

De JeugdVoetbalTrainer

nummer 41

6^e JAARGANG | JUNI 2016 | www.devoetbaltrainer.nl

Vitesse jeugdopleiding
Kijkgedrag



Wouter Frencken
Wetenschap in praktijk



Ruud van Elk
Waardevoorspellers



‘Wij vertalen de praktijk naar de theorie, niet andersom’

Kijkgedrag verbeteren

Een van de demonstratietrainingen tijdens het Trainerscongres 2016 werd verzorgd door Vitesse, waarbij drie aspecten centraal stonden: het beleid en de structuur in de academie, individuele training in relatie tot de speelwijze en innovatie (in de vorm van kijkgedrag). Een mooie aanleiding om met Hoofd Voetbalacademie Gerry Hamstra en inspanningsfysioloog Jan van Norel de belangrijkste speerpunten uit de jeugdopleiding van de Arnhemmers op een rijtje te zetten en die te koppelen aan de vertoonde trainingvormen: ‘Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat Frank Lampard in zijn Chelsea-tijd elke drie seconden twee keer over zijn schouder keek.’

Gerry Hamstra



Gerry Hamstra (1970) werd al op 26-jarige leeftijd hoofdtrainer van hoofdklasser Drachtster Boys. Via Achilles 1894 en SC Genemuiden belandde hij in het betaalde voetbal bij FC Emmen.

Sinds het seizoen 2009/2010 is Hamstra in dienst van Vitesse, als Hoofd Voetbalacademie, maar in periodes

ook als trainer van Vitesse onder 19 en het beloftenelftal. Samen met Jan van Norel leidde Hamstra met behulp van een headset de demonstratietraining op het Trainerscongres 2016 in Zwolle.

Financial Fair Play

Gerry Hamstra: “Een aantal jaren geleden ging er relatief weinig geld naar onze voetbalacademie, de scouting en de innovatietak en veel naar het eerste elftal. Sinds Financial Fair Play van kracht is, is daar verandering in gekomen. Nu beschikt de academie

over een groter budget dan voorheen. Het gevolg is dat de academie écht onderdeel is geworden van het clubbeleid. Jeugdtrainers zijn vaker op de club en dat biedt ruimte voor extra taken. Zo zitten onze trainers allemaal in een werkgroep speelwijzeontwikkeling in een bepaalde leeftijdscategorie. Meestal delen we de overleggen daarover op in kleine groepen, zoals bovenbouw, middenbouw en onderbouw. De hoofdlijnen van de speelwijze zijn bekend: aanvallend voetbal, veelal op de helft van de tegenstander. Daarbinnen denken trainers mee over de exacte invulling.

Neem bijvoorbeeld het drukzetten. Als spelers in het eerste elftal komen, moeten ze dat op verschillende manieren kunnen doen, omdat dat daar gevraagd kan worden. Daarom vinden we dat spelers in de Onder 19 drie manieren van drukzetten moeten beheersen: doorstappen door de as met de nummer 10, met drie aanvallers en doordekken aan balkant

met de eigen back op de back van de tegenstander. Om dat goed te ontwikkelen, besteden we in de onderbouw aan een van die varianten langere tijd meer aandacht. Zo krijgen de spelers de tijd om te leren wat nodig is en tegen welke moeilijkheden ze aanlopen. Binnen de drie verschillende manieren kunnen we door het seizoen heen uiteraard variaties aanbrengen. Dat bespreken we met de trainers in de werkgroepen speelwijzeontwikkeling.

We nemen ook door wat trainers kunnen doen om de spelers bepaalde facetten van het spel sneller aan te leren. Een voorbeeld is dat een hoofdtrainer vaak aan zijn assistent hele concrete opdrachten meegeeft voor het team dat zijn assistent coacht binnen een teamtactische training. Daarop stelt de hoofdtrainer zijn eigen team in. Op zo'n moment leert hij zijn eigen team zich te wapenen tegen die specifieke speelwijze, maar in de wedstrijd is het toch altijd net even anders. Om spelers zelfredzamer te maken, kun je je assistent beter de vrije hand geven in bijvoorbeeld de manier van drukzetten. Zo leren de spelers daarop te anticiperen en jij wordt er als trainer ook toe gedwongen om na te denken over de verschillende situaties die zich kunnen voordoen.”

