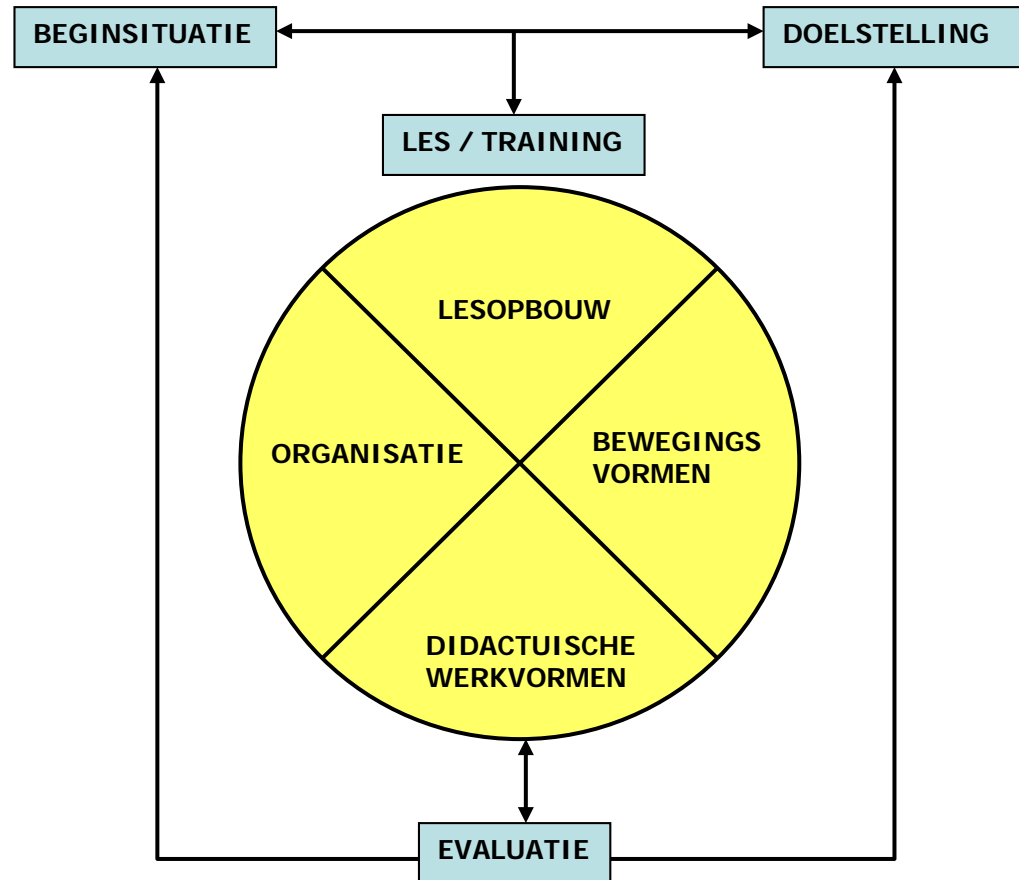


ADAPTATION

LEARN. TRAIN. PERFORM.

