

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



Optimale Sportieve Talentontwikkeling

WAAR

v.v. DOVO

Sportpark Panhuis

WANNEER

Maandag- en dinsdagmiddag
van 16.00 - 17.15 uur

KOSTEN

€ 75,- voor 11 trainingsbijeenkomsten

INSCHRIJFSLUITINGSDATUM

Vrijdag 11 september 2020

START

**Maandag 14 en dinsdag 15
september 2020**



www.bijspringen.nl



Optimale Sportieve Talentontwikkeling

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

Gedurende elf weken wordt er naast voetbalactiviteiten, gericht op balgevoel en souplesse, ook aandacht besteed aan activiteiten uit andere sporten. Korfbal, judo, frisbee en boksen (het sparren) worden gezien als goede donorsporten. Ook wordt er aandacht besteed aan loopscholing. Daarnaast heeft het werken aan veerkracht een belangrijke plaats in dit programma.

OST maakt gebruik van activiteiten uit andere sporten (donorsporten)

voor opgave en meer informatie
www.bijspringen.nl