Pijlers

Gerry Hamstra: “Een van de belangrijkste speerpunten in onze visie is dat we de praktijk naar de theorie vertalen en niet andersom. De voetbalpraktijk vormt het vertrekpunt en van daaruit ontstaan bepaalde vraagstukken. Daarop zoeken we vaak een antwoord binnen de kennis die we al hebben, maar soms ook vanuit



Foto: s. Pro Shots

bijvoorbeeld de wetenschap. Om het drukzetten als voorbeeld te houden: dat doen wij bij voorkeur op de helft van de tegenstander. Dan is het relevant om te weten wat onze specifieke manier van drukzetten vraagt van onze spelers. Maken zij bijvoorbeeld veel korte sprints, of juist veel lange? Dat is iets om te onderzoeken.

Een andere pijler is dat we onafhankelijke spelers willen opleiden. In de onderbouw zijn spelers nog erg afhankelijk: van de school en de ouders bijvoorbeeld. Maar uiteindelijk moet je in het eerste elftal je eigen keuzes maken. Als jij een bal moet verwerken in een vol stadion, ben je volledig op jezelf aangewezen. Om onafhankelijkheid te stimuleren, stellen we hoge eisen aan het gedrag van spelers.

Als een speler iets niet kan, dan is

er ruimte om erop te trainen. Maar als hij niet wil, dan is het tijd om afscheid te nemen. Het kan ook nog zo zijn dat een speler iets niet weet. Dan is het aan de trainer om hem van de juiste informatie te voorzien. Sommige trainers zeggen dan dat een speler niet coachbaar is. Maar het is aan jou

gisch en didactisch beter onderlegd zijn. De een kent de kleedkamer en kan op hoog niveau tips aanreiken, terwijl de ander goed is in het creëren van een leerklimateit.

In de onderbouw (Onder 10, 11 en 12) staat 'trainen om te leren trainen'

'Een assistent die de wisselers coacht, moet vaker de vrije hand krijgen, zodat het basiselftal moet anticiperen op onverwachte situaties'

om de juiste band met een speler te creëren waardoor hij openstaat voor de dingen die je hem aanreikt. Daarin geloof ik erg in de combinatie van oud-profvoetballers met veel inhoudelijke kennis en trainers die pedago-

centraal. Wat komt er kijken bij het spelen in de jeugdopleiding van een BVO? Spelers moeten in aanraking komen met de basisprincipes van trainen. Trainingsvormen die centraal staan, zijn bijvoorbeeld 1:1, 2:1



en 2:2. De middenbouw (Onder 13, 14 en 15) traint voor ontwikkeling. We werken daar veel met individuele

trainen voor competitie. Hoe gaan we vanuit onze speelwijze wedstrijden winnen?"

trainers en spelers driemaal per jaar alle gegevens in op basis van een positieprofiel. Als een speler in die periode zeven keer als rechtshalf heeft gespeeld en drie keer als rechtsback, dan wordt hij beoordeeld als rechtshalf. Voor een centrale verdediger is het bijvoorbeeld belangrijk om goed één-tegen-één te verdedigen, terwijl voor een buitenspeler de voorzet een belangrijke vaardigheid is. Voor elke speler vinken we ook aan over welke wapens hij beschikt. Dat kan bijvoorbeeld traptechniek, positiespel, loopvermogen of scorend vermogen

'Wij beoordelen jeugdtrainers op basis van trainerservaring, behaalde opleidingen en hun ervaring als speler'

ontwikkelingsplannen en besteden extra aandacht aan het individu. En de opleiding in de bovenbouw (Onder 16, 17 en 19) staat in het teken van

Spelersbeoordelingen

Gerry Hamstra: "Om spelers te beoordelen, werken we met een beoordelingssysteem. Daarin vullen de

Gerry Hamstra: "We beoordelen jeugdtrainers op basis van drie criteria. Eén is zijn trainerservaring: hoeveel jaren is hij al als trainer actief en bij welke clubs? Ten tweede zijn de afgeronde opleidingen belangrijk. Trainer/Coach-opleidingen, maar ook bijvoorbeeld ALO, CIO en alles wat nog meer relevant is, zoals pedagogische studies. En drie is de spelerservaring. Op basis van die criteria word je als trainer ingedeeld in een van de drie (basis)salarisschalen. Dat kan betekenen dat de trainer van Onder 13 meer verdient dan de trainer van Onder 19. De beste trainer zit dan ook niet per definitie op het hoogste jeugdteam, maar we zetten trainers op teams waar ze het meest bij passen, gelet op de plek van dat team in de opleiding. Naast het basissalaris kunnen trainers een bonus verdienen op basis van hun functioneren. Daarvoor hanteren we twaalf criteria, zoals visie op voetballen, coach- en trainersvaardigheden en interne en externe communicatie. Als een trainer daarop excellent scoort, is zijn bonus hoger dan als hij voldoende scoort. Bij een onvoldoende krijgt hij geen bonus. Dit draagt bij aan de norm die wij aan jeugdtrainers stellen."

