

31.01.2024

GEZOND & ETHISCH SPORTEN

Hoorzitting Commissie Sport



Who **We** Are

3^{de} 
GROOTSTE FEDERATIE

312 
CLUBS

350.000

SUPPORTERS

119.078

LEDEN

19.500

VRIJWILLIGERS

50
MEDEWERKERS



To Discuss

1 OPVOLGING
ONDERZOEKSRAPPORT

2 ONZE INITIATIEVEN
TERUGBLIK 2023

3 ONZE INITIATIEVEN
VOORUITBLIK 2024

4 TOPSPORTWERKING
TOESTELTURNEN MEISJES

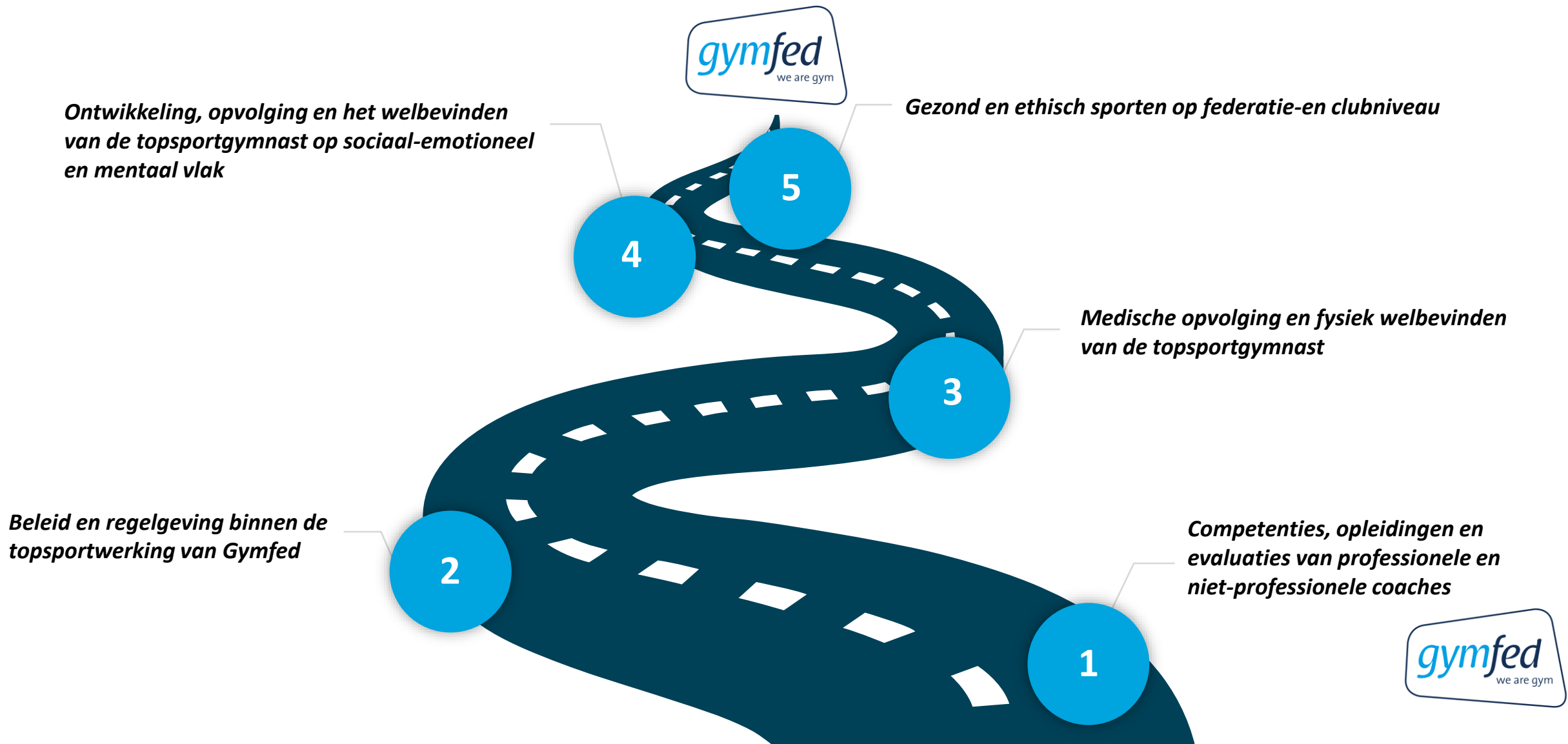


OPVOLGING ONDERZOEKSRAPPORT

Van aanbevelingen naar actieplan naar structurele verankering



Thema's



Focuspunten

Rode draad doorheen het actieplan en onze volledige werking

sporter staat centraal



GYMFED
**Sport
model**

Het Gymfed-sportmodel

Langetermijnvisie over opleiding en begeleiding van sporters volgens hun noden, wensen en ontwikkeling

7 verschillende fasen

Kenmerken van de sporter - aandachtspunten

Fysiek, mentaal, sportspecifiek, trainingscontext

www.gymfedsportmodel.be

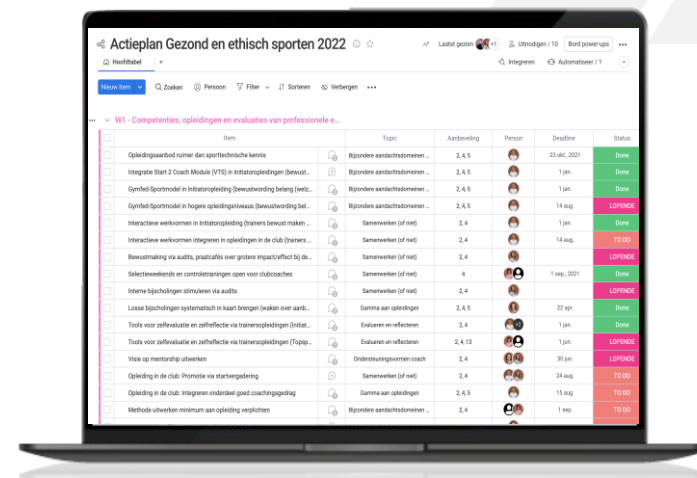


Opvolging actieplan

Globale actielijst als basis voor jaaractieplan.

Voor elk thema wordt een jaarplan opgemaakt.

Opvolging via online tool die op een overzichtelijke manier weergeeft wat de federatie plant, wie waarvoor verantwoordelijk is, welke de gemaakte vooruitgang is en op welke aanbeveling elke actie werkt.



Opvolging actieplan



Continue opvolging, aanvulling en bijsturing door Gymfed en taskforce.

Periodieke terugkoppeling naar de expertencommissie.

Externe communicatie over onze initiatieven.

Herstel en integratie

Dit thema werd niet opgenomen binnen de thematische werkgroepen.

Om het proces van herstel en integratie te begeleiden op een neutrale, onafhankelijke en professionele manier werd de Interactie-Academie ingeschakeld.

Verskillende hersteltrajecten werden opgestart en liepen volgens verschillende snelheden.

Periodieke terugkoppeling over procesverloop naar taskforce en expertencommissie.





TERUGBLIK 2023

Topsport

TOPSPORTER

- Visie traject: club > regio > Gent
- Jaarkalender voor atleet/ouder
- Begeleiding/voorbereiding instroom naar Topsportschool Gent
- Koppeling Gymfed-sportmodel



STAF & OMKADERING

- Door-ontwikkeling werking IDT: systeem verkeerslicht, interne communicatie
- HR-cyclus
- Procedures/draaiboeken in functie van veiligheid



OUDERCOMITÉ & ATLETENCOMMISSIE

- Ouder voor ouder: infosessies
- Atleet voor atleet: sociaal-emotionele vaardigheden



