

Ontwikkeld door Ad Schoeman
Bijspingen: Praktijk voor Sport- en
Bewegingseducatie



Optimale Sportieve Talentontwikkeling

WAAR

v.v. DOVO

Sportpark Panhuis

WANNEER

Dinsdagmiddag van 16.00 - 17.15 uur
(onder voorbehoud)

KOSTEN

€ 50 voor 10 trainingen

INSCHRIJFSLUITINGSDATUM

Vrijdag 20 september 2019

START

Dinsdag
24 september 2019



www.bijspingen.nl

Het programma 'Optimale Sportieve Talentontwikkeling' heeft zich laten inspireren door het 'Athletic Skills Model' (wordt gebruikt in de Ajax-jeugdopleiding) en door 'Eco-Coach' (wordt gebruikt in de Heerenveen-jeugdopleiding).

Om een veelzijdige goede voetballer te worden is het belangrijk om naast het voetbal diverse andere sportactiviteiten te beoefenen. Uit onderzoek is gebleken dat topsporters vrijwel allemaal meerdere sporten in hun jeugd hebben beoefend.

Bijspringen wil in samenwerking met v.v. DOVO dit uitdagende programma aanbieden.

WIE

Jongens en meisjes: O.8 / O.9 / O.10 / O.11 / O.12 / O.13

WAT

Het programma 'Optimale Sportieve Talentontwikkeling' (OST). Met voetbal als specialisatie.

HOE

OST duurt tien weken. Maximaal 24 voetballers kunnen aan dit programma deelnemen. Naast voetbalactiviteiten, gericht op balgevoel en souplesse, wordt er veel aandacht besteed aan activiteiten uit andere sporten. Judo, badminton, basketbal, frisbee, turnen en boksen (het sparren) worden gezien als goede donorsporten. Ook wordt er aandacht besteed aan loopscholing.

Thema's als concentratie, motivatie, zelfvertrouwen, weerbaarheid en teamgeest hebben ook een belangrijke plaats in dit programma.

OST maakt gebruik van activiteiten uit andere sporten (donorsporten)

voor opgave en meer informatie
www.bijspringen.nl