

Draaiboek Training Otago instructeurs voor de hoofddocenten

versie juli 2021

DAG 1

Tijd	Cursusonderdeel	Activiteit
08:55 – 09:00		Registratie
09:00 – 09:30	1	Welkom, introductie, doel van de cursus, examen
09:30 – 10:45	2	Praktijk demonstratie: OTAGO oefenprogramma
10:45 – 11:00		Pauze
11:00 – 12:30	3	Praktijk: warming-up en kracht
12:30 – 13:00	4	Planning / tijdslijn / opbouw programma
13:00 – 13:45		Lunch
13:45 – 14:30	5	Implementatie OTAGO (inclusief motivatie, wandelprogramma, logistiek, training en supervisie)
14:30 – 16:00	6	Praktijk: Balans
16:00 – 16:15		Pauze
16:15 – 16:45	7	Instructie voor eindexamen
16:45 – 17:00	8	Info tav volgende cursusdag

DAG 2

Tijd	Cursusonderdeel	Activiteit
08:55 – 9:00		Registratie
09:00 – 10:00	9	Extra informatie n.a.v. vragen
10:00 – 10:45	10	Presentaties
10:45 – 11:00		Pauze
11:00 - 13:00	11	OTAGO in de praktijk met feedback
13:00 – 13:45		Lunch

14:00 – 16:00		Interactief blok vraaggericht ingevuld bijvoorbeeld over motiveren van ouderen, testen enz.
----------------------	--	--

DAG 3

Tijd	Cursusonderdeel	Activiteit
08:55 – 09:00		Registratie
09:00 – 09:15	12	Uitleg formele toetsing
09:15 – 13:00	13	Formele toetsing Plannen, leiden, instructie, zelf-evaluatie
13:00 – 14:00	14	Afsluiting toetsing