zijn. Er is ook een gemeenschappelijk gedeelte, los van posities, bestaande uit kerncompetenties: spelinzicht, initiatief en karakter. Dat is voor iedere speler op elke positie belangrijk. Daarnaast zijn er een aantal ontwikkelingsgebieden, geformuleerd als actiepunten: eerste aanname oefenen, fysieke kracht verbeteren, hoekige loopvormen trainen, Eredivisie-beelden kijken van een speler op jouw positie, et cetera.

Ten slotte vullen we voor elke speler succesindicatoren in, die wetenschappelijk onderzocht zijn: urenontwikkeling, zelfvertrouwen, motivatie/gedrevenheid, focus op continue ontwikkeling, winnaarsmentaliteit, omgaan met tegenslag, gedrag/houding, lifestyle en multi-inzetbaarheid. (afbeelding 1) Ouders en achtergrond zijn ook succesindicatoren waarop we spelers beoordelen. Die geven we echter niet weer, omdat we spelers in een persoonlijk gesprek niet willen confronteren met een negatieve beoordeling op een van die twee indicatoren. Alle ingevulde gegevens leiden tot twee scores: eentje puur op basis van voetbalhandelingen, de ander gebaseerd op succesindicatoren. Het gemiddelde daarvan is zichtbaar in het overzicht. De grootste talenten in een lichte lichte zitten vaak boven tachtig punten. We werken nog niet erg lang



Afbeelding 1

The screenshot shows a table for tracking training sessions over a week. The columns are 'Omschrijving', 'vrijdag', 'zaterdag', 'zondag', 'maandag', 'dinsdag', 'woensdag', and 'vrijdag'. The rows list various training activities such as 'Herstel', 'Spierpijn', 'Hongergevoel', 'Gevoel', 'Slaapkwaliteit', 'Slaap uren', 'Ziekte', 'Blessure', and three training sessions (Training 1, 2, and 3) with sub-rows for 'Type', 'Tijd (min)', and 'RPE'. Each cell contains a small icon or indicator.

Afbeelding 2

met dit systeem, maar als we dat wél doen, kunnen we ook bepaalde prog-

noses doen over de ingevulde data: welke spelers zullen over een aantal jaren het eerste elftal halen?

Persoonlijk Ontwikkelings Plan Vitessejeugd (POP)

- Wat is jouw ambitie op voetbaltechnisch en maatschappelijk gebied? Wat wil je bereiken?
- Wat is jouw favoriete positie? En wat is jouw beste positie?
- Noem één kwaliteit van jou op technisch gebied.
- Noem één verbeterpunt van jou op technisch gebied.
- Noem één kwaliteit van jou op tactisch gebied.
- Noem één verbeterpunt van jou op tactisch gebied.
- Noem één kwaliteit van jou op fysiek gebied (kracht, lenigheid, snelheid, coördinatie en uithoudingsvermogen).
- Noem één verbeterpunt van jou op fysiek gebied.
- Noem één kwaliteit van jou op mentaal gebied (rust, voeding, afspraken, teamaspecten, etc.).
- Noem één verbeterpunt van jou op mentaal gebied.
- Welk verbeterpunt heeft voor jou prioriteit?
- Welk verbeterpunt heeft voor jou als tweede prioriteit?
- Hoe ga je dit verbeteren?
- Wanneer ga je dit verbeteren?
- Wat zijn de belemmeringen om dit probleem te verbeteren?
- Wat verwacht je hierin van de trainers? Wat verwacht je van Vitesse?