Strength & Conditioning

Trainer BASIC



Didactiek-methodiek

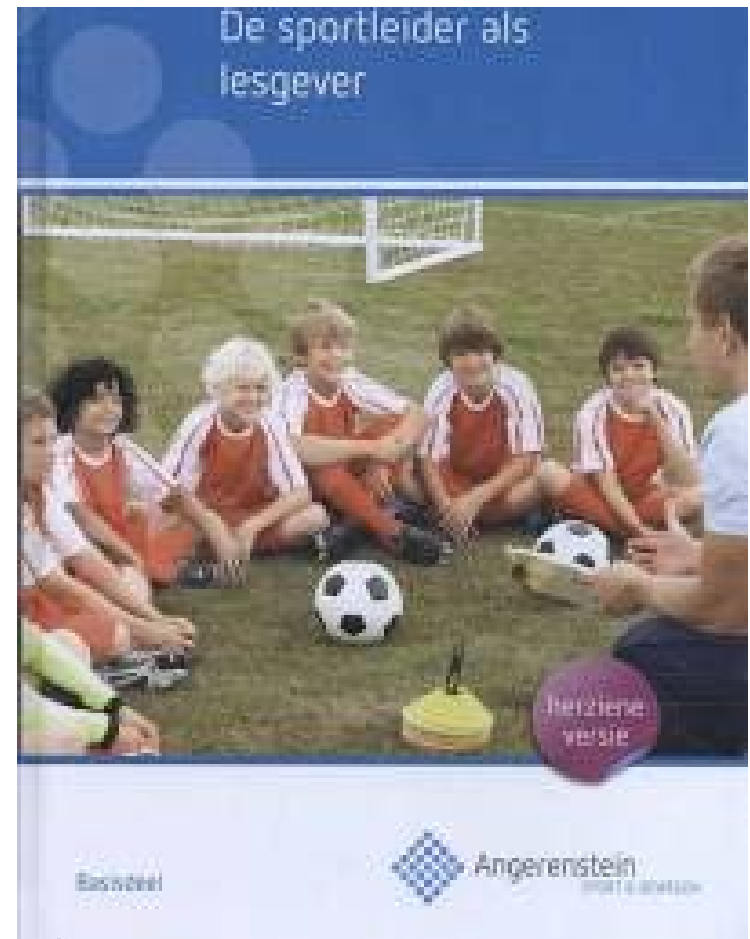
Sander Aelberts & Albert Zeggelaar
Docenten – trainers - trainingsadviseurs

Didactiek - methodiek:

De sportleider als lesgever

Wat is (bewegings)didactiek-methodiek?

De BD-M is de theorie en methodologie van het les- en leidinggeven in sport en bewegingscontexten.



didactiek - methodiek

Trainingsopdracht	Verzorgen van theorie en praktijk didactiek			
Doelstelling LT:	Deelnemers TS&CB dienen aan het eind van de opleiding veilig, verantwoord en zelfstandig les- en leiding te kunnen geven in S&C situaties.			
lesdoel:	Aan het eind van de les kan de leerling het didactisch model, de beginsituatie en doelstellingen verklaren en uitwerken middels een zgn. lesvoorbereidingsformulier en relateren aan de eigen stage.			
Beginsituatie:	Groep .ca 9 ll'n S&C .1e lesdag	Individu . ervaring . bijzonderheden	Lesgever . ervaring . opleiding . doelgroep	Voorwaarden .laptop /beamer .lokaal .literatuur
<i>Doel van de bewegingsvorm</i>	<i>Bewegingsvorm / activiteit</i>	<i>organisatie</i>	<i>Begeleiding / didactische werkvorm</i>	
<ul style="list-style-type: none"> • • 	<ul style="list-style-type: none"> • • 	<ul style="list-style-type: none"> • • 	<ul style="list-style-type: none"> • • 	

Achtergronden les- en leidinggeven:

*** Motieven sportdeelname**

- .vrije-tijd
- .gezondheid
- .prestatief
- .sociaal



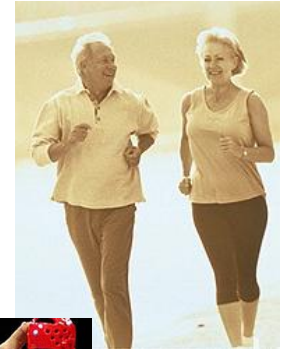
*** Doelgroepen**

- .leeftijd
- .interesse
- .mogelijkheden

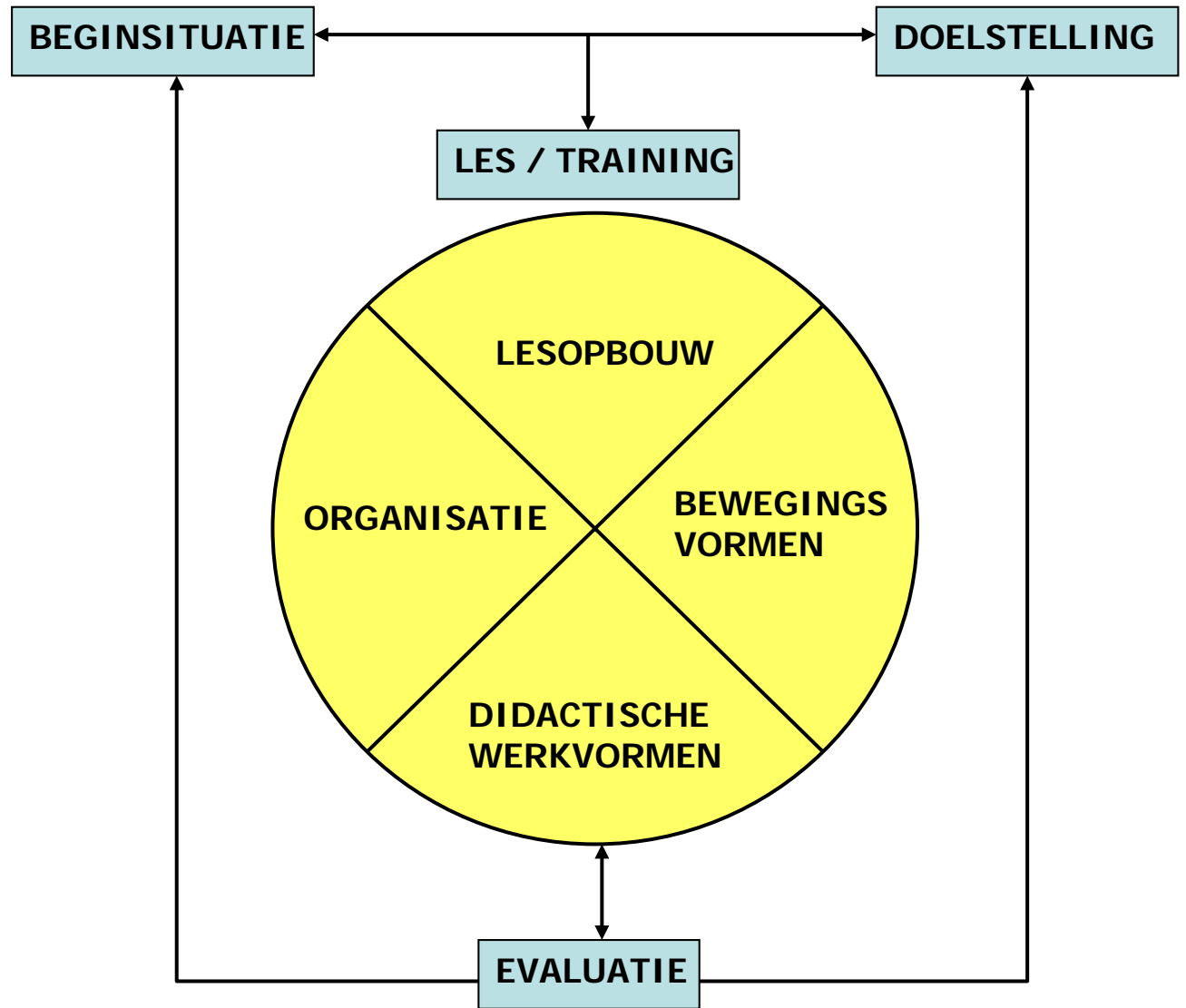


*** Lesgever**

- .conditionele benadering
- .prestatieve benadering
- .entertainment



Didactisch model:



didactiek - methodiek

Trainingsopdracht			procesevaluatie	productevaluatie
Doelstelling LT:				
Trainingsdoel:				
Beginsituatie:	groep	individu	lesgever	voorwaarden
Doel van de bewegingsvorm	Bewegingsvorm / activiteit	organisatie	Begeleiding / didactische werkvorm	
warming up				
1				
2				
kern				
1				
2				
cool-down				

didactiek - methodiek

Didactisch model:

Didactische sleutelvragen:

* Waar moet ik beginnen?

planfase

* Wat wil ik bereiken?

