

Assistent Looptrainer 2

Algemeen

De interne opleiding Assistent Looptrainer 2 is een opleiding van vijf bijeenkomsten die een vereniging zelf kan geven op de eigen accommodatie. De opleiding heeft tot doel assistenten op te leiden die deeltaken van de looptrainer kunnen overnemen, om zo de belasting voor de looptrainer te verminderen.

Een Assistent Looptrainer 2 helpt de trainer met zijn werkzaamheden voor, tijdens en na de training. Hij werkt op aanwijzingen van de trainer. Hij heeft kennis van de normen en waarden van de loopsport en van de loopgroep waar hij assisteert. Hij kent de gebruiken en regels van de vereniging of loopgroep.

Doelgroep	Geïnteresseerden vanuit eigen vereniging (geen minimum aantal vereist). De deelnemers hebben bij voorkeur enige loopervaring opgedaan binnen de vereniging. De opleiding kan ook samen met omliggende verenigingen georganiseerd worden of opengesteld worden voor geïnteresseerden van de omliggende verenigingen.
Instroomeisen	Deelnemers zijn minimaal 15 jaar oud. Er zijn verder geen specifieke instroomeisen.
Opzet	<ul style="list-style-type: none"> • vijf workshops van ongeveer 2,5 uur per keer. Alle workshops zijn opgebouwd uit 1 uur theorie en anderhalf uur praktijk. (dat is inclusief het zelf bedenken van trainingen die ter plekke worden uitgevoerd) <p>Er moet voor iedere workshop een deel van de E-learning Veilig en Vertrouwd Sporten gemaakt worden als huiswerk. Af en toe wordt verwacht dat je een leertekst leest ter voorbereiding van een workshop</p> <ul style="list-style-type: none"> • twee observaties van trainingen; • twee maal zelf assisteren bij een training; • kort eindgesprek met de opleider/begeleider van de opleiding.
Tijdpad en studielast	De geadviseerde doorlooptijd voor de opleiding is twee en een halve maand maanden. De workshops worden aangeboden in week 1, 3, 5, 7 en 9 waarbij de er een afsluitend gesprek plaatsvindt tijdens of vlak na de laatste workshop. Uiteraard kan de organiserende vereniging van dit advies afwijken. Tijdsinvestering van de workshops is ± 12 uur, opdrachten en helpen bij training geven is ± 10 uur.
Kwalificatie en certificering	Als de opleiding is verzorgd door een opleider ¹ en het lesmateriaal via de E-learning van de Atletiekunie is gebruikt, ontvangt iedere deelnemer aan het eind van de opleiding via de E-learning een door de Atletiekunie uitgegeven certificaat (PDF), na het volgen van de eindtoets in de E-learning. Hiervoor moet er 100% van de vragen van de eindtoets goed zijn beantwoord. Mocht dit de eerste keer niet gelukt zijn om alle vragen goed te beantwoorden, dan kan de toets opnieuw worden gemaakt totdat alle vragen wel goed zijn beantwoord. Deelnemers downloaden daarna zelf het certificaat voor de kwalificatie Assistent Looptrainer 2 (Niveau 2) via de E-learning.

¹ Gediplomeerd Looptrainer 3 of 4 (LT3, BLT3, PLT4), of Gekwalificeerd Praktijkbegeleider in de Sport of Opleider van de Atletiekunie

- Opleider**
- Gediplomeerd Looptrainer 3 of 4 (LT3, BLT3, PLT4)
 - Gekwalificeerd Praktijkbegeleider in de Sport
 - Opleider van de Atletiekunie (KSS)
- Locatie** De organiserende vereniging is zelf verantwoordelijk voor de locatie. Voor de workshops is een theoriekamer nodig en een accommodatie voor het praktijkdeel.
- Lesmateriaal** De opleider krijgt een inlog link voor de E-learning die de opleider verspreidt aan de deelnemers voorafgaand aan de 1^e workshop. Naast de benodigde documenten wordt er een powerpoint presentatie gemaild die de opleiders kunnen gebruiken voor hun workshops.
- Kosten** Voor gebruik van materialen, E-learning, registratie in Volta en overhead wordt bij de vereniging een bedrag van € 25,00 per deelnemer in rekening gebracht. Voor niet-leden bedraagt het bedrag van €37,50 per deelnemer. De eventuele kosten voor de opleider, accommodatie en koffie komen voor rekening van de organiserende vereniging. De organiserende vereniging maakt zelf betalingsafspraken met eventuele deelnemers van andere verenigingen.
- Ondersteuning** De vereniging kan ondersteuning aanvragen bij de afdeling Opleidingen. Bijvoorbeeld in de vorm van coachen van de opleider/begeleider. Daarnaast kunnen wij een opleider inhuren voor de vereniging. De kostprijs wordt vooraf vastgesteld en komt bovenop de reguliere kosten.