Naast het beoordelingssysteem, dat driemaal per seizoen wordt ingevuld, werken we met een spelervolgsysteem voor de dagelijkse gang van zaken. Daarin vullen de trainers elke dag alle uitgevoerde trainingvormen in, waarbij ze aanvinken welke spelers daaraan deelnamen. Die input op teamniveau levert uiteindelijk data op per speler. In het tabblad 'persoonlijk ontwikkelingsplan' vult een speler allerlei vragen in. Zijn beste positie en favoriete positie, de belangrijkste verbeterpunten binnen techniek, tactiek, fysiek en mentaal, et cetera. (zie kader POP) Het is een soort zelfscan, waaraan een actieplan wordt gekoppeld: wat ga je verbeteren, wanneer, hoe en wie kan je daarbij helpen?

In het spelervolgsysteem, dat we

Jan van Norel



Jan van Norel fungeert binnen de voetbalacademie van Vitesse als inspanningsfysioloog en bewegingswetenschapper. Daarnaast begeleidt hij spelers die extra arbeid willen verrichten, vormt hij de brug tussen de medische en technische staf en is hij verantwoordelijk voor de innovatietak binnen Vitesse. Van Norel studeerde Bewegingswetenschappen aan de Rijksuniversiteit Groningen en werkte vijf jaar voor sc Heerenveen. Tijdens zijn studie werkte hij mee aan een grootschalig onderzoek naar kijkgedrag bij voetballers, het thema dat een belangrijke rol kreeg toebedeeld tijdens de demonstratietraining van Vitesse op het Trainerscongres 2016.

Kijkgedrag

Jan van Norel: “Tijdens mijn studie werkte ik mee aan een grootschalig onderzoek van de Noorse professor Geir Jordet naar kijkgedrag bij voetballers. Hij volgde 118 Premier League-spelers en het bleek dat de beste twee daarvan, Frank Lampard en Steven Gerrard, ontzettend veel om zich heen keken. Jordet coacht nu veel spelers uit de Premier League in individuele sessies. De conclusies uit zijn studies waren aanleiding om ook bij Vitesse onderzoek te doen naar kijkgedrag: het zicht van spelers tijdens trainingen en wedstrijden.

zelf hebben ontworpen, houden we ook allerlei gegevens bij, zoals het aantal speelminuten per positie, de beoordeling in iedere wedstrijd, het aantal goals, de assists, gele en rode kaarten, et cetera. Bovendien houdt

kwaliteit, aantal uren slaap, ziektes of blessures en de intensiteit van de laatste training. (afbeelding 2, op de vorige pagina) Het oog van de trainer vormt altijd het vertrekpunt, zulke gegevens dienen ter ondersteuning.

Bij ons eerste elftal hebben we een pilot gedraaid om kijkgedrag in kaart te brengen en te verbeteren. We volgden onze spelers in wedstrijden met close-up beelden, die we vervolgens bestudeerden: hoe vaak kijkt een

‘Door twaalf wetenschappelijk onderzochte succesindicatoren van een speler in kaart te brengen, doen we een voorspelling over zijn potentie’

elke speler zelf een logboek bij door iedere ochtend op zijn smartphone vragen in te vullen over spierpijn, hongergevoel, gewoon gevoel, slaap-

Mocht een speler bijvoorbeeld moe ogen, dan kan zijn logboek wellicht dingen verhelderen. Daarover kun je vervolgens met een speler in gesprek gaan.”

speler over zijn schouder, en doet hij dat linksom of rechtsom? Die cijfers koppelden we aan hun passing: hoe zuiver was die, en in welke richting?

Stroboscoopbril

Jan van Norel: “Een stroboscoopbril is een bril waarmee we het kijkgedrag van spelers kunnen manipuleren en meten. Zo'n apparaat, dat lijkt op een zonnebril, heeft knopjes aan de zijkant waarmee we kunnen bepalen hoe vaak de bril dichtgaat, en hoe ver. Op die manier kunnen we het zicht van spelers beïnvloeden. Dat doen we op basis van hun niveau; elke speler wordt op zijn eigen niveau geprikkeld. Wordt de situatie comfortabel, dan schroeven we de moeilijkheidsgraad weer iets op om grenzen te verleggen.”



Vervolgens hebben we zes weken lang drie keer per week bepaalde middelen ingezet om het kijkgedrag van spelers te verbeteren. Dat deden we bijvoorbeeld met stroboscoopbrillen (zie kader), met bepaalde trainingsinterventies, met behulp van een headcam en door spelers bewuster te maken van hun eigen kijkgedrag met behulp van beelden. Vervolgens maakten we dezelfde analyse als daarvoor. Onze spelers bleken vooruit te zijn gegaan qua passzuiverheid en passrichting (vaker vooruit), variërend van acht tot zestien procent.”

