

## Huiswerk SKC (op de website)

<https://www.inholland.nl/inschrijven/studiekeuzecheck-skc/huiswerkopdracht/>

Tijdens de SKC bijeenkomst van Sportkunde volg je twee lessen waaronder een theorieles Inspanningsfysiologie. Ter voorbereiding van die theorieles dien je onderstaande video's te bekijken en de bijbehorende vragen te beantwoorden. **De antwoorden neem je mee naar de SKC dag.** Als je bij Sportkunde studeert, zul je de theorielessen op een soortgelijke manier van tevoren moeten voorbereiden.

- Opdracht 1  
Ter voorbereiding van de les Inspanningsfysiologie vragen we je de volgende video te bekijken; [Stichting MS Research - Wat is MS - YouTube](#)
- Opdracht 2  
Schrijf zo veel mogelijk dingen op die je hoort/ziet in het filmpje die komen kijken bij het trainingsprogramma van Sven Kramer richting de Olympische spelen van Vancouver.  
[Sven Kramer in Insel \(vpro Holland Sport\) - YouTube](#)
- Opdracht 3  
Het tweede filmpje is ter verdieping van de werking van de spier. Beantwoord de volgende vraag: Welke type spiervezels denk je dat Sven Kramer nodig heeft bij het schaatsen?  
[Het spierstelsel - bouw van de skeletspier - HAVO/VWO - YouTube](#)

Onderstaande opdracht maakt dat je beter geïnformeerd aan de SKC kunt meedoen en uiteindelijk een beter onderbouwde studiekeuze kunt maken.

- Ga naar de website van <https://sportkunde.nl/>.
- Onderzoek de overeenkomsten en verschillen tussen de Sportkunde-opleidingen door langs de verschillende opleidingen te gaan en de drie bollen te bekijken.
  - welke opleidingen hebben een gelijkmatige verdeling over de thema's?
  - hoe is de verdeling van thema's bij de andere opleidingen (maak een rangorde)?
  - wat valt je op bij Sportkunde van Inholland?
- Ga voor Sportkunde van Inholland naar de website <https://www.inholland.nl/opleidingen/sportkunde-voltijd/>
- Lees in ieder geval de informatie bij 'in het kort' en 'de opleiding'
- Beantwoord voor jezelf de volgende vragen:
  - wat vind ik interessant aan deze opleiding?
  - wat zou voor mij een reden zijn om niet naar deze opleiding te gaan?
- Ten slotte, [ga naar YouTube](#) en bekijk in ieder geval de volgende twee films:
  - [Inholland Haarlem - Sportkunde: Hoe word je Sportkundige?](#)
  - [Inholland Haarlem - Sportkunde: dit zijn de drie uitstroomprofielen](#)