Verslag Share your opinion Meeting 07/02/2021

1. Therapeut Sarah Jabloune over zelfmotivatie

- Onzekerheid kan ook nieuwe zekerheid meebrengen.
- Het is niet de komst van corona die bepaalt of we ons goed voelen, maar onze mindset is belangrijk. Steek tijd in het updaten van uw mindset. Proberen negativiteit te minimaliseren, probeer te relativeren en probeer positiviteit op te zoeken.
- Stel jezelf de vraag: wat kan ik doen met de middelen die ik op dit moment heb?
- Bv.: *Probleem:* dansers zijn negatief bij de online lessen.
  Oplossing: whatsapp groepje oprichten, of voor en na de les tijd nemen om een band te creëren.
- Durf iets anders te doen:
  - bv. leerlingen opdracht geven om een nieuw dansje uit te vinden, en daar iets van maken.
  - bv. TikTok challenge
  - bv. YogaDance.
  - bv. een dansquiz: toon verschillende stijlen en de anderen moeten raden.
  - bv. een battle tussen diegene die in de klas les volgen, en diegene die thuis les volgen.
  - bv. themadansles → bv. verkleed in disco of Hip Hop.
- Probeer de leerlingen te betrekken. Als we een inbreng hebben, dan hebben we voldoening en dan zijn we meer gemotiveerd.
- Verandering is niet per se slecht. Verandering nodigt ons uit om creatief te zijn.
- Als je geen les meer kan geven: probeer dankbaar te zijn dat je tijd hebt om nieuwe dingen te bedenken of om je bij te scholen.
- Verbinding houden met de dansers is belangrijk.
- Denk in mogelijkheden, in plaats van problemen.
- Wat jij uitstraalt, is de energie van in de les.
- Je kan ook aan je leerlingen vragen wat zij willen.
- Er is nood bij dansers om er over te praten. Geef daar ruimte voor.
- Vroeger hadden we meer afleiding voor als het slecht gaat. Nu worden we veel meer geconfronteerd worden met onszelf en hoe we ons voelen. Maar we leren ook hoe we dit kunnen delen, dat is iets positiefs.

2. Good practices Raf van Puymbroeck (Actuele dans)

- Probeer elke les zo normaal mogelijk te laten aanvoelen. Zorg ervoor dat ze zich betrokken voelen, lok interactie uit, gebruik humor, … Dit om enthousiasme te krijgen.
- Maak je demo nog groter dan in normale lessen.
- Telenet abonnement upgraden voor goede verbinding.
- Voor goede geluidskwaliteit: via Zoom kan je geluid delen. OF gebruik een andere bron om geluid te laten afspelen.
- Zet je camera wat hoger en kantel je scherm, zodat ze je helemaal kunnen zien.
- Leg alles gedetailleerder uit.
- Zeg niet rechts of links, omdat dat verwarrend is.
- Maak een schermopname via 'Quicktime player' van de les voor diegenen die er niet waren zodat ze kunnen inhalen.
- Laat ze in twee groepen dansen en zet ze op gallery view.
- Hou ze betrokken, geef ze extra service. Je kan bv. soms tutorials maken, naast de normale lessen.
- Organiseer TikTok challenges.
- Vraag in de whatsapp of Facebook groep hoe het met hen gaat.
- Maak een filmpje met alle lesgevers met een ondersteunende boodschap.

3. Good practices Marc Van Breda (Standard & Latin)

- Focus op behoud van leden(werving) door inschrijvingsgeld te minimaliseren. Op die manier hebben ze 90% van de leden weten te behouden, wat helemaal niet slecht is.
- Omdat het lesprogramma van vorig jaar niet was afgerond en omdat er een vrees was voor een nieuwe lockdown, hebben ze besloten om niet het normale programma te hanteren, maar te werken met modules (bv. Swing module).
- Oefenavonden mochten niet en er waren beperkte maatregelen: beperkt aantal cursisten, geen stoelen, geen drank, … Het was moeilijk om de mensen te laten oefenen.
- Een module bestaat daarom uit 4 lessen en 2 oefenmomenten ertussen waarin ook Latin en Social dansen van vorig jaar herhaald konden worden.
- Na 1e module was er een week pauze, maar nadien was het lockdown.
- Eerstvolgende module zal een herhalingsmodule zijn om naar het volgend jaar te kunnen gaan. Kan je niet? Dan zal je volgend jaar je jaar opnieuw moeten doen.

4. Good practices Kathy Nagels (Actuele dans)

- Voor 12+ heeft dansclub Kick-iT korte online lessenreeksen aangeboden, waarvoor apart ingeschreven kon worden. Het dient dus niet als compensatie voor gemiste lessen, want online is niet hetzelfde. Een online lessenreeks is een pakket van 4 weken. Het gaat om live online lessen, waarbij het niet gaat om gewone danslessen, maar work out (beetje Zumba-achtig).

- De perfecte dansles is minder belangrijk, het is veel belangrijker om mensen in beweging te houden.
- Dan zijn er ook nog tutorials voor choreografieën zodat de dansers dat rustig kunnen bekijken.
- Online lessen worden in de danszaal gegeven in een spiegel met de camera rechts achter.
- Wat is belangrijk voor motivatie? Autonomie, Binding en Competentie.
- *Autonomie:* het gaat om open level, maar binnen die work out is er veel differentiatie. Dus thuis kiest iedereen zelf hoe zij het aanpakken.
- *Binding:* door het samen live te doen.
- *Competentie:* door differentiatie. Het moet voor iedereen haalbaar zijn.
- Er is motivatie want de mensen hebben zich bewust ingeschreven voor deze online lessen, dus iedereen heeft hiervoor gekozen.
- Voor -12: Plastic folie in de zaal, voor elke les 2 docenten, een groep die thuis les volgt, …
- Tip: vraag gerust hulp. Alle extra docenten haalt Kathy uit de gevorderde dansers.
- Voor 12+: vanaf maart zal er buiten gedanst worden op een school onder een afdak.
- Conclusie: pas je doelstellingen aan en probeer andere dingen uit.