Automatiseren

Jan van Norel: “Wat wij willen is dat vaker kijken een geautomatiseerd proces wordt, waardoor spelers meer opties zien en een balaanname een automatisme is, zonder dat een speler continu de bal hoeft te volgen met zijn ogen. Dat is wat je bij de grote spelers ook terugziet. Toen Engelse media met Lampard spraken over zijn kijkgedrag, gaf hij aan dat zijn vader (tweevoudig international voor Engeland, red.) hem vroeger vertelde dat hij veel om zich heen moest kijken: ‘make pictures, make pictures’. Dat is hij gaan doen en door de jaren heen is dat eigen geworden, waardoor het hem veel minder moeite kostte. Kijkgedrag is dus niet alleen meetbaar, maar

Wedstrijdecht

Jan van Norel: “De wedstrijd vormt altijd het vertrekpunt. We zien daarin bijvoorbeeld dat een middenvelder alleen maar over zijn linkerschouder kijkt. Is hij zich hiervan bewust? Een ander voorbeeld: onze rechtsvoor speelt de bal langs de linksback en loopt niet in een rechte lijn op de bal af, maar met een boogje. Waarom doet een speler dit? Dit kan bijvoorbeeld zijn ontstaan door de positie waarop hij veel heeft gespeeld. We

teren. Bijvoorbeeld door iemand als middenman te laten spelen in een positie spel en nadruk te leggen op datgene wat hij ziet.”

Bewustmaken

Jan van Norel: “Er is een specifiek onderzoek gedaan naar de nummer 10-positie. Lampard en Gerrard keken in hun toptijd ongeveer twee keer om zich heen per drie seconden. Dat is ontzettend veel. Bij hen is dat een natuurlijk proces geworden, dus we zeg-

‘Spelers vinden het fantastisch als we ze beelden laten zien van momenten waarop ze om zich heen keken en daardoor de juiste keuze maakten’

weten dat (bijna) elke speler een voorkeursoog heeft, waarmee hij het liefst informatie verzamelt. Als dat bijvoorbeeld het rechteroog van de rechtsvoor is, kan het zijn dat hij daarom in een boog naar de bal loopt, zodat hij met zijn rechteroog beter kan waarnemen wat er voor de goal gebeurt.

