VZW SPORTAKUS
www.sportakus.be

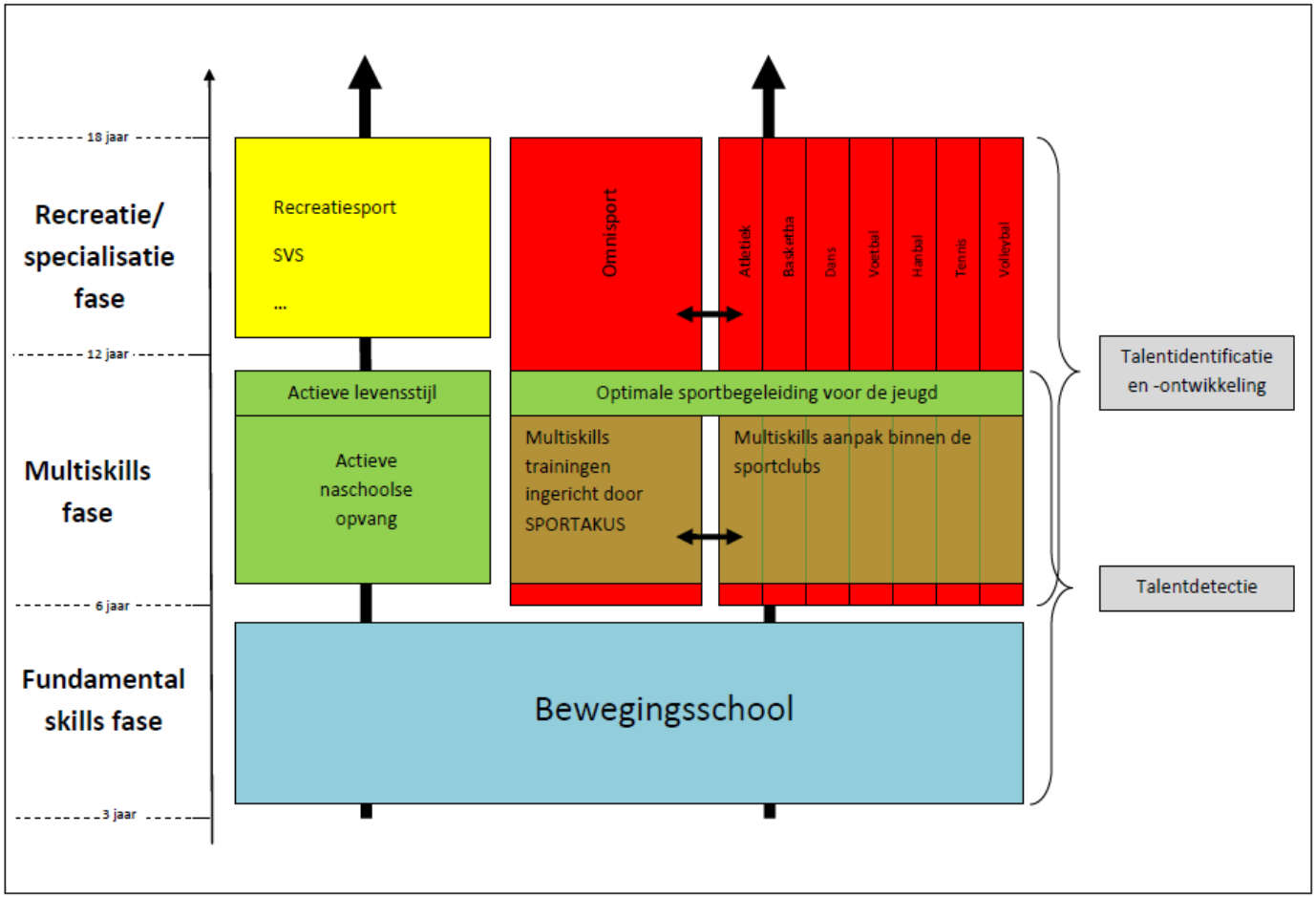
Doelstellingen

Doelstellingen SPORTAKUS, opgenomen in het sportief model van SPORTAKUS en vertaald in verschillende projecten:

1) Actieve levensstijl en een levenslange, gezonde sportbeoefening.

2) Begaafde/getalenteerde kinderen bijstaan in de ontwikkeling van hun talent(en).

