

Inspiratiedag Multisport

Een veelzijdig sport-en beweegaanbod creëren

28/01/24 - Gent

spOrta
team


fros
MULTISPORT
VLAANDEREN

Op het programma

4 praktijksessies

BMO en Multisport: Belang? Implementatie? Ondersteuning?

Coach 4 Skills

Rondetafelgesprekken

Nabespreking + winnaar sportstapelen

Vrij napraten

Winnaar sportstapelen



Trainers Cadeaubon
MATERIAAL.BE

Aan	Bedrag
Van	Verwelddatum
Horingscode	

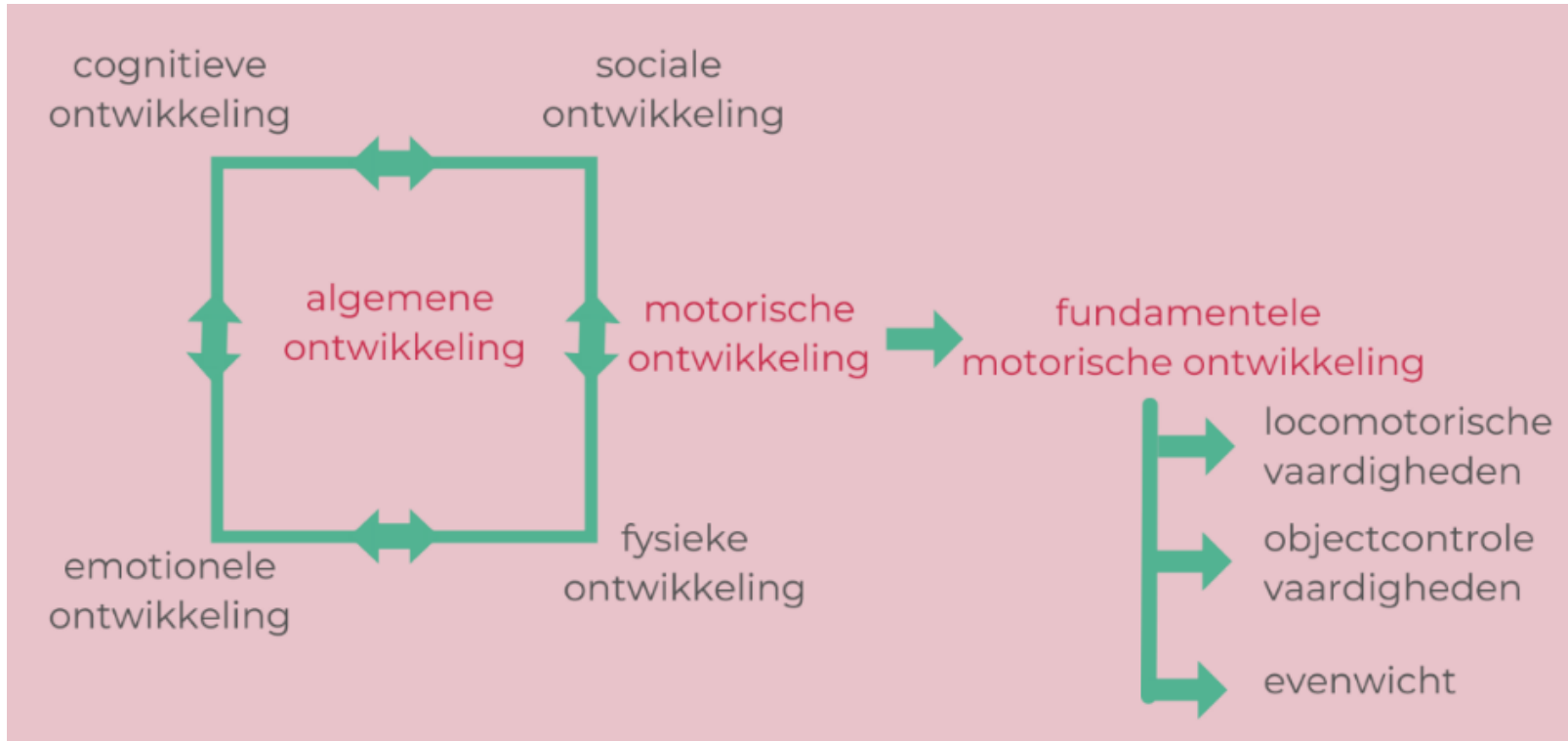
BREDE MOTORISCHE ONTWIKKELING EN MULTISPORT

Wat? Belang? Voordelen?