De vraag is dan wat we doen om zijn gedrag te beïnvloeden. We kunnen

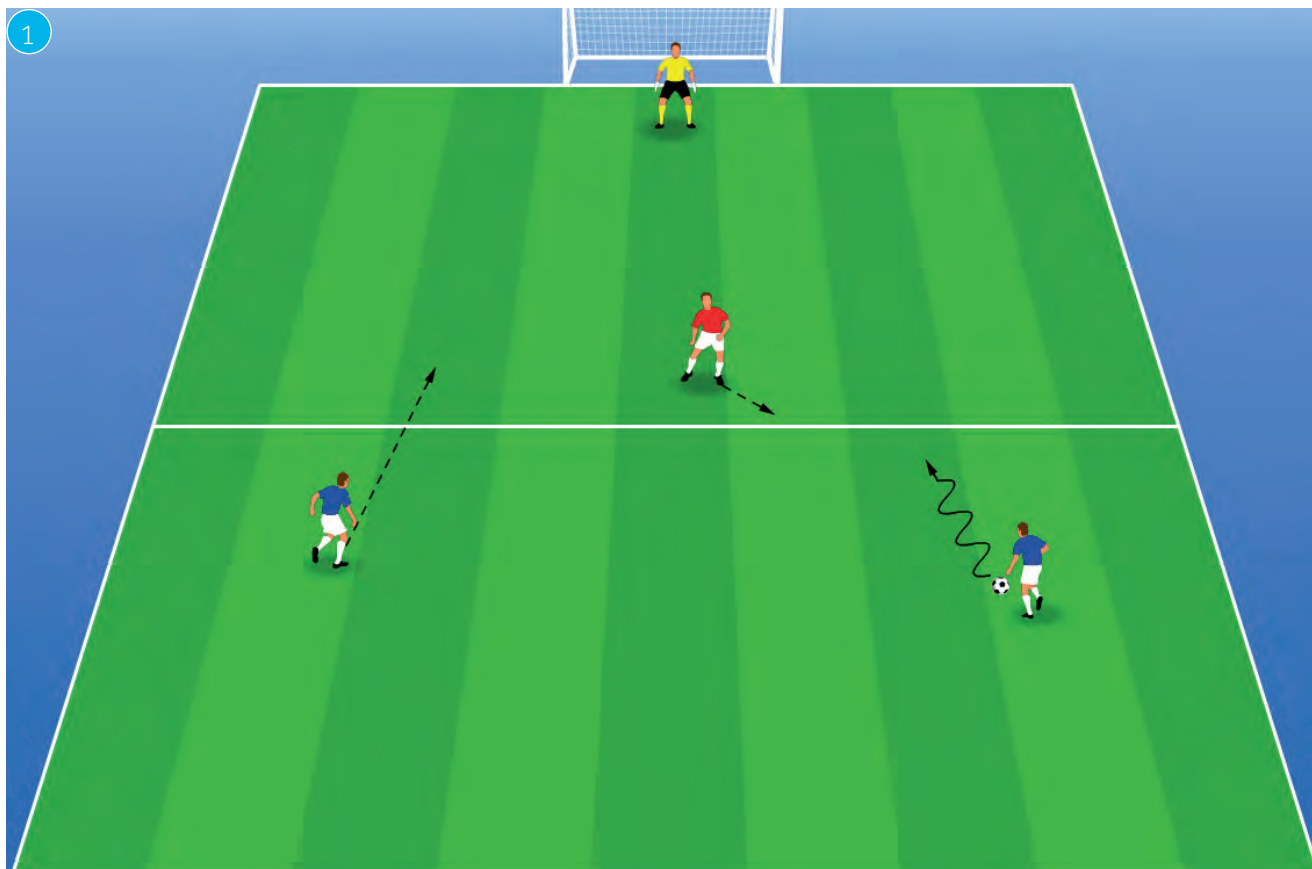
gen niet tegen spelers dat ze diezelfde norm moeten nastreven. Je kunt ook te vaak gaan kijken, waardoor je te weinig bezig bent met andere aspecten van het spel. Kijkgedrag is vooral ook erg individueel. Waar het om draait is: spelers bewust maken van hun eigen handelen, zodat ze hiermee aan de slag kunnen. Daarin heeft elke speler een eigen proces. Spelers vinden het fantastisch als je in videobeelden terug laat komen hoe ze het goed doen. Dat ze even keken, daardoor de juiste oplossing zagen en het vervolgens vaker gingen doen. Daar wil je naartoe als club. Wat we niet meer accepteren: dat spelers hun (foute) keuze rechtvaardigen door te zeggen dat ze hun medespelers niet zagen. Want dát is juist wat ze moeten leren. Om die medespeler de volgende keer wél te zien. Het koppelen van kijken aan keuzes maken, dát is ontzettend belangrijk. Vervolgens bespreken we de keuze die is gemaakt. Soms maakt een speler een keuze die de trainer in eerste instantie als verkeerde keuze beoordeelde, maar na het zien van de beelden toch goed vond.

In mijn studietijd heb ik nog een ander onderzoek naar kijkgedrag uitgevoerd, waarin ik keek naar de invloed

‘In het spelervolgsysteem vullen spelers dagelijks op hun smartphone gegevens in over onder meer spierpijn, hongergevoel en slaapkwaliteit’

ook coach- en trainbaar. Toen Jordet laatst een training bij ons bekeek, zag hij dat spelers als warming-up een bal overspeelden. Hij adviseerde ons om spelers voor de aanname of de pass naar links en rechts te laten kijken, of om met behulp van gekleurde pylonen aan te geven naar wie ze de bal moeten spelen.”

