



WandelTrainersDag 8 april

Ronde 3 - nr. 40 / Ronde 4 - nr. 55

Individueel aandacht geven

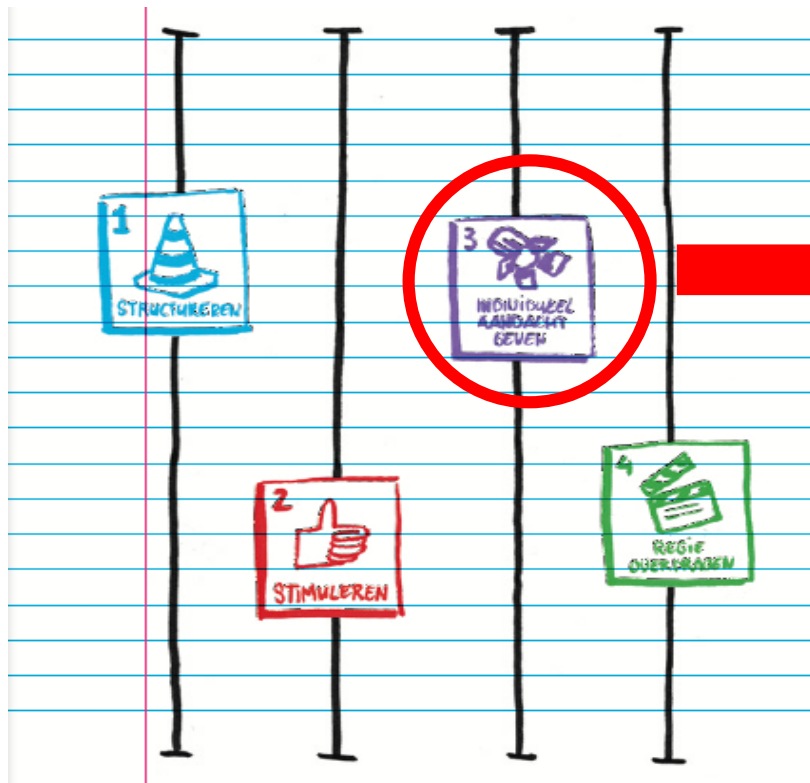
Bart Raijmakers

kWbn

Koninklijke Wandel Bond Nederland

Waarom deze workshop?

Individueel aandacht geven is één van de “vier inzichten over trainerschap”, zoals die uit onderzoek vanuit het landelijke project *Samen naar een veiliger sportklimaat* naar voren zijn gekomen.



Tips en trics om *aandacht voor het individu* te realiseren en zo bij te dragen aan een veilig sportklimaat

Contact kunnen maken met deelnemers; er voor zorgen dat iedereen zich gewaardeerd voelt

Er voor zorgen dat iedere deelnemer op eigen niveau deel kan nemen aan de training

Doelstelling van workshop?

- Situaties *herkennen* die 'kritisch' zijn om aandacht voor het individu te realiseren
- Oefenvormen zodanig *leren organiseren* dat aandacht voor het individu te realiseren is
- Kunnen *differentiëren* binnen oefeningen
- Geven van inspirerende voorbeelden

Inhoud / opbouw workshop

In de workshop bootsen we een training na met vormen die regelmatig voorkomen. Daarbij kijken we steeds kritisch naar de mogelijkheid om aandacht voor het individu te reageren

- Biedt de organisatie mogelijkheid voor contact
 - Tussen wandelaar en trainer?
 - Tussen wandelaars onderling?
- Wordt er voldoende gedifferentieerd?

Lesstof uitgewerkt

Tips algemeen

- Groet alle wandelaars, maar zo veel mogelijk met iedereen een praatje
- Ken de wandelaars, weet wat er speelt
- Geef iedereen evenveel aandacht
- Luister naar wat wandelaars te zeggen hebben; peil de individuele behoeften

Tips organisatie

- Zorg dat je de wandelaars altijd dicht bij je hebt
- Werk in verschillende (kortere) parcoursen waardoor interactie mogelijk is
- Bied keuzes
- Kies oefeningen waarin contact maken centraal staat

Tips differentiatie

- Differentieer in intensiteit (snelheid)
- Differentieer in omvang (afstand)
- Differentieer in oefeningen die uitgevoerd moeten worden
- Differentieer in feedback
- Differentieer binnen oefening door taak of omgeving aan te passen