

Het maken van een voorbereiding op het planningsformulier

Het planningsformulier

Lessen of activiteiten moet je voorbereiden. Je gebruikt hiervoor het planningsformulier.

Toelichting op het planningsformulier

De tijdsindeling

- Bij het indelen in tijd van een programma is het belangrijk dat je weet hoe lang een spel zal duren. Dat moet dus achter de spelen vermeld zijn.
- Het is goed om zelf ook één of meer reservespelen achter de hand te hebben omdat spelen niet altijd verlopen zoals je van te voren gedacht had.

Activiteit

- In deze kolom is het programma in onderdelen uitgewerkt. Door de Leider Sportieve Recreatie 2 wordt (een deel van) dit programma aan de deelnemers aangeboden. Het is belangrijk dat hij de onderdelen ook voor zichzelf uitwerkt. Dit begint met het uitschrijven van de speluitleg en daarna met het uitschrijven van de organisatie. Dus niet hoe het spel gespeeld kan worden, maar hoe je het spel met de groep wil gaan spelen. Ook noteer je welk materiaal je nodig hebt en waar je dat wil neerzetten.
Door de Leider Sportieve Recreatie 3 wordt altijd het volledige programma zelfstandig uitgewerkt en aangeboden (evt. met inzet van Leiders Sportieve Recreatie 2)!

Organisatie (werkvormen/werkwijze)

- Een plattegrond of tekening zegt veel meer dan een geschreven verhaal. In één oogopslag is duidelijk hoe het moet en wat er bedoeld wordt. Wanneer een plattegrond of tekening ontbreekt, moet de Leider Sportieve Recreatie 2 vragen of degene die hem aanstuurt zo'n tekening of plattegrond wil maken;
- De Leider Sportieve Recreatie 2 geeft op het planningsformulier aan hoe hij wil dat het programma wordt uitgevoerd. Op het planningsformulier moet bv. staan: 'ik tel af tot 4, zet iedere speler direct op zijn plaats en krijg zo 4 groepjes van 5 à 6 spelers';
- Wat in een goede voorbereiding vaak vergeten wordt, is de organisatie en de presentatie. Hoe de groep aangesproken moet worden, hoe de introductie moet gaan, hoe de uitleg moet worden aangeboden, hoe de activiteit moet worden afgesloten en hoe de deelnemers moeten worden bedankt;
- Voor de Leider Sportieve Recreatie 2 is het belangrijk dat hij veel aandacht besteed aan zijn presentatie. Uitschrijven van deze onderwerpen in 'spreektaal' is daarom aan te raden. Als er aan de presentatie te weinig aandacht is besteed, moet je terugvallen op improvisatie. Het resultaat is een geïmproviseerd verhaal, waarin je altijd wel iets vergeet of dat voor de deelnemers niet echt duidelijk is.

Materiaal

- In de kolom 'materiaal' geef je per onderdeel aan wat er nodig is. Doe dit zo gedetailleerd mogelijk. Het is echter de verantwoordelijkheid van de Leider Sportieve Recreatie 2 te controleren of alles wat hij denkt nodig te hebben ook daadwerkelijk op het planningsformulier is aangegeven.

Aanwijzingen voor de deelnemers

- Meestal zal de Leider Sportieve Recreatie 2 aan de hand van een door de Leider Sportieve Recreatie 3 voorbereid planningsformulier een (deel van een) les of activiteit aanbieden. Voor de Leider Sportieve Recreatie 2 is dit uitgewerkte planningsformulier een kapstok waaraan de les of activiteit is opgehangen. Zelf zal hij zijn onderdeel verder moeten

uitwerken waarbij hij gebruik kan maken van de bovenstaande aanwijzingen. Alleen afgaan op wat de Leider Sportieve Recreatie 3 op het planningsformulier heeft aangegeven, is niet de juiste manier van voorbereiden. De Leider Sportieve Recreatie 2 maakt aan de hand van het planningsformulier van de Leider Sportieve Recreatie 3 zijn eigen persoonlijke voorbereiding.

- Het planningsformulier spreekt van 'aanwijzingen voor de deelnemers' Daar horen ook 'aandachtspunten voor de leiding' bij. Waar moet de begeleider rekening mee houden, waar moet speciaal op gelet worden, wat kan er fout gaan? Als vanuit de beginsituatie bekend is dat Jan en Piet niet samen in een groepje kunnen, omdat ze altijd ruzie maken, is het een aandachtspunt voor de begeleider om daar rekening mee te houden;
- Als het programma door meerdere begeleiders wordt aangeboden en begeleid, is het belangrijk om daar een goede taakverdeling voor af te spreken. In de taakverdeling is het ook belangrijk om de introductie en afsluiting op te nemen: wie begint en wie sluit af en op welke manier gaat dat gebeuren?;
- Dat de begeleider zich voorbereidt op de tips, technische en tactische aanwijzingen, is vanzelfsprekend;
- De veiligheid moet altijd een aandachtspunt zijn.

De opbouw van een les- of activiteitenprogramma

- Hoewel het programmeren en organiseren tot de taken van een Leider Sportieve Recreatie 3 behoort, moet de Leider Sportieve Recreatie 2 wel kennis hebben van de methode waarop zo'n programma kan worden opgebouwd.

Een voorbeeld van een activiteit die 45 minuten duurt:

De warming-up (ongeveer 12 minuten)

De warming up is bedoeld om de deelnemers fysiek en mentaal in de sfeer van de activiteit te brengen. Rustig beginnen om het lichaam op te warmen en blessures te voorkomen. De spelen moeten weinig regels hebben, snel te starten zijn en iedereen moet kunnen deelnemen op zijn eigen niveau en in zijn eigen tempo.

De spelen (ongeveer 30 minuten)

In dit deel van de activiteit is alles mogelijk.

De afsluiting

Dit kan een spel zijn maar ook een kringgesprek, afhankelijk van de behoefte van de groep. Eventueel napraten over dingen die zijn voorgevallen of het uitdelen van complimenten past ook goed in een afsluiting.

Op de komende pagina's vind je een planningsformulier!

Vorbereiding gemaakt door:

Soort activiteit:

Beroepspraktijkplaats:

Doelgroep:

Datum:

Beginsituatie		Planning		
Groep		Doelen		
Aantal, leeftijd, sekse, niveau, etc.		Activiteitenkeuze		
Randvoorwaarden		Motivering		
Accommodatie, materiaal, tijdstip, etc.				
Tijdsindeling	Activiteit	Organisatie (werkvormen/werkwijze)	Materiaal	Aanwijzingen voor de deelnemers
Tijd per activiteit	Beschrijf de activiteit die je doet	Maak een tekening van opstellingen	Per activiteit	Taakverdeling, tips, techniek, tactiek, veiligheid, etc.

Tijdsindeling	Activiteit	Organisatie (werkvormen/werkwijze)	Materiaal	Aanwijzingen voor de deelnemers

Tijdsindeling	Activiteit	Organisatie (werkvormen/werkwijze)	Materiaal	Aanwijzingen voor de deelnemers
Tijd per activiteit	Beschrijf de activiteit die je doet	Maak een tekening van opstellingen	Per activiteit	Taakverdeling, tips, techniek, tactiek, veiligheid, etc.

