

DE BEWEEGTRAINER

PORTFOLIO



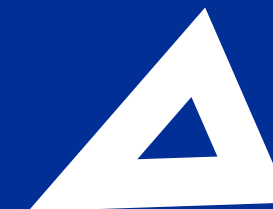
WORKSHOP 'BREED MOTORISCH ONTWIKKELEN'

SC VARSSEVELD

FEBRUARI 2023



WORKSHOP 'BREED MOTORISCH ONTWIKKELEN



SC VARSSEVELD

Deze workshops worden niet alleen georganiseerd voor voetbaltrainers, ook andere jeugdtrainers en belangstellenden van sportverenigingen uit Varsseveld alsook verenigingen uit de gemeente Oude IJsselstreek zijn van harte welkom om deel te nemen. Mede door een bijdrage uit het Lokaal Sportakkoord kunnen deze twee workshops worden georganiseerd.

In de workshop zal BMO uitgelicht worden aan de hand van verschillende praktische methodieken en voorbeelden voor in de praktijk op het veld. Doel van de workshop is om trainers te inspireren en enthousiasmeren over de visie en principes van breed motorisch ontwikkelen.





INHOUD

De Beweegtrainer

De Beweegtrainer zorgt met behulp van breed motorisch ontwikkelen voor een veelzijdig beweegaanbod voor alle jeugdspelers, van beginner tot getalenteerd. De Beweegtrainer zet de principes van motorisch leren in om leren meer motivatie en plezier te laten ervaren. Uit onderzoek van Boekestein (2023) naar de effectiviteit van de beweegspellen is gebleken dat kinderen door deze trainingsvormen meer motivatie en plezier ervaren. De werkende elementen die voor meer motivatie en plezier zorgen zijn het stimuleren van de autonomie, betrokkenheid en de competentie. Daarnaast wordt het plezier vergroot door het creëren van uitdaging, beleving en beloning. De Beweegtrainer biedt veelzijdige beweegspellen aan waarin deze werkende elementen worden verwerkt in een speelse training.

Wat is BMO?

BMO staat voor Breed Motorisch Ontwikkelen. Met een breed motorische ontwikkeling wordt bedoeld dat kinderen veelzijdig leren te bewegen. Hierbij is het belangrijk dat zij alle beweegvaardigheden aan bod komen binnen hun trainingsaanbod. BMO benadrukt dat ieder kind eerst over een brede motorische basis moet beschikken om zich vervolgens meer te richten op één of meerdere specifieke sporten. Kinderen moeten voldoende en gevarieerd bewegen om motorisch vaardig te worden. Aldus moet de zowel de kwaliteit als de kwantiteit van bewegen hoog zijn.

Waarom BMO?

Kinderen spelen amper nog buiten en zitten steeds meer stil. De leefstijl van deze generatie is steeds ongezonder. Voorbeelden hiervan zijn overgewicht op jonge leeftijd, minder motorisch vaardig en slechtziend. De kinderen zijn minder fit dan 35 jaar geleden. Dit komt onder andere doordat zij minder bewegingsonderwijs hebben. Ook hebben kinderen steeds meer kans op blessures omdat zij slecht risico's kunnen inschatten. Kortom is er een grote beweegarmoede onder de kinderen wat komt door te weinig en te eenzijdig bewegen.

Waarom BMO in de talentontwikkeling?

BMO zorgt dus voor meer motivatie en plezier. Hierdoor vinden kinderen het sporten en bewegen leuk en zullen ze dus langer actief en lid blijven bij de sportvereniging. Hierdoor zal er dus minder uitval zijn binnen de georganiseerde sport op latere leeftijden.

Beweegtrainer workshop

In de workshop zal BMO uitgelicht worden aan de hand van verschillende praktische methodieken en voorbeelden voor in de praktijk op het veld. Doel van de workshop is het om trainers te inspireren en enthousiasmeren over de visie en principes van breed motorisch ontwikkelen.

De Beweegtrainer is ook te vinden op Instagram (@beweegtrainer). Hier vind je praktische voorbeelden beweegspellen voor in je eigen praktijk. Volg de beweegtrainer op Instagram: [@beweegtrainer](https://www.instagram.com/beweegtrainer)

Opgeven voor deelname via Whatsapp: Nahrenjo Pelgrim (HJO)



CONTACT INFORMATIE



+31 (0)6 39355614



beweegetrainer@gmail.com



www.beweegetrainer.nl



<https://www.instagram.com/beweegetrainer/>

