



Hoe stel je een activiteitenprogramma op?

Wat is een activiteitenprogramma?

- Een activiteitenprogramma is een reeks activiteiten die achter elkaar kunnen worden uitgevoerd.
- De activiteiten zijn op inspanningsniveau op elkaar afgestemd.
- De activiteiten betekenen geen overbelasting voor de doelgroep.
- De activiteiten passen bij de belevingswereld van de doelgroep.
- De duur van een activiteitenprogramma is variabel.

Hoe ga je te werk?

- 1 Werk in tweetallen of in groepjes.
- 2 Beschrijf de doelgroep voor wie het programma bestemd is.
- 3 Breng de leeftijd en de beperkingen van de doelgroep in kaart.
- 4 Brainstorm over activiteiten die met de doelgroep mogelijk zijn en schrijf deze op.
- 5 Rangschik de activiteiten op volgorde van inspanning van hoog naar laag.
- 6 Rangschik de activiteiten naar mate dat ze passend zijn voor de doelgroep.
- 7 Bepaal de duur van het activiteitenprogramma.
- 8 Bepaal met elkaar welke activiteiten geschikt zijn om binnen de vastgestelde duur achter elkaar te doen.
- 9 Wissel inspannende activiteiten af met minder inspannende activiteiten.
- 10 Breng op gezette tijden pauzes aan in het programma.
- 11 Probeer te bedenken op welke problemen het programma zou kunnen stuiten.
- 12 Bedenk geschikte oplossingen voor mogelijke problemen.