spOrta
team



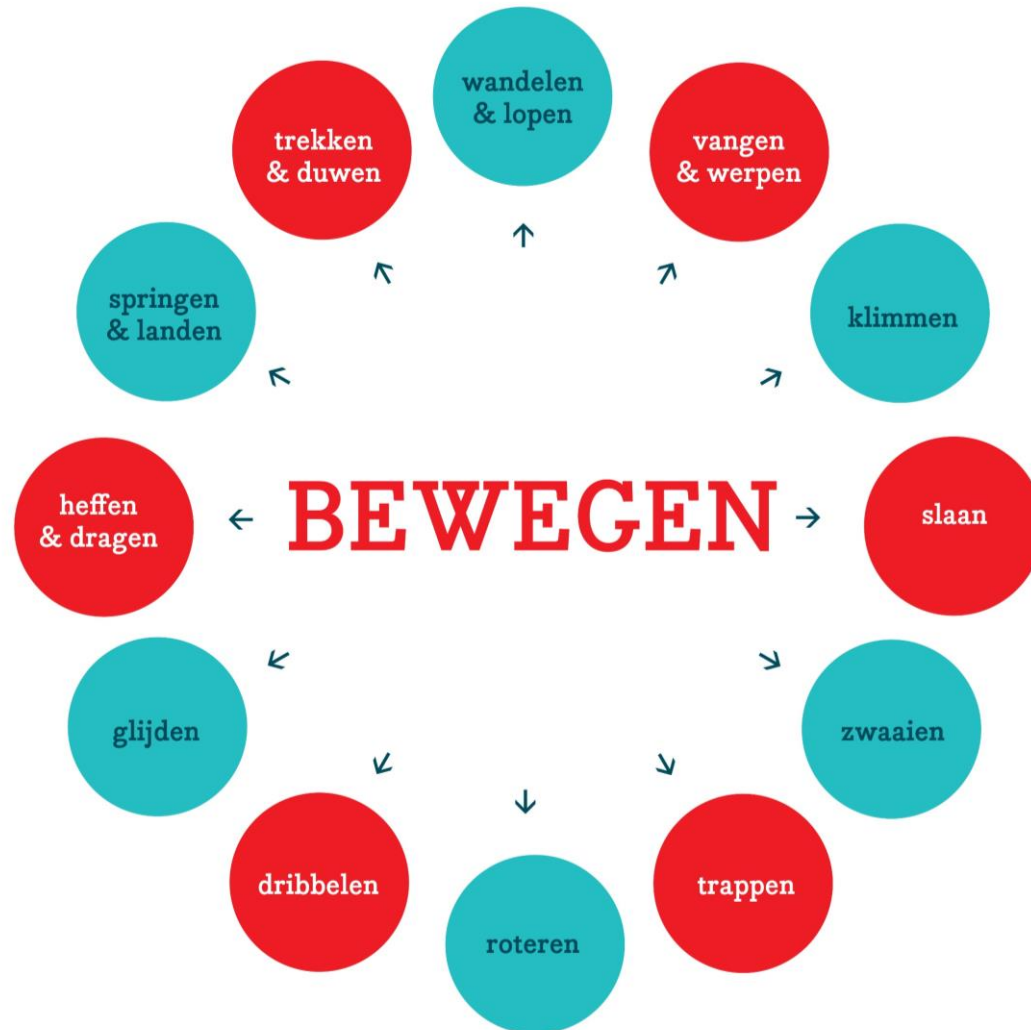
BMO en Multisport



- **Brede motorische ontwikkeling = Het (aan)leren van een grote diversiteit aan goed ontwikkelde motorische basisvaardigheden**
- **Multisportaanbod = Een sport- en beweegaanbod waarbij de ontwikkeling van de brede fundamentele motorische vaardigheden centraal staan.**

