

Programma

Cursus 'Spelen met oefenstof en groepen'
nr. 1802611

Woensdag 13 juni 2018

Docent: Alex Vaassen, oefentherapeut Mensendieck, trainer/coach

13.00 uur	Ontvangst met koffie en thee
13.30 uur	Opening en inleiding H.J. Bult MSc, sportfysiotherapeut / coördinator NPi-beweegprogramma's
13.45 uur	Forming / instrueren <ul style="list-style-type: none"> • Introductie en kennismakingsspel; • Demonstratie van diverse spelvormen; • Analyse van de gebeurtenissen; • Theorie: forming / instrueren.
17.00 uur	Diner
18.15 uur	Storming / overleggen <ul style="list-style-type: none"> • Theorie: storming / overleggen; • Theorie: inspanningsfysiologie (extensieve duurtraining); • Voorbereiding: spel/training in extensieve duurtraining; • Praktijk: storming / overleggen - extensieve duurtraining;
21.00 uur	Einde dag 1

Donderdag 14 juni 2018

08.30 uur	Ontvangst met koffie en thee
09.00 uur	Norming / ondersteunen <ul style="list-style-type: none"> • Nabespreking dag 1 en doelen voor vandaag; • Theorie: norming/ondersteunen; • Theorie: inspanningsfysiologie (extensieve intervaltraining); • Voorbereiding: spel/training in extensieve intervalmethode; • Praktijk: norming / ondersteunen - extensieve intervalmethode.
12.00 uur	Lunch
13.00 uur	Performing / overlaten <ul style="list-style-type: none"> • Wat wordt er in de performing-fase verwacht van de groep en de trainer?; • Voorbereiding: spel/training voor een groep van 8 personen; • Praktijk: performing / overlaten - intensieve interval/duur/lactische training; • Bepaal hoe je de evaluatie wilt vormgeven.
16.00 uur	Transforming
16.15 uur	Afsluiting

Wijzigingen voorbehouden