid	
10.1.2	Adviseert client ten aanzien van diens houding en beweging	• Met informatie uit inspectie • Houding: hoofdpositie, rug • Beweging: bijv looppatroon, tiltechniek	
10.1.3	Geeft client houdingsoefeningen mee	• Juiste staan- en zithouding	
10.1.4	Geeft client rekoefeningen mee	• Statisch, dynamisch, excentrisch?	
10.1.5	Geeft client lenigheidoefeningen mee	• ROM-verbetering door grote bewegingen • Geen arthrogene beperkingen	
10.1.6	Geeft client spierversterkende oefeningen mee	• Diverse methoden krachttraining • Simpele ADL oefeningen alleen BW	
10.1.7	Geeft client stabiliteitsoefeningen mee	• Rompstabiliteit • Knie- en enkel oefeningen	
10.1.8	Geeft client oefeningen mee ter verbetering van het uithoudingsvermogen	• Hard)Lopen, fietsen • Programma voor fitness centre?	
10.1.9	Adviseert client in het gebruik van hulpmiddelen (stok, brace)	• Betreft algemeen advies, attent maken op het bestaan van loopmiddelen, braces	Kennis van lopen met stok Algemeen kennis van braces, bestaan Versterk je Enkel app
10.1.10	Adviseert client in het gebruik van zalfjes en olien	• LET OP: geen supplementen of vitamines! • Voltarengel, Advil gel, gebruik pijnstillers	

Werkproces 11

Werkproces 11: Geeft voorlichting en advies t.a.v. blessurepreventie (alleen NGS-masseur met BZ of Sportzorg).

Norm: De NGS- masseur met BZ of sportzorg heeft betrouwbare, heldere en goed onderbouwde informatie verstrekt aan de cliënt(groep)/belangstellende(n). De informatie, voorlichting en/of het advies sluit aan op de wensen en behoeften van de cliënt(groep)/belangstellende(n). In de toetsmatrijs (NGS2232) worden per werkproces de leerdoelen omschreven en waar deze getoetst zullen worden.

11.1 Geeft voorlichting en advies t.a.v. blessurepreventie

	Leerdoel	Toelichting	Leerstof
11.1.1	Legt uit wat primaire, secundaire en tertiaire preventie is	· Belasting - belastbaarheid	
11.1.2	Wijst sporter en trainer op het belang en de mogelijkheden van primaire preventie	· WU en CD · Preventief tapen of bracen · Info beschermende materialen (helm, bitje)	
11.1.4	Stemt informatie af op ontvanger (sporter, trainer)	· Begrijpelijke taal · Praktisch toepasbaar	
11.1.5	Adviseert/instrueert over warming up en cooling down	· FIFA Die Elf +	
11.1.6	Adviseert bij symptomen van overtraining	· Vermoeidheid · Afname prestaties · Slapeloosheid · Onrustig gevoel · Snel geirriteerd · Verminderd concentratievermogen · Verhoogde rusthartslag · Verminderde eetlust	
11.1.7	Adviseert over herstelbevorderende maatregelen	· Relatieve rust · Mobiliserende oefeningen · Ondersteunende bandages/tape	
11.1.8	Houdt zich op de hoogte van ontwikkelingen op gebied van blessurepreventie	· Vakliteratuur · Scholing	· Sportzorg.nl · Veiligheid.nl · FIFA Die 11+
11.1.9	Organiseert info-avonden over sportblessures bij sportverenigingen	· Stemt de informatie effectief af op de client(groep)/belangstellende(n) · Presenteert de informatie op overtuigende wijze · Je past hierbij passende middelen, methoden en technieken toe · Je motiveert betrokkenen op enthousiasmerende wijze om geboven adviezen op te volgen · Je checkt regelmatig of de verstrekte informatie begrepen is	



NGS sport & wellness massage
branche- en examenorganisatie

Bezoekadres
Professor Bronkhorstlaan 26
3723 MB Bilthoven

T. 088 730 8500
E. info@ngsmassage.nl
I. www.ngsmassage.nl