Motorische vaardigheden

12 basisvaardigheden voor kleuters en jonge kinderen (3-8j)



Motorische vaardigheden

11 bewegingsfamilies voor lagere school (6-12j)

Locomotorische vaardigheden



wandelen
lopen



klimmen
sluipen
kruipen
klauteren



zwaaien
hangen
slingeren
schommelen



roteren
rollen



Ritmisch en
expressief
bewegen



springen en
landen

Objectcontrole vaardigheden



Vangen
gooien



doelspelen
terugslagspelen



trappen
stoten



heffen
dragen
trekken
duwen

Evenwicht



Belang van veelzijdig bewegen



www.sportateam.be/multi-sporten-kennisbank

Voordelen voor je club (1)

Ledenaantal ↑

- ✓ Instap en kennismaking met je club op jongere leeftijd
(vb. Move BWS Mortsels, www.youtube.com/watch?v=rtSSt6HiGkw)
- ✓ Contact met ouders → ledenbinding, volwassenaanbod
- ✓ Aantrekken van niet-competitieve kinderen
- ✓ Vaardigere sporters → plezier en succeservaring ↑,
blessures ↓ → drop-out ↓

Voordelen voor je club (2)

Vrijwilligers ↑

- ✓ Persoonlijk contact met ouders die meedoen of komen kijken

Sporttechnisch niveau ↑

- ✓ Fundamentele basisvaardigheden ↑
→ technische sportspecifieke vaardigheden ↑



HOE BMO AANBIEDEN?
Organisatorisch? Inhoudelijk?

