

Informatiefolder Prestatie Baanatletiektrainer 4 (PBAT4)

De opleiding Prestatie Baanatletiektrainer 4 is bedoeld voor trainers die zelfstandig training geven aan atleten binnen de eigen vereniging die prestatiegericht sporten. De opleiding is het vervolg op de Basis Baanatletiektrainer 3 (BBAT3). De focus van de PBAT4 opleiding ligt op het training geven en gaat in op het maken van een geperiodiseerd jaarplan.

Moderne opleidingsstructuur

Alle opleidingen van de Atletiekunie worden competentiegericht aangeboden. De opleidingen van niveau 3 en hoger worden deels aangeboden via de elektronische leeromgeving (ELO), genaamd Atletiek Academie. Het uitgangspunt van de opleidingsstructuur is het bieden van een hoge kwaliteit voor deelnemers door hun opleiding op maat en praktijkgericht in te richten. Dit betekent dat een belangrijk deel van de opleiding binnen de eigen vereniging en trainingsgroep zal plaatsvinden.

Trainingsniveau 4

In trainingsniveau 4 wordt onderscheid gemaakt tussen twee contexten, te weten de *verenigingscontext* waarin de prestatietrainer wordt opgeleid en de *talentencontext* waarin de specialisatietrainer wordt opgeleid. Meer informatie over de specialisatietrainer en de talentencontext kunt u vinden op de website.

Prestatietrainer niveau 4

Opleidingen in de verenigingscontext zijn bedoeld voor trainers die actief zijn als hoofdtrainer in de atletiekvereniging en training geven aan wedstrijdathleten met prestatieverbetering als hoofddoel. Tevens is een prestatietrainers niveau 4 diploma een vereiste voor doorstroming naar specialisatieopleidingen niveau 4.

De prestatietrainer niveau 4 opleiding is het vervolg op de basisopleiding niveau 3 en gaat dieper in op een geperiodiseerd jaarplan, biomechanica en trainingsleer.

De prestatietrainer niveau 4 opleiding wordt afgesloten met één verplichte Proeve van Bekwaamheid (PvB) gericht op training geven.

Doelgroep

De PBAT4 opleiding is voor cursisten met trainerservaring die zelfstandig op een verantwoorde wijze een groep wedstrijdathleten (junioren of senioren) training geven met als doel prestatiebevordering en/of door willen stromen naar de opleiding Specialisatietrainer Werptrainer-, Springtrainer of Sprint/Hordetrainer niveau 4 om met talenten aan de slag te gaan.

Instroomeisen

Om deel te nemen aan de opleiding moet de cursist minimaal aan één van onderstaande eisen voldoen:

- BBAT3 diploma
- AT3 / JAT3 / PAT3¹
- AT diploma
- JAL diploma¹

¹ Geen ervaring met geperiodiseerd jaarplan

Opzet

De opleiding bestaat uit vier workshops van 5 uur.

Naast de workshops voert de cursist in zijn eigen praktijk opdrachten uit die voornamelijk betrekking hebben op het verzorgen van trainingen en het reflecteren daarop. De voortgang en uitkomsten van de praktijkopdrachten wordt vastgelegd in een persoonlijk portfolio. Tijdens het uitvoeren van de opdrachten wordt de cursist de leercoach. De opleiding wordt afgesloten met de PvB-dag (praktijkexamen).

Workshops

Om je in staat te stellen de benodigde kennis en vaardigheden op te doen die nodig zijn om de praktijkopdrachten zo goed mogelijk uit te voeren, worden er vier workshops aangeboden door verschillende experts.

Onderwerpen die aan bod komen tijdens de workshops zijn onder andere:

- Het maken van een jaarplan
- Het maken van trainingsschema's
- Motorisch leren

Proeven van Bekwaamheid

Om de opleiding PBAT4 af te ronden moet één verplichte PvB met succes worden afgerond:

- PvB 4.1 Training geven
portfoliobeoordeling en een praktijkbeoordeling

Studiebelasting

De doorlooptijd voor de opleiding is 20 weken. De workshops worden vooral aan het begin van de cursus aangeboden, waarbij de laatste workshop rond week 8 wordt aangeboden. De totale studiebelasting voor de workshops en de PvB dag bedraagt ± 20 uur. De studiebelasting voor de praktijkopdrachten is per cursist verschillend. Over de gehele opleiding

genomen moet rekening worden gehouden met een studiebelasting van 4 à 5 uur per week.

Kwalificatie en Certificering

Cursisten die de *PvB 4.1 Training geven* met goed gevolg afleggen, ontvangen het diploma Prestatie Baanatletiektrainer niveau 4.

Opleider

Tijdens bovenstaand traject word je begeleid door:

- *De leercoach* is een opleider van de Atletiekunie die het leerproces bewaakt en tevens de workshops verzorgd. De leercoach komt eenmaal bij elke cursist op stagebezoek.

Locatie

De Atletiekunie maakt gebruik van accommodaties van verenigingen. Voor het verzorgen van de opleiding PBAT4 is een accommodatie (inclusief gebruik van atletiek materialen) nodig waar zowel het theoriedeel als het praktijkdeel van de workshops gegeven kan worden.

Lesmateriaal

Al het lesmateriaal (opdrachtformuleringen en leerteksten) is beschikbaar via de Atletiek Academie. Binnen de Atletiek Academie kunnen cursist en opleider met elkaar communiceren.

Inschrijven en meer informatie

Inschrijven kan via de site <https://www.atletiekunie.nl/kenniscentrum/trainer-en-coach/opleidingen>

Voor meer informatie kan contact opgenomen worden met de kaderontwikkeling afdeling van de Atletiekunie via 026-4834848.