

Ontleedschema voor je zaaltraining

Een trainingsdag is geen video van zes uur. Met dit schema haal je je bestaande dag uit elkaar in blokken en bepaal je per blok wat online kan, wat een live moment nodig heeft en welk materiaal je moet maken.

STAP 1

Schrijf je dag op zoals hij werkelijk verloopt

Niet zoals in het programmaboekje, maar zoals het gaat. Van kwart voor tien tot half elf, wat gebeurt er dan? Bij de meeste trainers komen er twaalf tot twintig blokken uit één dag.

STAP 2

Geef elk blok een label

O = Overdracht. Jij vertelt, de deelnemer neemt op.
Theorie, een model, een voorbeeld.

W = Werken. De deelnemer doet iets, alleen of in tweetallen.

T = Terugkoppeling. Iemand kijkt naar wat de deelnemer deed en zegt er iets van.

G = Groep. De waarde zit erin dat er anderen zijn: uitwisseling en herkenning.

Overdracht en zelfstandig werk verplaatsen zich makkelijk naar online en worden er vaak beter van. Terugkoppeling en groep verdwijnen niet, maar ze moeten opnieuw worden ingepland. Dat is waar de meeste programma's het laten afweten.

STAP 3

Vul de blokken in

[illegible]

STAP 4

De vier vragen per blok

- 1. Waarom zit dit erin?** Als het antwoord is dat het er altijd al in zat, is dat het eerste blok dat je schrapt.
- 2. Wat kan de deelnemer erna wat hij ervoor niet kon?** Kun je dat niet opschrijven, dan is het blok nog niet af.
- 3. Werkt dit zonder dat ik erbij ben?** Zo nee, wat is er precies nodig: een antwoord, een blik of een groep?
- 4. Wat kost het om dit online te maken?** Een opname van tien minuten, een werkblad, een voorbeeld, of gewoon een tekstje. Schrijf het op, want dit is de lijst waarmee je gaat werken.

STAP 5

Herschik naar weken

Een trainingsdag is opgebouwd rond een dagritme met een dip na de lunch. Een online programma is opgebouwd rond weken. Per week: één stuk uitleg, één opdracht in de eigen werksituatie en één moment waarop de deelnemer merkt dat hij op de goede weg zit.

WEEK	UITLEG (WELKE BLOKKEN)	OPDRACHT	HOE KRIJGT DE DEELNEMER TERUGKOPPELING?
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Meer dan acht weken houden alleen deelnemers vol die al gemotiveerd waren. Kom je uit op drie weken die af zijn, dan is dat beter dan zes weken met vulling erin.

STAP 6

Wat er overblijft

Onderaan de rit houd je twee lijstjes over. Links wat er online gaat en dus opgenomen of geschreven moet worden. Rechts wat een live moment nodig heeft en dus in je agenda komt.

Gaat online

Blijft live

De rekensom aan het eind

Tel de live momenten op de rechterlijst. Vermenigvuldig ze met de duur en je weet hoeveel uur er per programma in je agenda gaat staan. Dat getal bepaalt of je aanbod schaalbaar is of dat je een nieuwe verplichting hebt gemaakt.

WAT	BEDRAG	EENHEID
Aantal live momenten per ronde		stuks
Duur per moment		uren
Uren in je agenda per ronde		uren
Aantal deelnemers per ronde		stuks
Uren per deelnemer		uren

Staat er bij de laatste regel meer dan een uur per deelnemer, dan is je prijs waarschijnlijk te laag of je groep te klein. Reken het na met het rekenblad voor je tarief.