spOrta
team



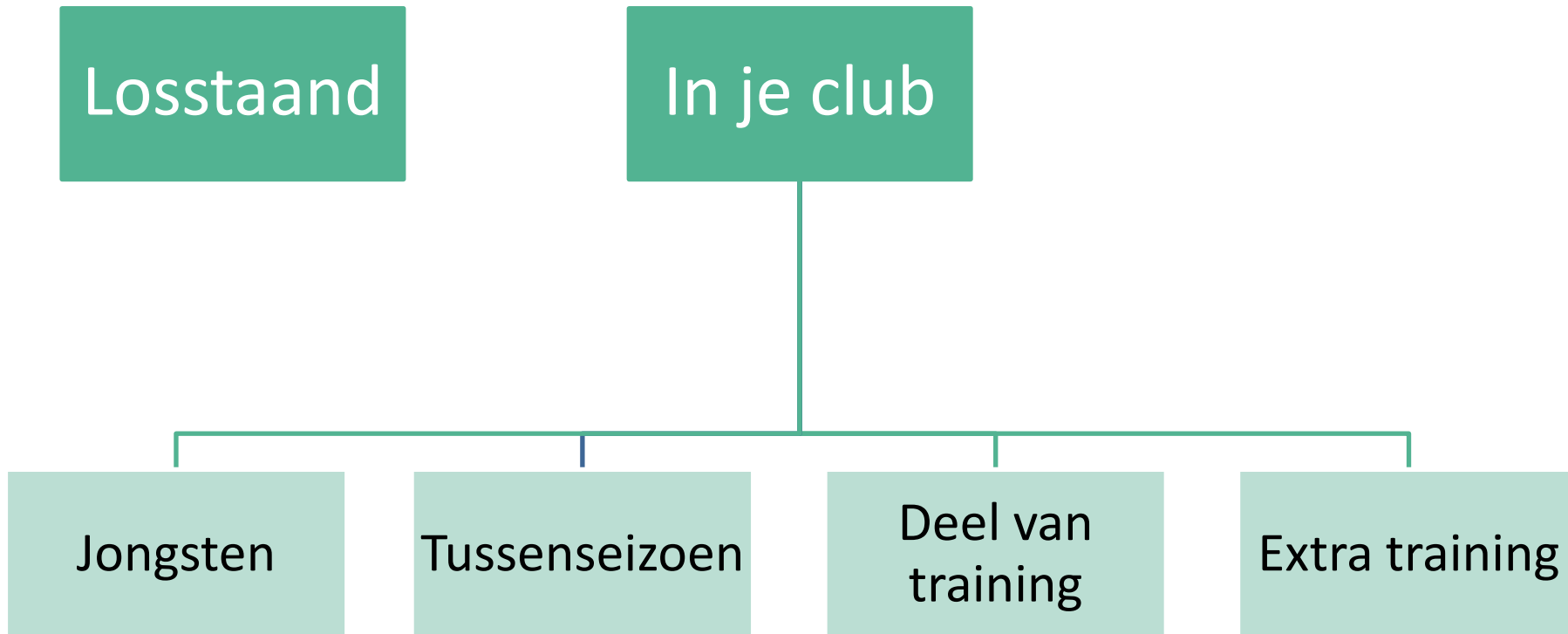
Stappenplan



<https://www.sportateam.be/start-een-multisportaanbod>

Bepaal organisatie (1)

→ ≠ manieren → haalbaarheid: frequentie, moment, ..



Hockeyvereniging Cartouche:

https://www.youtube.com/watch?v=k_FOD2iiJ3w

Waterpolovereniging UZSC

<https://www.youtube.com/watch?v=veYtkZF5wAY>



Bepaal organisatie (2)

Samenwerking

```
graph TD; A[Samenwerking] --- B[gasttrainers]; A --- C[andere clubs]; A --- D[sportdienst, overkoepelende organisatie];
```

gasttrainers

andere clubs

sportdienst,
overkoepelende
organisatie

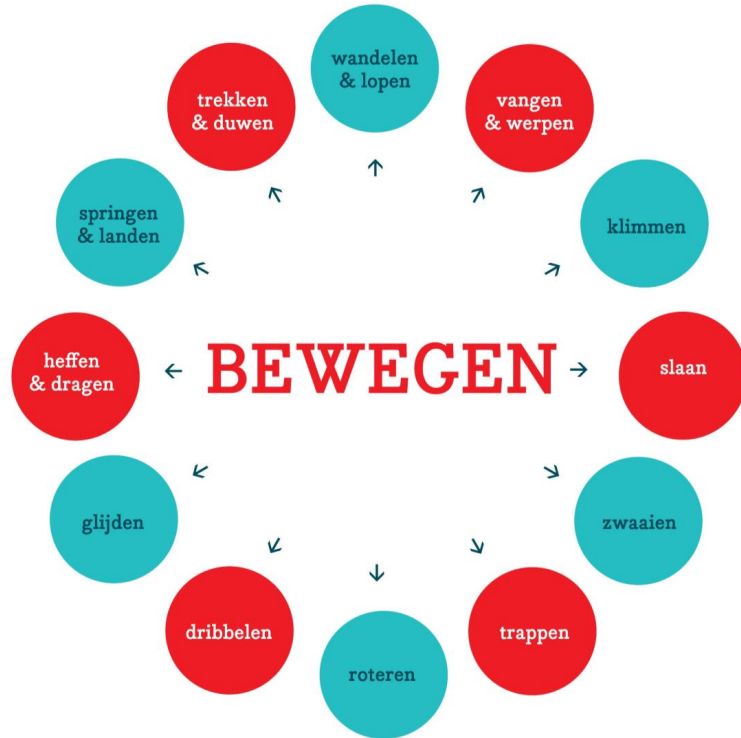


Basketbalclub de Cangeroes:

<https://jeugdjournaal.nl/artikel/2359151-beter-basketballen-door-een-lesje-breakdance>

Bepaal inhoud (1)

ALLE fundamentele motorische vaardigheden:



? *Welke vaardigheden komen niet voor in jouw sportaanbod?*

Bepaal inhoud (2)

→ Maak een periodeplan

8																							
9	Voor kinderen tem 8j:																						
10	BEWEGINGSVAARDIGHEDEN	week 1	week 2	week 3	week 4	week 5	week 6	week 7	week 8	week 9	week 10	week 11	week 12	week 13	week 14	week 15	week 16	week 17	week 18	week 19	week 20	TOTAAL	
11		<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>		
12	wandelen en lopen	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5	
13	klimmen	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5	
14	zwaaien	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	5	
15	rotatie	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	5	
16	glijden	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	5	
17	springen en landen	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	5	
18	vangen enwerpen	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	5	
19	slaan	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	5	
20	trappen	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	5	
21	dribbelen	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	5	
22	heffen en dragen	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	5	
23	trekken en duwen	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	5	
24																							
25	OF																						
26	Voor kinderen vanaf 9j:																						
27	BEWEGINGSFAMILIES	week 1	week 2	week 3	week 4	week 5	week 6	week 7	week 8	week 9	week 10	week 11	week 12	week 13	week 14	week 15	week 16	week 17	week 18	week 19	week 20	TOTAAL	
28		<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>	<i>datum</i>		
29	gooien, vangen en rollen	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5
30	doelspelen en terugslagspelen	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5
31	evenwicht	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5
32	klimmen, klauteren, sluipen en kruipen	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5
33	zwaaien, hangen, slingeren en schommelen	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	5
34	heffen en dragen, trekken en duwen	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	5
35	trappen en stoten	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	5
36	springen en landen	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	5
37	rollen en roteren	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	5
38	gaan en lopen	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	5
39	ritmisch en expressief bewegen	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	5

Bepaal inhoud (2)

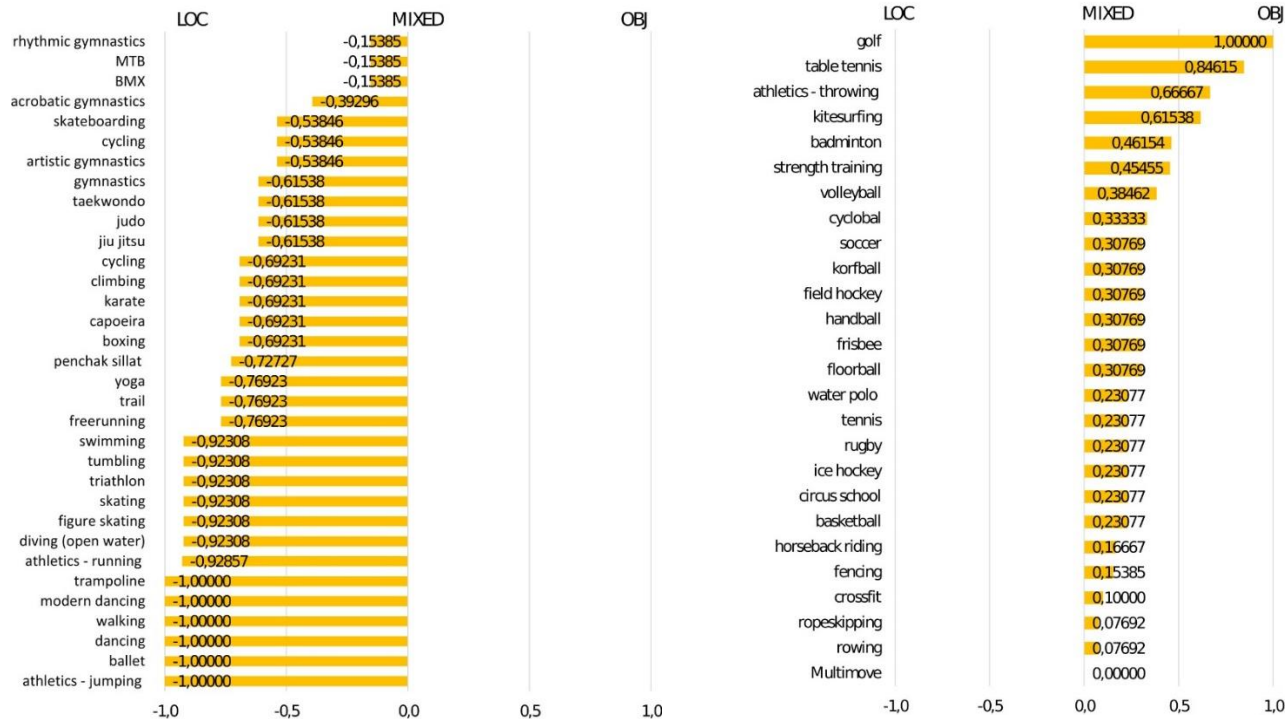
➤ Sporttakoverschrijdend beweegprogramma