UITSTROOMBELEID

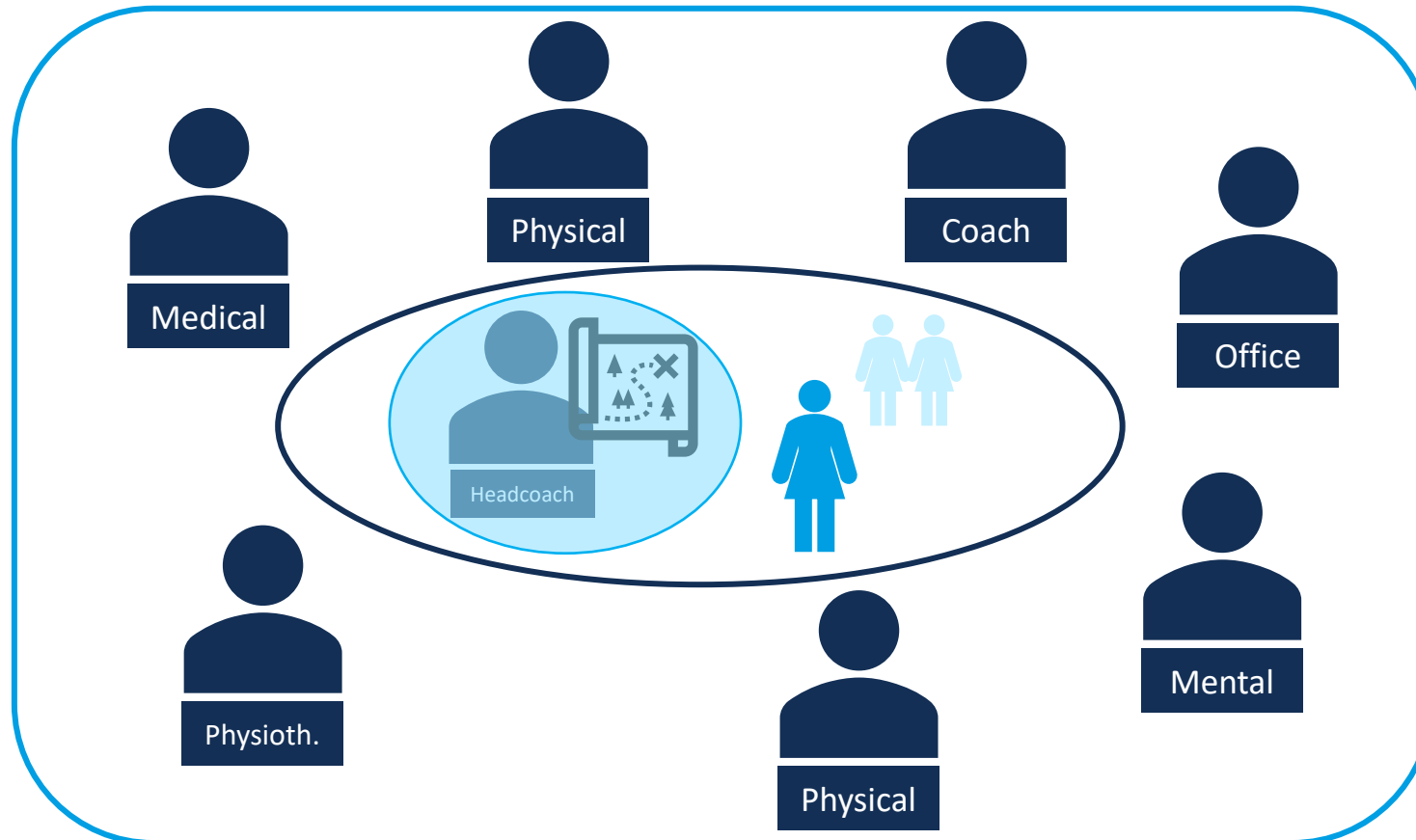
- Door-ontwikkeling uitstroombegeleiding
- Opstart: begeleiding bij twijfel



