

Lesonderdeel	Methodische werken: <i>(Welke methode kies je om je doel te behalen? Aangepast aan doelgroep? Zit er een opbouw in intensiteit? Is het ene voorbereidend op het volgende? Hoe lang duurt iedere activiteit? Welke beweegvormen kies je? Hoeveel beweegvormen kies je?)</i>	Didactisch werken: <i>(wie is de doelgroep? Hoe is de groep? Hoe ga jij communiceren? Hoe hou jij het veilig? Hoe ga je motiveren? Hoe ga je corrigeren? Hoe hou je rekening met fysieke beperkingen en mogelijkheden? Hoe draag je zorg voor het sportplezier en succeservaringen?)</i>	Organisatie: <i>(wat is de opstelling? Waar sta jij? Waar staan je deelnemers? Waar staat welk materiaal? Hoe hou je het veilig? Is er voldoende beweegruimte voor iedereen? Is er een rolverdeling nodig?)</i> NB:hier is een tekening vereist!	Aandachtspunten: <i>(Zijn er specifieke aandachtspunten qua veiligheid? Qua tijdsindeling? Qua doelgroep? Wat zijn alternatieven als iets niet werkt? als het tegen zit? Wat zorgt ervoor dat je doel(en) behaald worden? Wat zorgt voor een goede samenhang in de training?)</i>
W-up: <i>(Let op: opwarmen aerobe systeem, gewrichten, spieren, bindweefsel en coördinatie. Eindig altijd sport specifiek)</i>				
Kern: <i>(Let op: aansluiting warming-up, gericht op doel(en) en vormgegeven door bewuste keuzes vanuit het trechtermodel)</i>				
Cooling-down: <i>(Let op: afbouwende activiteit en bij voorkeur duuractiviteit)</i>				
Afsluiting:	<i>(Evalueer met je deelnemers de training)</i>			