

Dzień szkolenia Lista kontrolna

Postępuj zgodnie z poniższą listą kontrolną, aby upewnić się, że wszystko jest gotowe na Twoją sesję treningową!

- ☐ **Ubierz się odpowiednio.** Przeanalizuj swoją publiczność, aby dowiedzieć się, w co się ubrać. Ogólnie rzecz biorąc, dopasuj swój sposób ubierania się do sposobu ubierania się uczestników - lub idź trochę bardziej profesjonalnie.
- ☐ **Przyjdźcie wcześnie.** Dajcie sobie czas na sprawdzenie ustaleń z ostatniej chwili i przygotujcie się psychicznie do sesji.
- ☐ **Sprawdź układ miejsc siedzących.** Upewnij się, że konfiguracja jest idealna do stylu treningu, którego chcesz użyć i miej kilka dodatkowych krzeseł dla każdego uczestnika szkolenia w ostatniej chwili.
- ☐ **Sprawdź temperaturę pokojową.** Dostosuj ją odpowiednio do liczby osób, które znajdą się w pomieszczeniu i wielkości przestrzeni, którą będziesz zajmować.
- ☐ **Sprawdź sprzęt audiowizualny.** Sprawdź cały potrzebny sprzęt, aby upewnić się, że jest on sprawny.
- ☐ **Sprawdź gniazda elektryczne.** Upewnij się, że wszystkie twoje połączenia są bezpieczne. Nie należy prowadzić przewodów przez chodniki ani przeciążać przedłużaczy.
- ☐ **Sprawdź wyłączniki światła.** Wiedz, które wyłączniki działają, które światła, abyś mógł osiągnąć idealne oświetlenie dla materiałów audiowizualnych i notatek.
- ☐ **Sprawdź sprzęt do zaciemnienia okien.** Upewnij się, że żaluzje lub rolety działają prawidłowo.
- ☐ **Sprawdź ustalenia.** Upewnij się, że masz wszystko, czego potrzebujesz - łącznie z przestrzenią treningową przez cały czas, kiedy jej potrzebujesz.
- ☐ **Rozłóżcie materiały szkolne.** Jeśli będziesz demonstrować narzędzia lub sprzęt, upewnij się, że masz wszystko, czego potrzebujesz.
- ☐ **Rozłóżcie materiały szkoleniowe.** Zdecyduj, czy rozłożyć materiały na stole, aby uczestnicy mogli je odebrać w drodze, czy też położyć je na każdym miejscu.

Są to skuteczne wskazówki do prowadzenia udanej sesji, ale najlepsi trenerzy mają kilka cech, które sprawiają, że są dobrzy w tym, co robią. Pamiętaj o wszystkich rekomendacjach, które otrzymałeś podczas swojego treningu ON-CALL!