IDT members

STARTING POINT =
OPTIMAL PERFORMANCE STATE

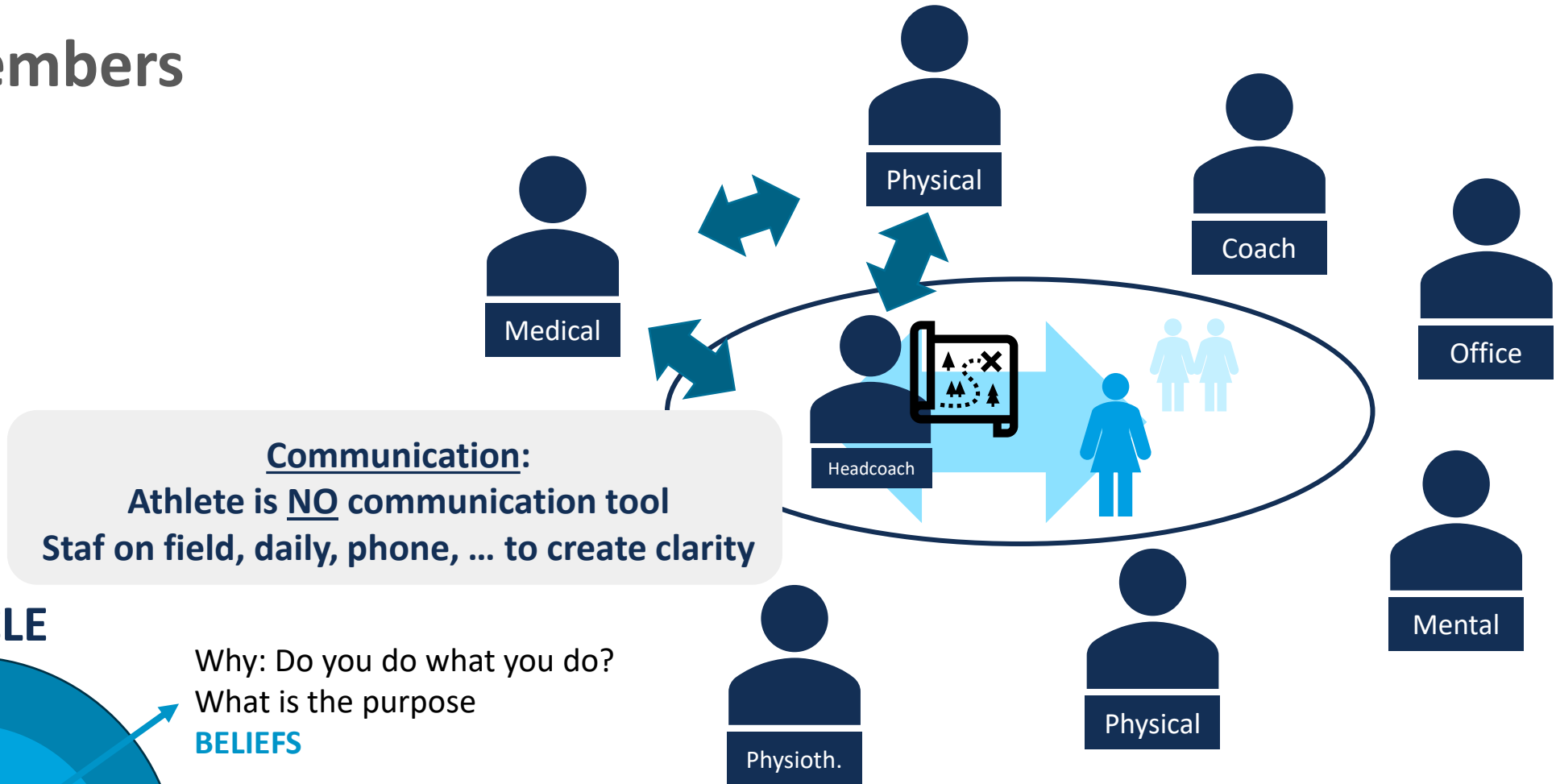
TRAIN TO COMPETE TRAIN TO WIN



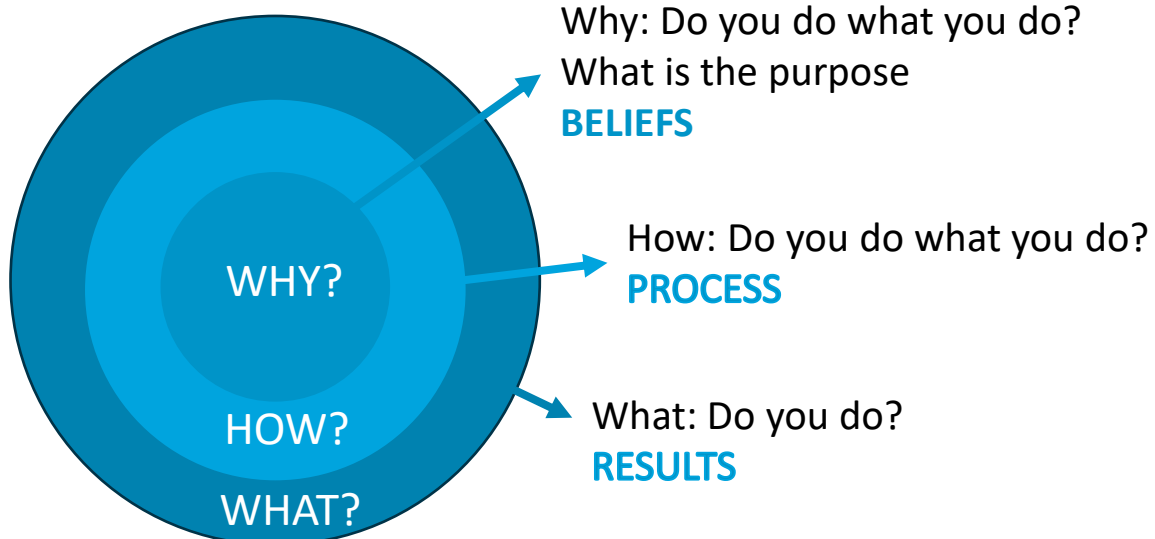
Specific organisation and
role for each team
member

- More/less time involved
- More/less key role in daily process of athlete
- More/less connectivity with team members
- Operational involved vs. Observation 'from a distance' (monitoring)
- ...

IDT members



GOLDEN CIRCLE



RESULTS



GYMNAST

ATLEET

PERSOON

Carrière Sport

Carrière Job

Daily Life

HIGH PERFORMANCE

OWNERSHIP

HEALTHY & FIT

ANTI-FRAGILE & INTERACTIVE

Contact moments

Daily on field

Weekly meeting specific area

Gymnastics

Physical/medical

Monitoring the program: adjustments, reflection, feedback,... (day-week)

Programming: content training, planification athletes/group, staff planning, ...

Monthly meeting specific area

Nutrition/body

Well-being

Meeting: 6 weeks

Monitoring total program of athlete

Monitoring total group of athletes > month-year program

Reflection of team work

AD HOC – SPECIFIC CASE



Federatiebreed

- ✓ **Totale sporter centraal**

Project dat onze clubs en trainers sensibiliseert, informeert en opleidt omtrent de mentale begeleiding van sporters.
- ✓ **Symposium Safe Sport**

Internationaal symposium safe sport als side event van het WK turnen in Antwerpen.
- ✓ **Ethische adviesorgaan**

Van taskforce naar ethisch adviesorgaan – structurele verankering opvolging rapport.
- ✓ **Ondersteuning club-API's**

Extra ondersteuning voor onze club-API's: handleiding, aanspreekpunt en opleidingen.
- ✓ **Uittreksel strafregister**

Praktische uitrol richting clubs.
- ✓ **Opleidingsvisie**

Met focus op (minimum)opleiding en levenslang leren.
- ✓ **VTS-opleidingen**

Integratie tools mentale ontwikkelingslijn en visie Gymfed-sportmodel in de verschillende cursussen.




