

OPLEIDINGSPROGRAMMA SURVIVALRUN INSTRUCTEUR 2

Module	Onderdeel	Onderwerpen	Leervorm	Leerdoel	Lengte
Survivalrun Instructeur 2	Introductie opleiding	Opleidingsprogramma	e-learning		10 min
	Begeleiden bij training	Didactisch model Trainingsplan Doelstellingen Beginsituatie Evaluatie	e-learning	2.1.2 2.1.4	45 min
	Sterk van Start*	Sportplezier en veiligheid	e-learning	2.1.1	1 uur
	Introductie Survivalrun**	Geschiedenis Reglementen Veiligheid Knopen Kleding Weersomstandigheden	e-learning	2.1.2	1 uur
	Trainingsleer	Basis trainingsleer Basis periodisering	e-learning	2.1.2	2 uur
	Survivalrun training	Methodiek Warming up Klimtechniek Hardlooptechniek Kracht Cooling down	e-learning	2.1.1 2.1.2 2.1.3 2.1.4	2 uur
	Portfolio opdrachten	Survivalrunners begeleiden: nu jij! Trainingsplan Reflectie en gedragscode sport	Praktijkopdracht	2.1.1 2.1.2 2.1.3 2.1.4	4 uur
	Praktijkdag	Online leeromgeving Begeleiden bij training	Klassikaal	2.1.1 2.1.2 2.1.3 2.1.4	7 uur

Totale studietijd: ongeveer 18 uur

**Sterk van start is een herhaling van de verplichte niveau 1 e-learning die de deelnemers al hebben gevolgd en afgerond met een kennistoets. De drie opdrachten 'nu jij!' zijn voor niveau 2 verplicht en worden nu gemaakt en ingeleverd voor het portfolio.*

***Introductie Survivalrun is ook onderdeel van de opleiding Survivalrun trainer-coach 3 en ronden de deelnemers al op niveau 2 af.*

Kerntaken	Leerdoelen
2.1 Begeleiden bij trainingen	2.1.1 Begeleidt survivalrunners bij trainingen
	2.1.2 Voert trainingen uit
	2.1.3 Legt oefeningen uit
	2.1.4 Evalueert trainingen en reflecteert op eigen handelen