



WorkOuts.

WorkOuts.

Een WorkOut is een korte, intensieve sessie als voorbereiding op een training met je hele team. Met een WorkOut start je volledige team op hetzelfde niveau en werken jullie samen toe naar de volgende stap. De WorkOut bestaat uit drie fasen: een introductie, het volgen van de online training en een terugkomsessie.

Wie? Ambassadeurs voor leren (vaak zijn dat HR-partners, leidinggevend en trainers).

Waarom? Om leidinggevend te betrekken en duidelijk te maken dat je GoodHabitz eenvoudig en laagdrempelig kan inzetten.

Hoe?

Face-to face, tijdens een teammeeting.

- Kies een training en zorg dat je de WorkOut tot je beschikking hebt.
- Lees voor de bijeenkomst de WorkOut even door en kies een van de drie filmpjes om mee te beginnen.
- Ga met het team aan de slag met de introductie, inventarisatie en theorie.
- Maak daarna afspraken over de online training: wat gaan jullie doen en wanneer? Plan een vervolg.
- Kom in de terugkomsessie terug op de training. Gebruik daarvoor de vragen uit de WorkOut en breng zo alles wat je hebt geleerd in de praktijk.

Rol coach? De coach is in dit geval afhankelijk van de insteek. Een train-de-trainerssessie wordt verzorgd door de coach. Bij een interne sessie is de coach niet aanwezig, al kan hij of zij vooraf of naderhand wel ingezet worden om de leidinggevend tips te geven.

Rol projectteam? Het team organiseert train-de-trainerssessies zodat managers kunnen leren hoe je WorkOuts gebruikt. Daarna stelt het projectteam alle WorkOuts beschikbaar.

Wat is een WorkOut?

Voor iedere training heeft GoodHabitz een WorkOut ontwikkeld (te downloaden vanuit de beheerdersomgeving op de website): een soort docenthandleiding in pdf, waarmee je in teamverband online én offline met de training aan de slag gaat. Deze handleiding stelt iedereen in staat om een beetje coach te worden en een specifiek thema op een laagdrempelige manier bespreekbaar en praktisch te maken, aan de hand van een online training.