Gymnastiekfederatie Vlaanderen · Volgen
50 ·

Wat willen jouw gymnasten bereiken op lange termijn?  DAT is de vraag die je jou als trainer dient te stellen! Wat is er nog allemaal belangrijk bij het coachen van  jonge gymnasten? Je hoort het komende maandag in de nieuwe  podcast met Josie Surmont!

 Zet je reminder voor maandag 4 september zodat jij als eerste deze boeiende podcast kan beluisteren via jouw favoriete platform of YouTube 

#wearegym #gymfedsportmodel #detotalesportercentraal





“

"HET GAAT NIET OVER WAT IK WIL BEREIKEN ALS TRAINER, MAAR WAT WIL DE GYMNAST OP LANGE TERMIJN BEREIKEN?"

- JOSIE SURMONT

DE TOTALE SPORTER CENTRAAL


HOE VOEL JIJ JE VANDAAG?

START & EINDIG JE TRAINING MET EEN CHECK-IN & CHECK-OUT!




wearegym

 **wearegym** • Pols jij naar het gevoel van je  gymnasten bij aanvang van een training? Dat is namelijk heel waardevol! Benieuwd hoe dan?  Ontdek er alles over in het nieuwste artikel op www.gymfedsportmodel.be 

 Ook benieuwd naar de check-in/check-out kaarten? Volg één van de opleidingen 'De totale sporter centraal' en krijg jouw kaartendeck op het einde van de sessie!
#wearegym #gymfedsportmodel #detotalesportercentraal

3 w.









“

"GOED PRESTEREN IS VEEL MEER DAN DE SCORE OF DE RANKING OP DE WEDSTRIJD."



EEN CHECK-OUT IS EEN POSITIEVE MANIER OM EEN TRAINING AF TE RONDEN

SWIPE VOOR INSPIRATIE 





wearegym

 **wearegym** • Hoe rindig jij jouw trainingen?  Dit is namelijk een belangrijk moment om even in te checken met jouw sporters! Hoe is de training verlopen vandaag? Hoe kijken ze op naar de volgende trainingen? We geven je graag wat inspiratie hoe jij jouw trainingen op een positieve noot kan afronden 

 Benieuwd naar meer? Ontdek het in de nieuwe opleidingen 'De totale sporter centraal' op www.gymfedsportmodel.be
#gymfedsportmodel #wearegym #detotalesportercentraal

2 w.





 ruthfrancois en 87 anderen vinden dit leuk
24 AUGUSTUS

 Een opmerking toevoegen...



"Het gaat niet over wat wil ik bereiken als trainer maar wat wil de gymnast op lange termijn bereiken?"

Het doel van mij als trainer is sterke gymnasten vormen (zowel mentaal als fysiek) zodat ze op latere leeftijd mooie prestaties kunnen leveren. Het behalen van een Belgische titel met een 10-jarige gymnast is voor mij niet per se het doel. Naar een wedstrijd gaan met jonge gymnasten is zoals de loterij. Op jonge leeftijd leren gymnasten nog omgaan in de wedstrijdsetting en dat is een leerschool. Gymnasten moeten zichzelf leren kennen in een wedstrijdsetting en dat vraagt tijd. Ik wil hen als coach vooral zo goed mogelijk vormen om hun doelen op lange termijn te kunnen realiseren.

"1/3 makkelijk - 1/3 neutraal - 1/3 uitdagend is voor mij de juiste verhouding om een training samen te stellen."

Wat is streng? Wat is niet streng genoeg? Wat is aangenaam voor gymnasten? Wat werkt motiverend? Als trainer van competitiegymnasten ben je constant op zoek naar de juiste balans om je gymnasten op een motiverende manier te begeleiden.