bijvoorbeeld informatie wegnemen met een stroboscoopbril. Of we gebruiken een headcam, zodat we hem kunnen laten zien dat hij niet opkeek voor de voorzet, zoals hij wel beweerde. Of we vragen iemand om hem close-up te filmen, zodat we kunnen (laten) zien wat hij precies deed. Trainingsvormen zijn ook een goed middel om kijkgedrag te verbe-



van leeftijd. Wat bleek: bij B1-spelers zat er veel meer tijd tussen het kijken

hadden ze meer tijd over voor de handelingen met bal. Dat is net zoals

delingen als schakelen, remmen en gas geven. Naarmate je meer ervaring

‘We willen ernaartoe dat er meer nadruk komt op datgene voor een pass of een aanname: zien, communiceren, informatie verzamelen’

en het ontvangen van de bal dan bij D1-spelers. Omdat zij eerder keken,

met autorijden: als je net je rijbewijs hebt, ben je meer tijd kwijt aan han-

krijgt, gaat dat sneller en heb je meer tijd om rond te kijken. Zo gaat dat

Nicky Hofs: “Ik was als voetballer fysiek niet erg sterk. Dan moet je zorgen dat je uit de duels blijft, en daarvoor is kijkgedrag heel belangrijk. Hoeveel meter ben ik vrij ten opzichte van mijn directe tegenstander? En belangrijker nog: wat kan ik doen met de bal nadat ik hem heb gekregen, dus wat is de meest ideale vervolgactie? Hoe vaak je precies omkijkt, verschilt per speler en per positie. In de jeugd stond ik meestal in de spits en dan speel je vaak met je rug naar de goal. Dan heb je automatisch al veel overzicht. Als middenvelder moet je veel meer om je heen kijken, omdat er meer om je heen gebeurt. Een middenvelder moet vooral zien welke medespelers gevaar kunnen stichten richting goal. Voor mij is een assist dan ook altijd minstens net zo belangrijk geweest als een doelpunt: ik probeerde constant te kijken wie ik in stelling kon brengen. Dat is dan ook het belangrijkste aspect van kijkgedrag: diepte zien. Een lopende speler is niet te verdedigen, zeker een middenvelder aan de contrakant, en daar was ook trainingsvorm 3 op ingericht. Een aspect van voetbal dat heel nauw samenhangt met kijkgedrag, is de manier waarop een speler zich aanbiedt. Daar heb ik het vaak met mijn spelers over. Als je als controlerende middenvelder recht in de bal komt, zie je niet wat in je rug gebeurt. Sta je opgedraaid, dan hoef je soms niet eens over je schouder te kijken om een goed beeld te hebben van je opties.”

ook bij jonge spelers. Het is dus ook niet zo dat we van ze verlangen dat ze net zo vroeg en vaak kijken als B1-spelers. Zolang hun techniek minder ontwikkeld is, hebben ze daarvoor meer tijd nodig. Maar het geeft wel richting aan datgene waar ze op termijn naartoe moeten. Dat kun je ze alvast meegeven, zodat het proces van automatiseren al vroeg begint.”

Informatie verzamelen

Jan van Norel: “Trainers spreken heel vaak over handelingen als passen en aannemen. Waar we naartoe willen, is dat er meer nadruk komt op datgene wat daarvóór komt: zien, communiceren, informatie verzamelen. Hoe doen topspelers dat? En hoe kunnen wij onze trainingsvormen zo aanpassen dat we onze spelers hierin beter maken? Dat vind ik erg interessante vragen. Daar komt ook keuzes maken bij: laat beslissen. Waar topspelers op het allerlaatste moment nog switchen van keuze, voeren mindere spelers de keuze uit die ze daarvoor al hadden gemaakt.

In het verlengde daarvan willen we jeugdscoots anders naar spelers laten kijken. Niet alleen naar wedstrijden, maar ook naar andere kleine trainingsvormen. Als we een speler interessant vinden, nodigen we hem bijvoorbeeld uit voor een testwedstrijd en laten we hem daarnaast 2:1 plus keeper spelen. (tekening 1 zie hiernaast) Twee aanvallers krijgen de bal, komen op een verdediger af, waar nog een keeper achter staat op een groot doel. Wat doen de spelers? Gaat een aanvaller voor eigen suc-

ces? Beslist hij vooraf al wat hij wil doen, of pas op het laatste moment? Stapt de verdediger vol in, of wacht hij af en loopt hij de passlijn naar de andere aanvaller eraf? En wat doet de keeper, hoe coacht hij de verdediger en hoe staat hij? Dat zijn interessante vormen om te zien waar spelers naar kijken en welke keuzes ze maken.