SPORTAKUS: model



Sportief model VZW SPORTAKUS naar het Developmental model of Sports Participation (DMSP) door Coté et al. (2007)

Fundamental skills fase (3-6 jaar)

- Ontwikkeling fundamentele bewegingsvaardigheden belangrijke factor bij het al of niet deelnemen aan fysieke activiteiten (Stodden et al., 2008)
- Aanleren/stimuleren van fundament bewegingsvaardigheden a.d.h.v. bewegingsparcours
- Vaardigheids-ABC bij kinderen tot 6 jaar

KATHOLIEKE UNIVERSITEIT LEUVEN

KATHO
KATHOLIEKE HOGESCHOOL ZUID-WEST-VLAANDEREN
ASSOCIATIE K.U.LEUVEN

Fundamental skills fase

- Project **“bewegingsschool”**

Wat doet SPORTAKUS?

- Uitdagende bewegingsomlopen ter bevordering motorische ontwikkeling
- Inhouden bewegingsomlopen analyseren
- Digitale omlopenbouwer

Maatschappelijke relevantie?

- Ontwikkeling fundamentele motorische vaardigheden basis voor verdere sportontwikkeling
- Participatie ouders bevordert transfer naar thuisomgeving

Multiskills fase (6-12 jaar)

Binnen de multiskills fase:

Optimale sportbegeleiding voor de jeugd: **project “talentidentificatie en ontwikkeling”**

- Verbeteren van basismotorische vaardigheden bij talentvolle en minder talentvolle kinderen

Multiskills fase: optimale sportbegeleiding voor de jeugd

- Project **“Talentidentificatie en – ontwikkeling”**

Wat doet SPORTAKUS

- In twee jaar ± 800 kinderen getest
- Multiskills trainingen (Kracht, lenigheid, snelheid, uithouding en coördinatie) afgestemd op resultaten testen: link
- Tekorten remediëren of talenten uitbuiten

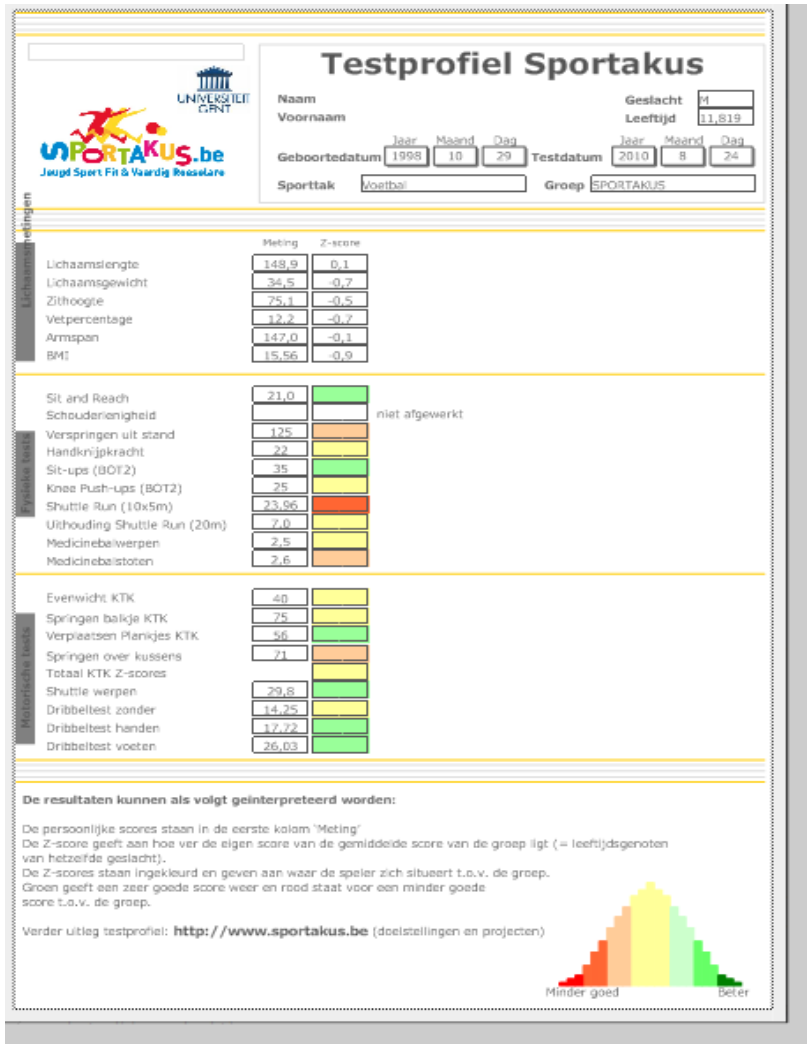
Maatschappelijke relevantie

- Zwakkere en sterkere eigenschappen bij elk kind opsporen
- Breedmotorische opleiding promoten tot 12 jaar
- Eigenschappen stimuleren en verder ontwikkelen a.d.h.v. multiskills trainingen

