

ASM-OldStars Sport Trainerscursus



Achtergrond

Uitgangspunt van OldStars is het leveren van een positieve bijdrage van het verenigingsleven aan de levenskwaliteit van ouderen. De spelvarianten geven senioren de mogelijkheid om op hun eigen niveau mee te (blijven) doen in en rondom de sportvereniging. Vanuit het ASM worden beweegvormen ingezet om ouderen fitter, gezonder te maken en te houden en beter te laten bewegen met de inzet van deze spelvormen als middel. Sociale activatie, cognitieve uitdaging en plezier worden gecombineerd middels aangepaste spelvormen. Het ASM dient als basis voor alle aangepaste spelvormen van OldStars. Bewegestrategie René Wormhoudt en zijn team zullen begeleiders en/of trainers opleiden om het ASM toe te passen binnen OldStars Sport.

Op initiatief van het Nationaal Ouderenfonds worden twee cursussen aangeboden. De opstartcursus, ook wel basiscursus genoemd, en als vervolg daarop eventueel de trainerscursus. [Klik hier voor meer informatie over de opstartcursus.](#)



Welke bijdrage levert de trainerscursus?

Na het volgen van de basiscursus is er de mogelijkheid om met een verdiepingscursus (trainerscursus) te worden opgeleid tot ASM-OldStars trainer. Uit ons onderzoek blijkt dat veel trainers en begeleiders de wens hebben om in een training van OldStars Sport te kunnen differentiëren aan de hand van het ASM. Met behulp van deze trainerscursus ontwikkel je een beter inzicht in de doelgroep. Daarbij doe je kennis en vaardigheden op om beweeg- en spelvormen aan de OldStars-training toe te voegen. Je zult ermee bereiken dat iedereen met nog meer plezier meedoet aan de spelvormen en op zijn of haar eigen niveau kan participeren. De onderdelen worden tijdens deze dag besproken en gedemonstreerd.

Via deze cursus word je opgeleid tot ASM-OldStars trainer. Naast de contactmomenten van 12 uur is er ook 12 uur zelfstudie voor huiswerk en voorbereiding. Hiervoor wordt een werkboek met opdrachten uitgereikt.



Voorwaarden en docenten

Om deel te nemen aan de trainerscursus heb je een vooropleiding nodig. Het ASM-OldStars trainerschap is ontwikkeld voor iedereen die in het bezit is van een onderwijsbevoegdheid, diploma fysiotherapie en/of het diploma trainer/coach in een tak van sport dan wel bevoegd is in zijn of haar sport training te geven. De opleiding is complementair aan reeds aanwezige kennis en kunde van de kandidaat in sport en bewegen. Wij adviseren dat de deelnemer minimaal 2 jaar trainerservaring heeft (methodisch en didactisch). Daarnaast is het noodzakelijk dat de deelnemer geschoold is, of zich op korte termijn laat scholen door het doen van een EHBO / AED cursus.

Voor de opleiding ASM-OldStars staat het volgende docententeam klaar:

René Wormhoudt is een van de grondleggers van het Athletic Skills Model en van de innovatieve beweegaccommodaties als de Skills Garden en Playce sportvelden. Hij heeft 24 jaar ervaring met de jeugd en het eerste team van de AFC Ajax, Amsterdam. In de jeugdopleiding heeft hij daar van 2005 tot 2012 de visie van het ASM neergezet. Daarnaast heeft hij ervaringen opgedaan in diverse andere sporten waaronder basketbal, handbal, zwemmen en American Football. Hij is opgeleid als fysiotherapeut en is van 2003 tot juli 2012 conditie-, kracht- en hersteltrainer geweest van



het eerste team van de AFC Ajax en sinds 2012 is hij conditie- en hersteltrainer van het Nederlands elftal (KNVB).

Prof. dr. Geert Savelsbergh is een van de grondleggers van het Athletic Skills Model. Hij is hoogleraar aan de afdeling Bewegingswetenschappen, VU Amsterdam, en lector Talentontwikkeling, Hogeschool van Amsterdam. Hij houdt zich onder ander bezig met perceptueel-motorisch leren en het zoeken naar 'key-indicators' (zoals bijvoorbeeld kijkgedrag; spelinzicht) voor talent-identificatie en -ontwikkeling. Hiernaast heeft hij vele jaren gewerkt als jeugd voetbaltrainer en speciale affiniteit met diverse balsporten waaronder voetbal, tennis, cricket, hockey en golf.

Yordi Vermaat diende zes jaar binnen het Korps Mariniers. Hierna heeft hij de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO Amsterdam) met het predicaat cum laude en als honours student afgerond. De implementatie van de ASM Adaptaball stond centraal in zijn afstudeeronderzoek. Yordi heeft gewerkt als fysieke trainer van judoka's binnen het RTC Noord West en bij VOC Amsterdam (handbal). Nu is hij fysieke trainer bij Kyokushin Karate en rolstoelhockey. Daarnaast opleidingsdocent binnen het CIOS Haarlem/Hoofddorp en werkzaam bij het Athletic Skills Model.

Christian Spekrijse heeft de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO Groningen) gedaan. Hij is werkzaam als trainer/coach op diverse vlakken waaronder schaatsen, fitness, volleybal en hockey. Christiaan heeft ruime ervaring met trainen van ouderen en heeft ASM projecten in het buitenland gedraaid.



Programma/ voorwaarden om deel te nemen en locaties trainerscursus

De actuele cursussen zijn te vinden op www.oldstars.nl/agenda. Opgeven voor een cursus kan middels het digitale aanmeldformulier van de betreffende cursusdag. De cursussen worden op verschillende plaatsen in Nederland georganiseerd in samenwerking met de KNLTB, KNKV, NHV, KNHB, NTTB en Rugby Nederland. Om deel te kunnen nemen aan een cursus dient de begeleider en/ of trainer verbonden te zijn aan een club of vereniging die een samenwerking heeft met het Ouderenfonds via een door het Ouderenfonds goedgekeurd plan. Indien dit niet het geval is, zijn de kosten van de cursus voor rekening van de begeleider/ trainer. Daarnaast kan een begeleider/ trainer niet kosteloos meedoen aan beide cursussen. Voor meer informatie en/of vragen kun je contact zoeken met het OldStars projectteam, via info@oldstars.nl.



Meer informatie

Voor vragen over OldStars Sport kun je contact opnemen met Johan Annema, projectleider OldStars Nationaal Ouderenfonds, via e-mail j.annema@ouderenfonds.nl of telefoon 06 - 144 434 20.

