

Uitnodiging ASM-OldStars instructeur/trainerscursus **OldStars Sport op 14 september en** **28 september 2021 in Almere**

Beste OldStars-trainer en/of -begeleider,

Graag nodigen we je namens het Nationaal Ouderenfonds en Athletic Skills Model (ASM) van harte uit deel te nemen aan de trainerscursus tot ASM-OldStars instructeur. Deze trainerscursus is met name geschikt voor iedereen die als trainer/begeleider actief is of wil worden, binnen een OldStars sportvariant als hockey, handbal, tennis, korfbal, rugby, tafeltennis en/of basketbal. Na het succes van de OldStars opstartcursus wordt nu een vervolg gegeven via deze trainerscursus tot ASM-OldStars instructeur/ 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.

Deze trainerscursus bestaat uit 2 dagen en wordt gehouden op 14 september en 28 september 2021, van 9.30-15.30 uur bij en deze wordt aangeboden door de grondlegger van het ASM, René Wormhoudt. Deze cursus is een initiatief van het Nationaal Ouderenfonds en wordt ondersteund door een 6- tal sportbonden, te weten: *KNLTB, Rugbybond Nederland, NTTB, NHV, KNKV en KNHB*.

Achtergrond OldStars Sport en ASM

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 de ASM-visie worden beweegvormen ingezet om ouderen fitter, gezonder te maken en te houden en beter te laten bewegen. Sociale activatie, cognitieve uitdaging en plezier worden gecombineerd middels aangepaste spelvormen. Dit model dient als basis voor alle aangepaste spelvormen van OldStars. Bewegingstrategie René Wormhoudt en zijn team zullen begeleiders en/of trainers opleiden om het ASM toe te passen binnen OldStars Sport.

Welke bijdrage levert deze trainerscursus en welke ureninzet is er?

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 instructeur. Naast de contactmomenten van 2x6 uur is er ook 12 uur zelfstudie nodig voor huiswerk en voorbereiding. Hiervoor ontvang je een werkboek met opdrachten .

Welke voorwaarden zijn er om deel te nemen en wie is de docent?

Om deel te nemen aan de trainerscursus heb je een vooropleiding nodig. Het ASM-OldStars instructeurschap 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 twee 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:

Rene Wormhoudt is een van de grondleggers van het Athletic Skills Model en van de innovatieve beweegaccommodaties (Skills Garden). Hij heeft 24 jaar ervaring met de jeugd en het eerste team van de AFC Ajax. In de jeugdopleiding heeft hij daar van 2005 tot 2012 de visie van het ASM zelf neergezet. Daarnaast heeft hij ervaring opgedaan in diverse andere sporten als basketbal, handbal, zwemmen en American Football. Hij is opgeleid als fysiotherapeut en is van 2003 tot 2012 conditie- en hersteltrainer geweest van het eerste team van AFC Ajax. Sinds 2012 is hij conditie- en hersteltrainer bij 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 Spekreijse 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.

Hoe ziet het programma van de trainerscursus eruit?

Duur van de cursus	12 contacturen
Tijdstip aanvang	09:00 uur (inloop met koffie/thee) en 09.30 start
Tijdstip einde	15:30 uur
Locatie	Topsportcentrum Almere, Adres : Pierre de Coubertinplein 4, 1362 LB Almere

Accommodaties Besprekingsruimte voor het theoriegedeelte
Binnenhal en eventueel kunstgrasveld buiten, kleedkamer en
douchefaciliteiten.

Vereiste kleding Sportieve kleding en schone sportschoenen voor binnen en
kunstgrasschoeisel voor buiten.

Bij de vereniging kun je gratis parkeren. Het programma van de cursus start om 09:30 uur. Het programma heeft een theoriegedeelte (binnen) en een praktijkgedeelte (buiten). De cursus is zowel van theoretisch als praktisch van aard.

OldStars licentie

Voor het volgen van de trainerscursus ontvang je een certificaat, de OldStars licentie. De accreditatiepunten worden in overleg met de aangesloten sportbonden aangevraagd.

Vragen/aanmeldingen

Aanmelden voor de cursus kan alleen via deze via de inschrijflink op de [OldStars website](#) (zie agenda). Voor inhoudelijke vragen of opmerkingen over de opstartcursus graag contact opnemen met team OldStars Sport via info@oldstars.nl.

Bekijk ook onze FAQ pagina via [deze link](#)

Met vriendelijke groeten,

Het Nationaal Ouderenfonds en ASM

Achtergrondinformatie

Over ASM en ouderen

Praktische en wetenschappelijke kennis en achtergronden bieden handvatten om het ASM toe te passen in trainings- en oefenprogramma's. Gestructureerd veelzijdig bewegen is niet alleen leuk maar ook gezond. Als ouderen bewegen is het vaak eenzijdig. In de visie van het ASM staat het aanpassingsvermogen centraal en zijn lichaam en geest te onderscheiden, maar zeker niet, te scheiden. Bewegen en het brein lijken totaal verbonden aan elkaar. Wanneer ouderen bewegen associëren met plezier ontstaat een positieve invloed op meer deelname aan de maatschappij en voorkomen of doorbreken van sociaal isolement. In de opleiding is aandacht voor de veranderingen die ontstaan door ouder worden en de gevolgen voor de fitheid, gezondheid en voor beweegvormen. Door kennis te verbinden aan oefenstof, spelvormen of activiteiten kunnen programma's worden onderbouwd voor elke sport, activiteit of individu. Uiteindelijk is het voor deze doelgroep zeer belangrijk dat je goed kan differentiëren met oog op het niveau, de ambitie en gezondheid.

ASM van René Wormhoudt als cruciale pijler van programma OldStars

In december 2006 introduceerde René Wormhoudt het Athletic Skills Model (ASM) bij de jeugdopleiding van Ajax, een model dat afkomstig is van zijn eigen tekentafel. Het model is nooit meer weggegaan op sportpark de Toekomst. Datzelfde model gebruikt hij als leidraad voor zijn inzet als OldStars-trainer bij de uitrol van OldStars Walking Football In Nederland. Samen met voetbalprofessor Geert Savelsbergh publiceerde hij diverse artikelen en 2 boeken.

De opstartcursus voor OldStars Sport is nu 2 jaar geleden gestart. Deze opstartcursus wordt nog steeds gegeven door Bart Logchies en Rene Wormhoudt en geeft toekomstige trainers en begeleiders nieuwe inzichten in manieren van bewegen die passen bij de kernwaarden van het concept.

Wilt u meer weten [klik hier](#) voor dit interview van Rene voor het Ouderenfonds op:

<https://oldstars.nl/asm-model-van-rene-wormhoudt-cruciale-pijler-van-programma-oldstars/>