Je sportfederatie

Bepaal inhoud (2)

➤ Verschillende sporten (+3)



Promoot – Communiceer - Deel

Jouw kind breedmotorisch laten sporten

Plezier hebben in sporten en bewegen

Makkelijker switchen van sport

Betere bewegens en sporters maken

Trainen van diverse vaardigheden en leren samenwerken

Kids omnispportclub Jojo vzw

Vanaf 5 jaar tot en met 16 jaar

Veelzijdig bewegen, atletische vorming, verdedigingssporten en kennismaking diverse sporten

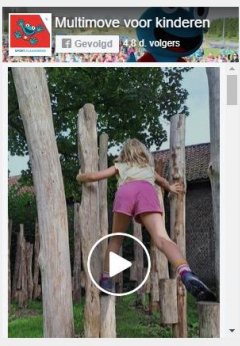
1 of 2 keer per week

Voor meer info: Gerain Manuel - Secretaris Kidsomnisportclub JOJO vzw
 ☎ 0495/82.17.50 @ gerain.manuel@gmail.com
<https://kidsomnisportclubjojo.jouwweb.be>

Multimove

Multimove stimuleert kinderen tussen 3 en 8 jaar om gevarieerd te bewegen. De focus ligt daarbij vooral op de algemene ontwikkeling van de motoriek en minder op sport specifieke bewegingen. De jonge kindertijd is immers een beslissende periode waarin de fundamentele bewegingsvaardigheden worden ontwikkeld en de basis wordt gelegd om later sport specifieke vaardigheden te leren.

Onze club is gestart met dit aanbod bij het begin van het seizoen 2013 - 2014, met een groep van 20 kinderen. Op iets oudere leeftijd kunnen de kinderen aansluiten bij Kingpong, waar ze spelendwijs in aanraking komen met tafeltennis, vooraleer ze effectief aan de technische groepstrainingen deelnemen.



Album: Bewegekamp Beveren 7-11/08 Skilly gaat op tijdreis



BEWEGEhelden

Bewegehelden: dat is een **multi - sportclub** én **STEM - academie** in 1 organisatie.

Wil je leren dribbelen met een basketbal terwijl je op 1 been op een balk balanceert? Of nog beter, wil je je snelheidsrecord verbreken terwijl je rekensommen oplost? **Bij ons ontdek en leer** je alles wat een complete sporter nodig heeft. We laten je kennismaken met **verschillende sporten** en **alle vaardigheden** die daarbij komen kijken. Samen **vergroten** wij zo jouw **motorische schatkit**.

Wil je daarnaast ook kennismaken met verschillende **STEM domeinen**? Dan ben je ook hiervoor bij de Bewegehelden aan het juiste adres. **Programmeren, bouwen, wetenschap, muzische vorming en kunst** komen bij ons aan bod.

Een **Bewegeheldenkamp** is net als een **kindersurprise**: wat er inzit is telkens een verrassing maar lusten doe je het zeker!