Multiskills fase: optimale sportbegeleiding voor de jeugd

- Project **“Talentidentificatie en – ontwikkeling”**
  - Testresultaten uitgezet op profielkaarten
    - Morfologie, fysieke fitheid en lichaamscoördinatie
    - Aan de hand van kleurencodes
    - Relatieve resultaten t.o.v. leeftijdsgenoten van hetzelfde geslacht

Multiskills fase: optimale sportbegeleiding voor de jeugd



UNIVERSITEIT GENT

SPORTAKUS.be
Jeugd Sport Fit & Vaardig Beveiaere

Testprofiel Sportakus

Naam					Geslacht	M	
Voornaam					Leeftijd	11,819	
	Jaar	Maand	Dag		Jaar	Maand	Dag
Geboortedatum	1998	10	29	Testdatum	2010	8	24
Sporttak	Voetbal			Groep	SPORTAKUS		

		Meting	Z-score
Lichaamsmetingen	Lichaamslengte	148,9	0,1
	Lichaamsgewicht	34,5	-0,7
	Zithoogte	75,1	-0,5
	Vetpercentage	12,2	-0,7
	Armspan	147,0	-0,1
	BMI	15,56	-0,9
Fysieke test	Sit and Reach	21,0	
	Schouderlenigheid		niet afgewerkt
	Verspringen uit stand	125	
	Handknijpkracht	22	
	Sit-ups (BOT2)	35	
	Knee Push-ups (BOT2)	25	
	Shuttle Run (10x5m)	23,96	
	Uithouding Shuttle Run (20m)	7,0	
	Medicinebalwerpen	2,5	
	Medicinebalstoten	2,6	
Motorische test	Evenwicht KTK	40	
	Springen balkje KTK	75	
	Verplaatsen Plankjes KTK	56	
	Springen over kussens	71	
	Totaal KTK Z-scores		
	Shuttle werpen	29,8	
	Dribbeltest zonder	14,25	
	Dribbeltest handen	17,72	
	Dribbeltest voeten	26,03	

De resultaten kunnen als volgt geïnterpreteerd worden:

De persoonlijke scores staan in de eerste kolom 'Meting'
De Z-score geeft aan hoe ver de eigen score van de gemiddelde score van de groep ligt (= leeftijdsgenoten van hetzelfde geslacht).
De Z-scores staan ingekleurd en geven aan waar de speler zich situeert t.o.v. de groep.
Groen geeft een zeer goede score weer en rood staat voor een minder goede score t.o.v. de groep.

Verder uitleg testprofiel: **http://www.sportakus.be** (doelstellingen en projecten)

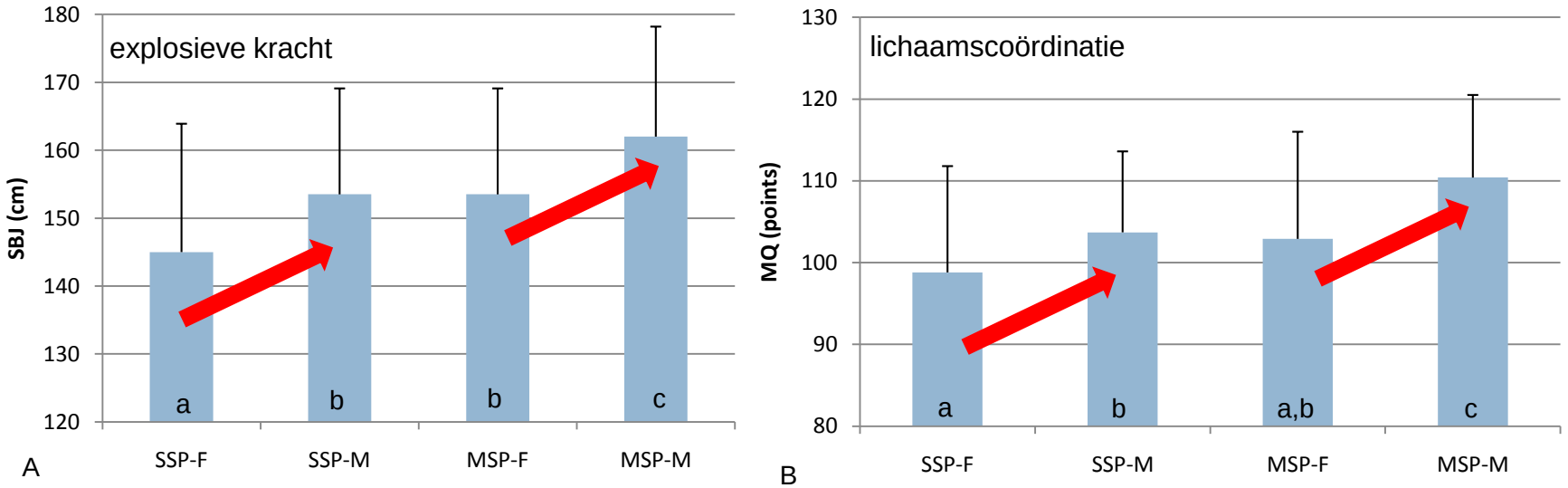
Recreatie/specialisatie fase (12-18 jaar)