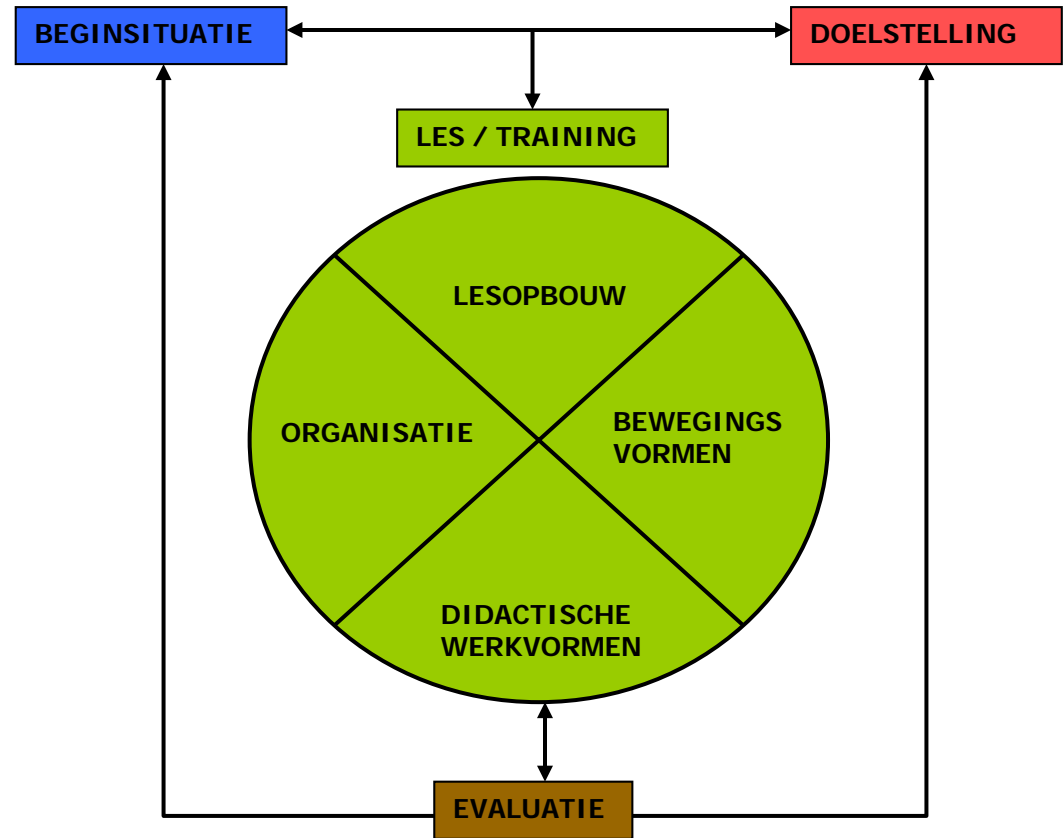
planfase

* Hoe ga ik de les geven?

uitvoeringfase

* Heb ik mijn doel bereikt?

evaluatieve fase



Beginsituatie:

Het geheel van gegevens die van invloed (kunnen) zijn op het verloop en/of het resultaat van de les / training.

Beginsituatieanalyse:

- observeren
- enquêteren
- specifieke middelen

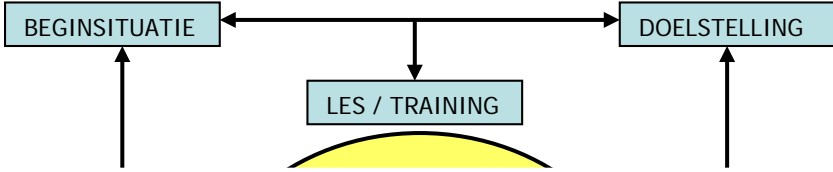


Constante Beginsituatiefactoren:

- 1 beginsituatie van de groep
- 2 beginsituatie van het individu
- 3 beginsituatie van de lesgever
- 4 beginsituatie van de randvoorwaarden



Beginsituatie:



motorisch gedrag



cognitief gedrag

sociaal affectief gedrag



Beginsituatie van de groep:

Algemene gegevens	Specifiek wisselende gegevens		
	motorisch	cognitief	sociaalaffectief
. groeps grootte . meisjes : jongens . leeftijd . prestatie/recreatie	.algemene conditie .techniek .ervaring	.begrip .kennis, inzicht .ervaring	.groepsdynamiek .motivatie

Beginsituatie van het individu: (opmerkelijke personen in de groep)

motorisch	cognitief	sociaalaffectief
.beste zwakste deelnemer .deelnemers met beperking	.deelnemers met opvallende informatieverwerking .deelnemers met veel/weinig kennis en inzicht	.deelnemers met gedragsproblemen .speciale aandacht behoevenden

Beginsituatie van de lesgever:

motorisch	cognitief	sociaalaffectief	didactisch
.eigen vaardigheid .eigen conditie .eigen ervaring	.vakkennis - algemeen - specifiek	.omgang met de groep .persoonlijkheid	.bedrevenheid in lesgeven .ervaring in het lesgeven

Beginsituatie van de randvoorwaarden:

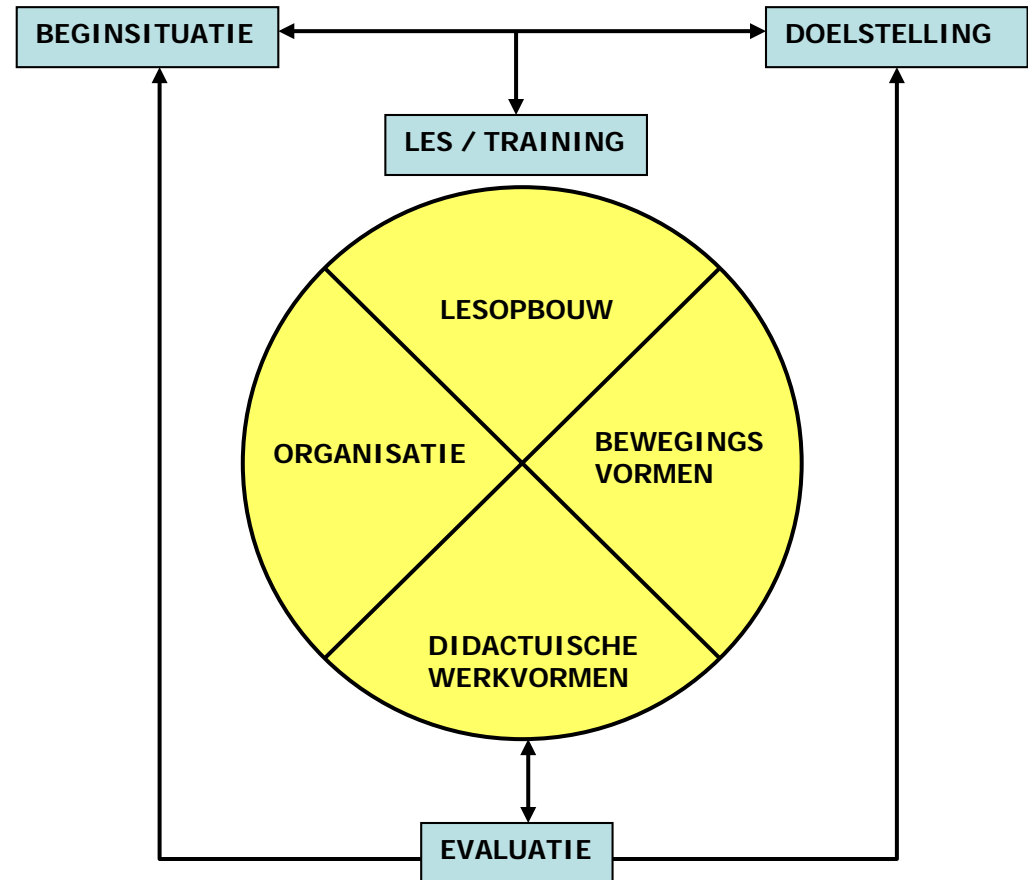
.tijd	.ruimte	.materiaal
-------	---------	------------

Invullen lesvoorbereidingsformulier:

Lesvoorbereiding- en Evaluatie formulier	naam: datum:	Klas:	Evaluatie	Terugkoppeling naar nieuwe beginsituatie.
Les-/ trainingsopdracht: Doelstelling lange termijn: Les-/ trainingsdoelstelling:			1 procesevaluatie lesgeven:	
Beginsituatie	Consequentie voor de les / training		2 productevaluatie lesgeven:	
. groep:				
. individuele sporter:				
. lesgever:				
. randvoorwaarden / overige:				

Doelstellingen:

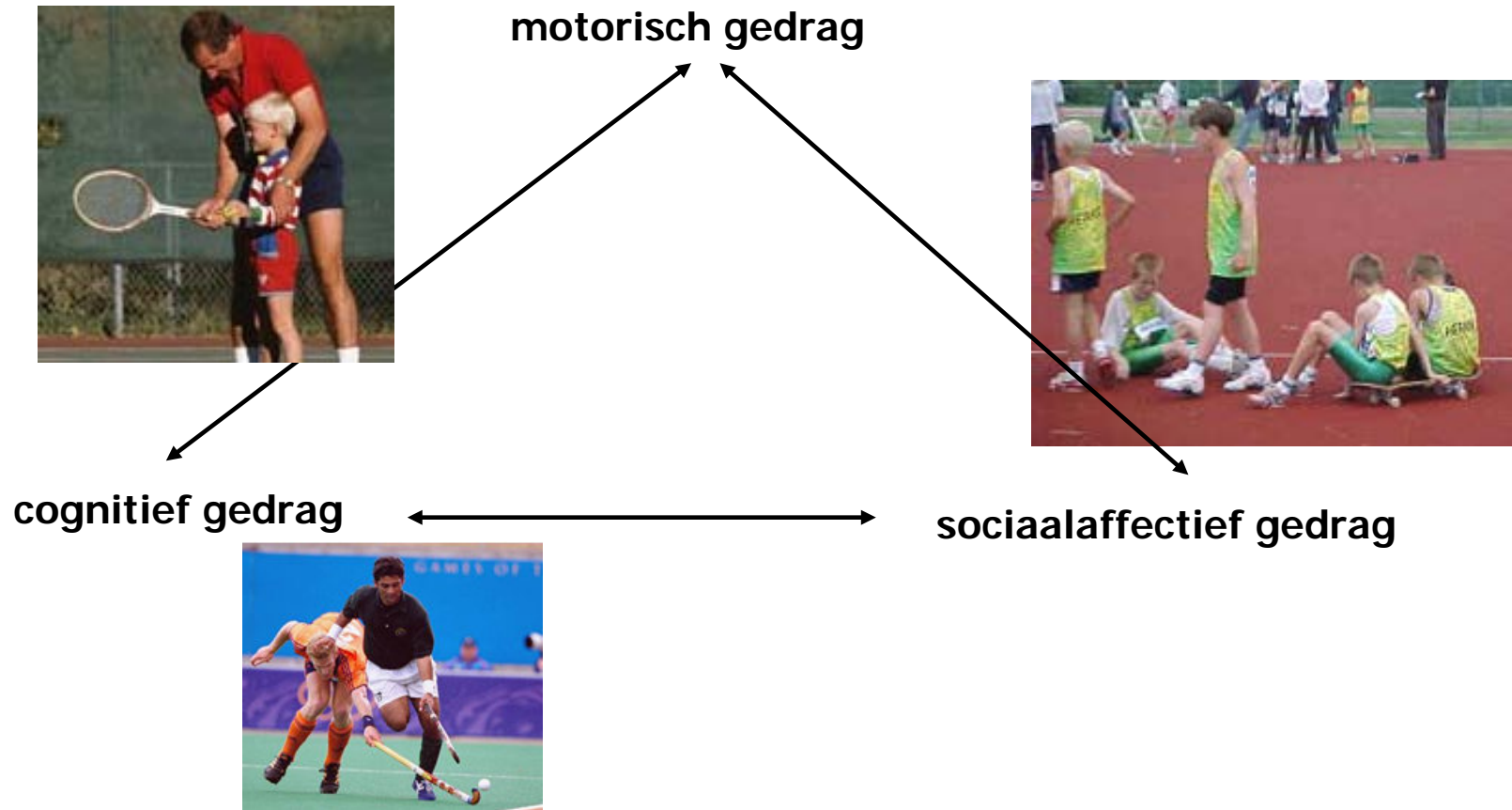
- Geven aan wat je wilt bereiken!
- Noodzaken je tot nadenken over wat je gaat doen!
- Leiden tot een optimaal leerresultaat!
- Zijn richtinggevend voor de praktische invulling van de les!
- Zijn een hulpmiddel bij de verantwoording van je les!