Volgende tip van Josie is goud waard:

1/3 van de training kunnen de gymnasten met plezier en gemak de oefeningen uitvoeren.
1/3 van de training is neutraal en focust op het onderhouden van basiselementen en opbouw van nieuwe oefeningen.
1/3 van de training is pittiger en daagt de gymnast uit om zijn/haar grenzen op een veilige manier te verleggen.

Als je deze verhouding als trainer in je achterhoofd houdt, heb je een juiste balans.

Benieuwd naar meer concrete tips en inzichten?
Beluister de volledige podcast op [Spotify](#) of [Youtube](#).



donderdag 27 apr. 2023

Jouw gymnasten met vertrouwen laten presteren op wedstrijd - deze tips had je eerder willen weten

[Lees meer](#)



donderdag 20 apr. 2023

Bouwen aan sterke sporters - hoe dan?

[Lees meer](#)



maandag 16 jan. 2023

Tips en tricks om op een gepaste manier om te gaan met jouw resultaten

[Lees meer](#)

Realisaties 2023



DE TOTALE SPORTER CENTRAAL

Grijp deze unieke kans en schrijf je nu in voor deze opleiding

Realisaties 2023

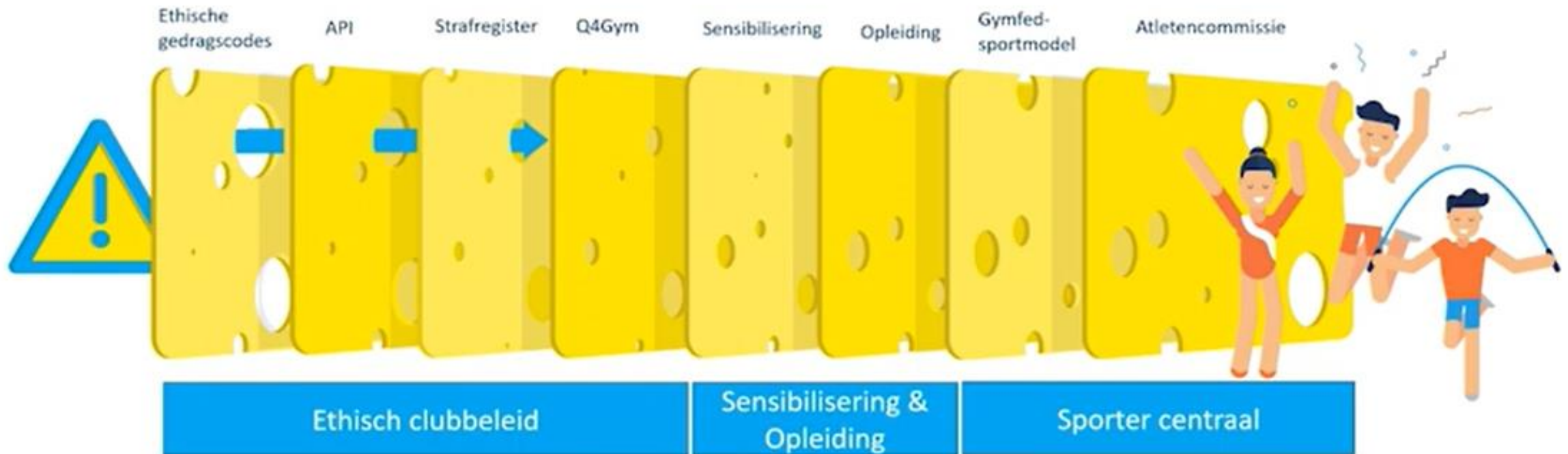


VIDEO OPLEIDING
TOTALE SPORTER



Gezond & ethisch sporten

Swiss cheese model ifv preventief ethisch beleid





ONZE INITIATIEVEN VOORUITBLIK 2024

Topsport

TOPSPORTER

- Route richting eigenaarschap: proces vanuit jeugdopleiding richting senioren
- Richtlijnen combinatie: sport-school-sociaal
- Selectietraject rekening houdend met Gymfed-sportmodel en groei



STAF & OMKADERING

- Verdere coaching en opleiding van de staf
- Monitoring van de IDT werking: met focus op de holistische loadmonitoring



JEUGDOPLEIDING

- Uitrollen vernieuwde jeugdopleiding met aandacht voor lokale begeleiding en atleet centraal



Federatiebreed

TOTALE SPORTER CENTRAAL

Vervolg van het project met focus op activatie en opleiding van de trainers omtrent de mentale begeleiding van sporters.



