

V4 werkstuk opdracht Blessures/Anatomie

Alle dansers zoeken naar de optimale gezondheid van hun lichaam. Bespreek in basis de opbouw van het skelet en het musculaire systeem. Kies (misschien uit eigen ervaring) een blessure die veel bij dansers voorkomt en onderzoek, evt. met hulp van een fysiotherapeut, hoe deze blessure te voorkomen en te genezen is en wie/hoe deze behandelingsmethode tot stand is gekomen.

Maak vergelijkingen met andere blessures en behandelingen.

Maak in je antwoord gebruik van afbeeldingen zoals foto's of plaatsjes van het gekozen lichaamsdeel in de anatomie.

Tijd investering minimaal: 10 uur (maar is meestal wat meer).

Blessurekeuze bij M* bekend maken **vóór 11 januari**

(niet de zelfde periode als een andere leerling, wie het eerst komt...)

1^e inlevering digitaal, vóór 15 februari,

hier lever je de eerste 'groeve' opzet in, met bronvermelding (websites die je bezocht hebt, of boeken die je begonnen bent te lezen) zodat je tips kunt krijgen om het af te maken.

2^e (definitieve) inlevering op papier vóór 21 maart.

Vorm/structuur

- Het werkstuk begint met een inleiding. In deze inleiding motiveer je **welke blessure** je wilt onderzoeken en beschrijven en **waarom** je dat wil gaan doen.
- Daarna komen de **hoofdstukken** waarin je deelgebieden (de anatomische opbouw van het lichaam en de verdieping van 1 gekozen blessure) van het werkstuk bespreekt.
- Tot slot is er **een nawoord of conclusie** waarin je aangeeft hoe het werken aan het werkstuk is verlopen, wat je hebt onderzocht, wat je conclusie is en hoeveel tijd je er aan hebt besteed. Dat laatste doe je door een klein **logboekje** toe te voegen waarbij je aangeeft wat je wanneer hebt gedaan. Als je citaten hebt gebruikt moet je dat ook aangeven aan het einde van het nawoord. Tot slot geef je in een **website/boekenlijst** aan welke boeken, sites of bronnen je hebt gebruikt.

Vormgeving

- Besteed aandacht aan de **vormgeving** van het werkstuk. Denk na over het formaat, de indeling, de lay out, de voorkant en de manier van inbinden/presenteren.

Algemene beoordelingscriteria

- **Intensiteit:** je moet kunnen zien aan het werkstuk dat je er tijd aan hebt besteed. We gaan daarbij uit van een normtijd. De normtijd is 10 uur. Als je meer dan de normtijd hebt besteed aan het werkstuk is de intensiteit groter. Dit wordt meegewogen in de beoordeling.
- **Eigenheid:** je moet het werkstuk zelf maken. Je mag en moet natuurlijk gebruik maken van bronnen en boeken maar ook moet zichtbaar zijn dat er sprake is van eigen inbreng of eigen onderzoek. Zo kan het zijn dat je verbanden legt of een persoonlijke visie weergeeft over het onderwerp van je keuze.
- **Verdieping of onderzoek** Er moet zichtbaar zijn gemaakt dat je jezelf hebt verdiept in het onderwerp.
- Daarnaast moet het natuurlijk kloppen wat je schrijft en wordt er gekeken naar de vormgeving van het geheel.

Werkstuk specificatie

Titelpagina

Inhoudsopgave

Inleiding

- Welke blessure
- Waarom deze blessure
- Hoe je het verslag wil maken, onderzoek gaat doen, hoe bijzonder of veel voorkomend de blessure is.
- Dat je gaat kijken naar de verschillen in techniek, die de blessure kunnen voorkomen
- Dat je gebruik gaat maken van afbeeldingen, en gaat kijken naar verschillende manieren om de blessure te verhelpen.
- Jouw persoonlijke visie, mening over de behandeling.

Hoofdstukken

- vertel over de anatomie, de opbouw van botten, spieren en pezen, van het gehele lichaam.
- Welk gedeelte van het lichaam deze blessure betreft
- Ga een vergelijking aan met een andere blessure
- Bespreek methoden om de blessure te voorkomen
- Bespreek methoden om de blessure te behandelen.
Jouw eigen visie, mening over de behandelingen

Nawoord / conclusie

- Hoe vond je het om te maken, om te onderzoeken
Welke conclusie kun je trekken

Bronnenlijst

Logboekje Hoeveel tijd besteding en waaraan