

Boksen als agogisch middel

09.00-09.15 Opstart / voorstellen

09.15-11.30 Theoretisch kader & inleiding vechtsport als agogisch middel

10.00-11.00 Blok 1: Balanstraining, individueel en in duo's

11.00-11.15 Break: vragen en reflectie

11.15-12.30 Blok 2: Basis Vechtsportoefeningen

13.00-13.40 Lunch

13.40-14.30 Blok 3: Boksen oefenvormen & groepsdynamiek, spar oefeningen

14.30-14.45 Break: vragen en reflectie

14.45-16.00 Blok 4: Themagericht werkvormen uitwerken en onderling lesgeven

16.00-16.30/17.00 : Reflectie en afronding

Verantwoording

Contacturen: 8 uur

Zelfstudie uren: 8 uur

Totaal 16 (voor het lerarenregister)

Doelstellingen van de dag

- Deelnemers leren (basis) vechtsport technieken, zodat ze boven de stof staan
- Deelnemers ervaren zelf de werking van agogisch boksen.
- Deelnemers leren vechtsport aan te bieden als agogisch middel
- Deelnemers kunnen thema gecentreerd werken met vechtsport. Een aantal thema's zijn: grenzen, beheersing, doseren, actie&reactie, non-verbale communicatie (houding), vertrouwen, kwetsbaarheid, lichaamsbewustzijn, wilskracht, volgen&leiden.
- Deelnemers hebben 5 lesopzetten die ze zelfstandig kunnen geven. Al dan niet met een docent van Bokskoaching als observant/co-docent.
- Deelnemers nemen kennis van gedragsbeïnvloeding in groepen
- Deelnemers leren recente theorie over groepsdynamiek (Remmerswaal methode)
- Deelnemers zijn in staat om naast didactisch, ook agogisch te kijken naar gedrag in trainingen.

Na afloop krijgen de deelnemers een certificaat van deelname, een shirt en een werkboek.

Kosten

€375,- ex. BTW per persoon
Incompany op aanvraag (v.a. 8 deelnemers)

Contactgegevens Bokskoaching

Berend Oosterhuis
dr. Klinkertweg 2-10
8025 BS Zwolle

info@bokskoaching.nl
085 06 06 017

Je kunt SKJ punten invoeren voor
informeel leren

De BAM - dag is geldig als NOBCO PE voor
6 uren



BOKSKOACHING
TRAINING & COACHING MET IMPACT