ACTIEVE START KLEUTERS '2019 en '2018 zaterdag 10 - 11 uur

dribbelen, glijden, heffen en dragen, klimmen, springtouw, roteren, springen en landen, slaan

sportzaal Sint-Jozefsschool
 Gevaertstraat 18, 1800 VILVOORDE

vangen en werpen, wandelen en lopen, springtouw, trappen, zwaaien, trekken en duwen

In deze groep ligt de focus op de ontwikkeling van de **fundamentele bewegingsvaardigheden** alsook leren ze hun **eerste Rope Skipping vaardigheden** en dit alles op een **speelse manier**.

MAXIMUM 10 KLEUTERS
 Broers en zussen van leden voorrang tot 30 juni
 Meer info en inschrijven zie www.fungy-skip.be

vzw Fungy Skip - ADRES: Jan Moensstraat 66, 1830 Machelen - ONDERNEMING: 0478.233.365 - RPR: Brussel
 www.fungy-skip.be @fungy-skip.be ☎ 02 253 21 68 📧 0494 63 74 29 📞 0679 7340 0585 0885

VAN WELKE ONDERSTEUNING KAN JE GENIETEN?

spOrta
team



Ondersteuning

spOrta
team

fros
MULTISPORT
VLAANDEREN

- ✓ Voordelig aansluittarief: verzekering, administratie
- ✓ Aanspreekpunt – expertencomité - Databank
- ✓ Opleidingen en bijscholingen
- ✓ Sporta jeugdcheck – Fros fonds
- ✓ Oefengids
- ✓ Ondersteuning bij verkrijgen van BMO-erkenning SV



spOrta
team

- ✓ Inspiratiegids: opstart multisportaanbod
- ✓ terugbetaling materiaal, opleiding, lesgeverskost
- ✓ Korting trainersmateriaal, multimovekoffer, ballonnen,



Ondersteuning partners



- ✓ Ondersteuning Multimove
- ✓ Uitleendienst sportmateriaal
- ✓ Financiële ondersteuning trainers
- ✓ Opleiding MM en Coach4Skills



- ✓ Tewerkstelling trainers, coördinatoren, ...



COACH 4 SKILLS

spOrta
team



Coach 4 Skills



- ✓ De VTS-opleiding bij uitstek voor trainers die willen leren hoe ze hun sporters veelzijdig kunnen laten bewegen.
- ✓ Praktijkcursus met focus op 11 bewegingsfamilies.
- ✓ Focus op how to coach en what to coach.
- ✓ 2 pilootprojecten in 2023, definitieve uitrol in 2024.



**VLAAMSE
TRAINERSCHOOL**
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

Coach 4 Skills

4 modules

- ✓ Start 2 coach (15u)
- ✓ BMO – C4S (10u)
 - Introductie tot de opleiding (1u)
 - Multimove (3u)
 - Motorisch leren (6u)
- ✓ Module trainingspraktijken en coaching C4S
 - Leerlijnen diverse bewegingsfamilies (25u)
- ✓ Stage module (10u)

Minstens 16 jaar worden in de loop van het kalenderjaar waarin de cursus start.



**VLAAMSE
TRAINERSCHOOL**
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

Coach 4 Skills

Interesse?

- Cursusplanning 2024 nog niet klaar.
- Mail naar info@sportateam.be
- Ook kandidaat docenten/organisatoren mogen zich melden.

RONDE TafelGESPReKKen EN NETWERKEN

spOrta
team



Thema's

	TAFEL 1	TAFEL 2	TAFEL 3
Ronde 1	Oefenstof inhoud	Lesgevers: werving en opleiding	Ondersteuning
Ronde 2	Oefenstof inhoud	Lesgevers: werving en opleiding	Ondersteuning
Ronde 3	Positionering in club / plaats in beleidsplan	Samenwerkingen	Ledenwerving, promotie

Nabespreking



Evaluatieformulier



Contact



team@sporta.be

www.sportateam.be/multisport

www.facebook.com/sportateam



info@fros.be

<https://fros.be/multisport/>

www.facebook.com/frosmultisport