

| Opbouw Level 2 frisbee trainer/coach opleiding | Inhoud en of duur | |
|--|--|------------------------------------|
| Online kennismaking en introductie, vragenstellen/laan docenten en NFB admin en toetscommissie | 10 juni online sessie 19:30-20:30 | |
| Theorieblok 1: Basisvaardigheden Trainer | Wat wordt beoordeeld in het portfolio? | |
| Module NOC*NSF - Een beetje opvoeder - | 4 uur en een toets | Certificaat |
| De talentformule: plezier centraal uitgangspunt voor de training | 9 pagina's | |
| Coachen: Groeimindset, doelen stellen, reflecteren en feedback | 6 pagina's, starr reflectieformulier | |
| Theorieblok 2 Basiskennis Disc Golf en Ultimate | | |
| Basis uitleg Disc Golf | 3 pagina's en link PDGA regels | |
| The Disc Golfers Code | 1 pagina | |
| PDGA regelkennistest of bijgevoegde NFB test Disc Golf regels (PDGA) | Toets met 33 vragen of Certificaat uploaden PDGA official rules exam | 80% van de vragen goed |
| Basis uitleg Ultimate | 1 pagina en link WFDF Ultimate regels en Advanced test | |
| Spirit of the Game | 1 pagina, Handsignals (met memoriespel om te oefenen), SOTG score formulier, taken Spirit captain | |
| WFDF Advanced Ultimate Rules Exam | Toets met vragen of Certificaat | Certificaat Advanced WFDF Ultimate |
| Theorieblok 3 Trainingsleer en opbouw | | |
| Trainingsleer | 9 pagina's, 6 externe links, 2 video's | |
| Ultimate basis trainingsoefeningen en -opbouw | 6 documenten vb. trainingsopbouw, leskaarten en oefeningen | |
| Disc Golf basistechnieken | 5 pagina's, 15 video's | |
| Introductie kracht- en conditietraining | 2 pagina's, 5 externe links | |
| Lesvoorbereidingsformulier met hulpvragen | 3 pagina's | |
| Theorieblok 4: Veilig sportklimaat | | |
| Module NOC*NSF - Discriminatie - | 2 uur | Bewijs van deelname |
| Module NOC*NSF - Pesten - | 2 uur | Bewijs van deelname |
| Module NOC*NSF - Seksuele Intimidatie - | 2 uur | Toets en bewijs van deelname |
| Theorieblok 5 :Sportblessures | | |
| Blessure cijfers in Nederland 2022 | 1 pagina | |
| Eerste hulp bij sportblessures en hoe voorkom je sportblessures | 32 pagina's | |
| Theorieblok 6: Geschiedenis frisbeesport | | |
| Geschiedenis van de frisbeesport | 6 pagina's | |
| Praktijkdag 1 | 4 oktober 2025 10 tot 16 uur | |
| Opdracht: Geef 2 trainingen op je vereniging bij verschillende doelgroepen. | Reflectieverslag van de 2 trainingen. Gebruik hiervoor de vragen uit het lesvoorbereidingsformulier met zowel voorbereiding, evaluatie en reflectie. | |
| Inleveren voor 4 januari 2026 in de E-learning | | |
| Theorieblok 7: Wedstrijdbegeleiden | | |
| Wat voor coach ben jij? | 1 pagina, 1 video, 1 test | |
| Ultimate wedstrijd begeleiden | 2 pagina's en 1 video | |
| Disc Golf wedstrijd begeleiden | 2 pagina's | |
| Opdracht: Begeleid 1 Disc Golfer of Ultimate Team tijdens een wedstrijd | Reflectieverslag inclusief voorbereiding en evaluatie deelnemers | |
| Inleveren voor 4 januari 2026 in de E-learning | | |
| Praktijkdag 2 | 29 november 2025 10 tot 16 uur | |
| Opdracht: Voer een activiteit uit bij je vereniging of NFB (geen wedstrijdbegeleiding of training) | Reflectieverslag inclusief voorbereiding en evaluatie deelnemers. | |
| Inleveren voor 4 januari 2026 in de E-learning | | |
| Examendag: Proeve van Bekwaamheid: | 21 februari 2026 9 tot 17 uur | |
| Iedere cursist geeft training instructie aan de anderen. Bereidt een hele training in Disc Golf of Ultimate. Welk deel je van de training en voor welke doelgroep, wordt op dag zelf door de externe beoordelaars bepaald. | Op 15 februari 2026 ontvang je of je op mag voor het examen en je eindexamen trainingstema. | |