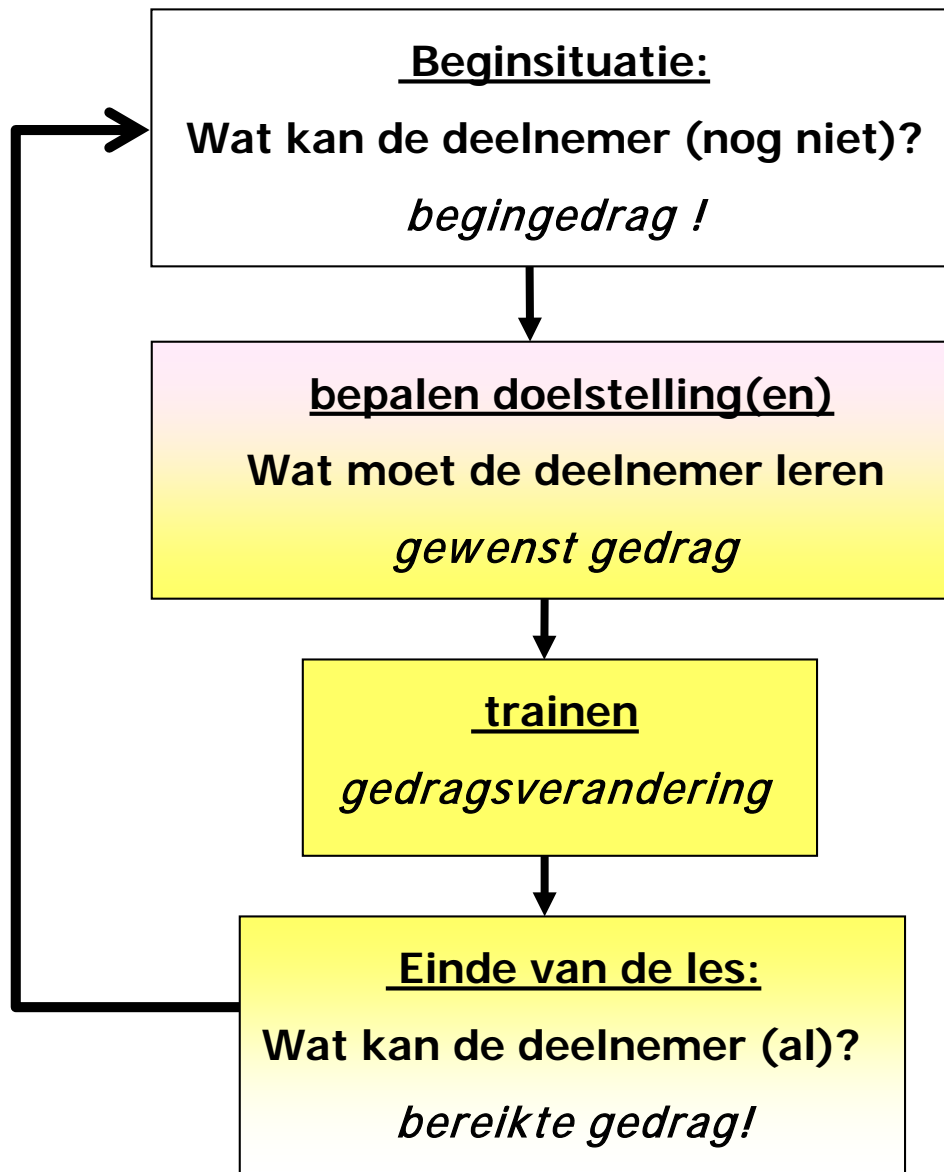


Doelstellingen:

didactiek - methodiek

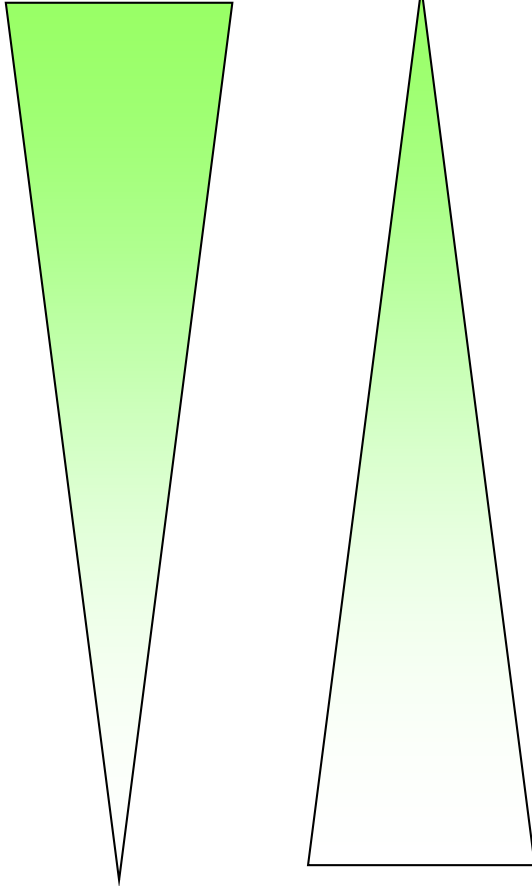
Het als lesgever, door je les, willen bereiken van *gedragsverandering* bij de deelnemer(s) van je les / training.





Doelstellingen:

lange termijn - algemeen



korte termijn - specifiek

Meerjarenplan (2-6 jaar)

Jaarplan (1 jaar)

lange termijn



Macrocyclus (6-8 weken)

Mesocycclus (3-5 weken)

Microcyclus (1-3 weken)

middellange termijn



Picocycclus (1 dag)

Trainingseenheid (1 training)

korte termijn



Doelstellingen:

didactiek - methodiek

Indeling doelstellingen:

Naar termijn:

- * lange termijn
- * middellange termijn
- * korte termijn

Naar gedragsaspecten:

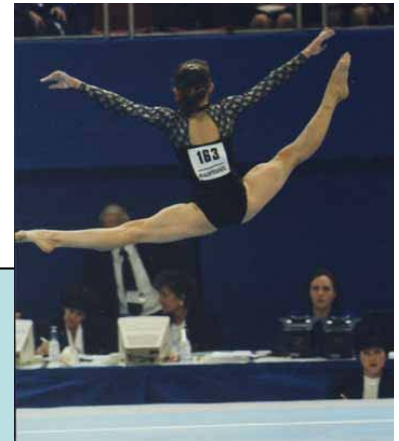
- * motorische doelstellingen
- * cognitieve doelstellingen
- * sociaal affectieve doelstellingen

Korte termijn doelstellingen:

Formuleren van doelen:

Richtlijnen:

- * **Nauwkeurige beschrijving van het gewenste eindgedrag(bewegingsvorm)**
- * **Hoe kan / moet ik dat gewenste gedrag waarnemen?**
- * **Omschrijving is concreet en dus "*gesloten*" !**
- * **Doelstellingen moeten waarneembaar en controleerbaar zijn!**
- * **Benoem de omstandigheden waaronder gewenst gedrag gedemonstreerd dient te worden.**
- * **Aangeven wat de minimeisen zijn.**



Korte termijn doelstellingen:

Opmerkingen:

- * **Er is verschil tussen lesopdracht en lesdoel!**
- * **Doelstellingen mogen (moeten) worden bijgesteld!**
- * **Doelstellingen verschillen per doelgroep (per beginsituatie)!**
- * **Doelstellingen per individu bekijken !**