Inhoud workshops

Vooraf aan module 1 van blok 1 van e-learning thuis doen (duur ca half uur). De basis van training/coaching (1.1.1, 1.1.2 en samenvatting)

Workshop 1: Het creëren van een veilige leeromgeving

Bespreken van de e-learning module, ook koppelen aan de praktijkervaring van de deelnemers.

Zicht op de aspecten van een goede training (verbeteren, beleven, differentiëren, intensiveren) en de bijdrage die een assistent daar aan kan leveren.

Wat is het doel van deze assistent opleiding dus, wat is jouw taak als assistent trainer? Hoe sta je voor de groep? Elke keer ook verschil met hoofdtrainer (=niveau 3) aangeven.

Praktijk: de 4 aspecten van een goede training terug laten komen.

Workshop 2: Het creëren van beleving. Ken je doelgroep

De houding van jou als trainer is bepalend voor de manier waarop de groep aan het werk gaat).

De invloed van jou als (assistent) trainer (pedagogiek en didactiek)

Wat is jouw taak als trainer? Hoe sta je voor de groep? Elke keer ook verschil met hoofdtrainer (=niveau 3) aangeven.

Ken je doelgroep! (enkel voor looptrainers die ook met jeugd werken)

- Welke ontwikkelingskenmerken horen bij je doelgroep

Ken je doelgroep! (voor de looptrainers die enkel met volwassenen werken): Waarom lopen mensen hard?

- Uitgebreid bespreken van de infographic van het looponderzoek, met de koppeling voor wat dit voor jouw groep betekent in de praktijk.

Indirect leren en motorische basisvaardigheden

Praktijk gericht op:

- aansluiting op de belevingswereld van je doelgroep (ontwikkelingskenmerken / infographic) en pedagogiek en didactiek
- motorische basisvaardigheden
- hoe sta je voor de groep; de houding van jou als trainer

Workshop 3: Intensiveren en differentiëren, organisatie van de training en organisatievormen

Ingaan op de opdrachten die gemaakt zijn in de e-learning:

- 1: checklist van afspraken
- 2: zelfreflectie
- 3: individueel aandacht geven
- 4: regie overdragen

De opbouw van je training.

Praktijk gericht op:

- Punt 3 en 4 van de vier inzichten (individueel aandacht geven en regie overdragen)
- organisatievormen, gecombineerd met differentiëren en plezier (waarbij aansluiting op de belevingswereld een grote rol speelt).
- Motorische basisvaardigheden en ontwikkelingskenmerken ook elke keer benoemen.

Workshop 4: Sporten en emoties

Wat is jouw taak als trainer? Hoe geef je feedback? (afstemmen met de hoofdtrainer) Elke keer ook verschil met hoofdtrainer (=niveau 3) aangeven.

De ontwikkeling van de atleet en jouw rol als assistent-trainer daarin.

Praktijk gericht op: motorische basisvaardigheden en het geven van feedback

Workshop 5: Het verbeteren van bewegingen en je zelf verder ontwikkelen als trainer

Het verbeteren van bewegingen

Motorisch leren.

Motorische basisvaardigheden

Hoe kan je zelf doorgroeien als trainer? (naar niveau 3)

Praktijk gericht op: motorisch leren en motorische basisvaardigheden. Praktijk met eigen bedachte oefenvormen gericht op groepsopdrachten, oefenvormen met geluksfactor en differentiatie. Het geven van creatieve trainingen.