Via “fundamental skills fase” en “multiskills fase”: sportparticipatie op eigen niveau → maximale succesbeleving

- competitieve sportbeoefening in clubverband
  - Specialiseren in één sport
  - “talentvolle” sporters
- recreatieve sportbeoefening
  - FUN, plezierbeleving, gezondheidsbevorderend
  - In het verlengde van multiskills fase

Sportief model SPORTAKUS wetenschappelijk onderbouwd

208 jongens: leeftijdscategorie 10-12 jaar



Figuur 1 A,B: verschillen in (A) explosieve kracht (staande vertesprong in cm) en (B) groot-motorische lichaamscoördinatie (score op 4 coördinatietests in points) tussen kinderen die 1 sport beoefenen en weinig uren/week (SSP-F), kinderen die 1 sport beoefenen en veel uren/week (SSP-M), kinderen die meer dan 1 sport beoefenen en weinig uren/week (MSP-F) en kinderen die meer dan 1 sport beoefenen en veel uren/week (MSP-M). [1]

Groepen met verschillende lettertekens (a,b,c) verschillen significant van elkaar ($p<0.05$).

[1] *Uit Fransen J, Pion J, Vandendriessche J, Vandorpe B, Vaeyens R, Lenoir M & Philippaerts R. The difference in physical fitness and gross motor coordination between sampling and specializing boys aged 6-12.*

Sportief model SPORTAKUS wetenschappelijk onderbouwd

- Resultaten uit wetenschappelijk onderzoek UGent tonen aan…
  - Belang grootmotorische coördinatie voor alle (sportief of niet-sportief) kinderen van 6 tot 12 jaar
  - Vóór 12 jaar: veelzijdig motorisch opleiden i.p.v. vroegtijdig specialiseren

Dit is in overeenstemming met het sportief model van VZW SPORTAKUS

Overkoepelende projecten/realisaties

- **<u>Projecten in samenwerking met ziekenhuizen Roeselare</u>**
  - Sportmedische vragenlijst
  - Promotie van gezonde voeding (start 2011-2012)

- **<u>Opleiding en sensibilisering</u>**
  - Opleidingsdag leerkrachten basisonderwijs in het kader van actieve naschoolse opvang (start 2011-2012)
  - Symposia en ontmoetingsavonden voor leerkrachten/schooldirecties/ouders/trainers/medici

Referenties

- Côté J, Fraser-Thomas J. The health and developmental benefits of youth sport participation. In: Crocker P (ed.). Sport psychology: A Canadian perspective. Toronto: Pearson, 2007: 266-94.
- Fransen J, Pion J, Vandendriessche J, Vandorpe B, Vaeyens R, Lenoir M & Philippaerts R. The difference in physical fitness and gross motor coordination between sampling and specializing boys aged 6-12.
- Matthys S, Fransen J, Vaeyens R, Lenoir M & Philippaerts R. Specialization in youth team handball: maturity related differences by playing position.
- Stodden DF, Goodway JD, Langendorfer SJ, Robertson MA, Rudisill ME, Garcia C, Garcia LE. A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. Quest 2008: 60: 290-306.