ETHISCH ADVIESORGAAN

Verdere uitrol ethisch adviesorgaan (proactieve rol).



ETHISCH CLUBBELEID

Clubbestuurders (verder) bewust maken van een goed ethisch clubbeleid.



OPLEIDINGSSTRUCTUUR

Herwerking opleidingsstructuur met Gymfed-sportmodel als basis



KADERWEEKEND

Focus op positieve coachingstijl en aanbod sessies in verschillende domeinen van Gymfed-sportmodel



Gezond en ethisch sporten binnen Gymfed

In de afgelopen jaren en maanden heeft Gymfed heel wat inspanningen geleverd die:

mee de basis vormen voor een gezond, ethisch en veilig (top)sportklimaat.

bijdragen aan een (top)sportcultuur waarbinnen het mentale en fysieke welzijn van de gymnast centraal staat en prioriteit geniet.

Heel wat acties werden afgerond, heel wat acties blijven permanent lopen en werden structureel verankerd binnen onze federatiewerking.





Ons engagement

Ons werk is niet af en zal nooit af zijn. We zullen er permanent over waken dat de sporters centraal staan en dat hun mentale en fysieke gezondheid gewaarborgd wordt, het actieplan helpt ons daarin.

We bouwen met ons sportmodel aan sporters die zowel fysiek als mentaal sterk staan, die plezier beleven aan hun sport en die trots en tevreden op hun periode als sporter kunnen terugkijken.



TOPSPORTWERKING TOESTELTURNEN MEISJES



**CULTUUR
ORGANISATIE**

PRESTATIE



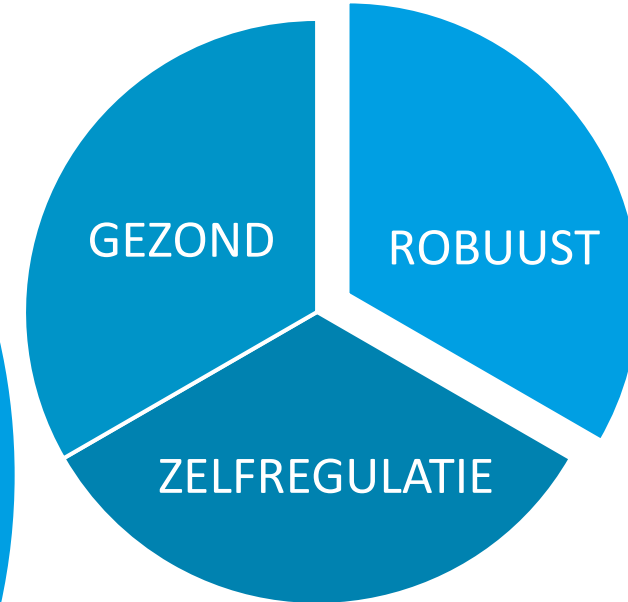
GYMNAST

ATLEET

PERSOON



**PERFORMANTE
ATLETEN**



Ad interim headcoach: Ulla Koch

Match sportieve doelstellingen: mondiaal niveau

Match begeleiding van onze atleten

Persoonlijke en volwassen aanpak > eigenaarschap van de atleet

Mentale en pedagogische ervaring en vaardigheid > interactief

Situationeel leiderschap > rust en duidelijkheid

Aanpak programma en sturing van team > rol als 'head'

Vertrouwen coach-atleet



Atleten > voorbereiding WC, EK en OS



31.01.2024

GEZOND & ETHISCH SPORTEN

Hoorzitting Commissie Sport