Een heel simpele manier om kijkgedrag te verbeteren is tijdens een pass- en trapvorm een bepaalde kleur pylon omhoog houden of een petje opdoen, waarmee je ze verplicht om op of om te kijken. Die kleur roept een speler voordat hij de bal ontvangt. Je kunt ook iemand langs de kant laten turven wat een speler doet. Kijkt hij amper om zich heen, dan moet hij daarop gaan letten. We zetten een speler ook weleens in het midden met vier kleine goaltjes om zich heen. We geven elk doeltje een kleur, maken een klein vak waarin de speler de bal moet aannemen en van waaruit hij de bal in het juiste doeltje moet schieten. Borussia Dortmund heeft daar een speciale kooi voor ontwikkeld waar ballen in worden gooid en waar goaltjes oplichten waar de bal in moet. Zo'n kooi zouden we hier ook graag zien.” 📺

Samenvatting:

- Vitesse vertaalt de praktijk naar de theorie. De speelwijze vormt het uitgangspunt.
- De vraagstukken die daaruit naar voren komen, worden eventueel bekeken vanuit de innovatietak.
- Vitesse wil richting de boven-

bouw zoveel mogelijk onafhankelijkheid stimuleren.

- Vitesse werkt met een beoordelingssysteem en een spelvolgsysteem om allerlei gegevens over spelers te verzamelen.
- Topspelers als Frank Lampard en Steven Gerrard keken ongeveer twee keer om zich heen per drie seconden.
- Vitesse zet stroboscoopbrillen, headcams, close-up beelden en individuele gesprekken in om kijkgedrag bij spelers te verbeteren.
- Vitesse laat bij gescoute spelers ook kleinere vormen uitvoeren, zoals twee aanvallers tegen één verdediger en een keeper.

Voor de videobeelden van de trainingsvormen van Vitesse verwijzen we naar de TrainingsPlanner en Mediatheek.



Demonstratietraining

Tijdens de demonstratietraining van Vitesse op het Trainerscongres 2016 praatten Hamstra en Van Norel de mensen op de tribune bij via een headset. De verdedigers startten met trainingsvormen waarbij de focus lag op het verdedigen in één-tegen-één in verschillende varianten (trainingsvorm 2a), de middenvelders speelden een positiespel 3:3+3 waarbij kijkgedrag centraal stond (trainingsvorm 2b) en de aanvallers waren bezig met een afwerkvorm (trainingsvorm 2c). In het tweede gedeelte kwamen de verdedigers en aanvallers samen in een partijspel (trainingsvorm 3a) en voerden de middenvelders een afwerkvorm uit waarbij de middenvelder aan de contrakant onder de spits kwam en afrondde. (trainingsvorm 3b)

Extra fragmenten van het interview met de staf van Vitesse vinden abonnees op deze service in de Mediatheek van De Voetbaltrainer.



Trainingsvorm 2a Verdedigen één-tegen-één

Doel

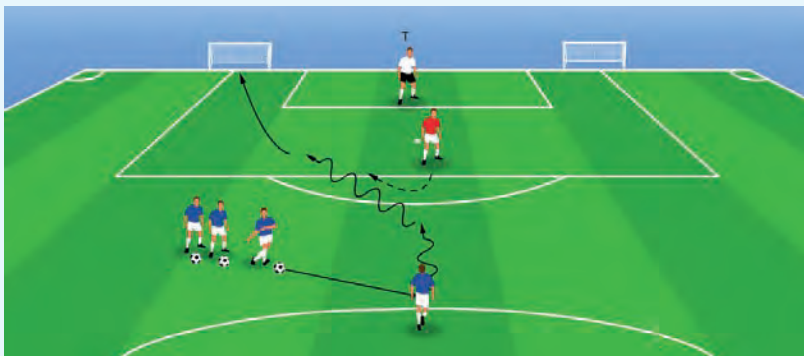
- het verbeteren van één-tegen-één verdedigen in sprintduel, frontaal en vanuit de rug

Inhoud

- eerste vorm: twee spelers naast de trainer, als hij speelt begint het. Man met bal is aanvaller, de ander verdediger. Verovert de verdediger de bal, dan wordt hij aanvaller
- tweede vorm (zie afbeelding): aanvaller krijgt de bal ingespeeld, moet de verdediger passeren en scoren in een van de twee kleine doeltjes
- derde vorm: aanvaller staat voor de verdediger, komt in de bal, draait open en moet tot scoren komen op een van de twee kleine doeltjes

Coaching

- 'Zit laag door je knieën en dwing de aanvaller een kant op.'
- 'Sta op je voorvoeten, zodat je wendbaar bent.'



Trainingsvorm 2c Afwerkvorm via de zijkant

Doel

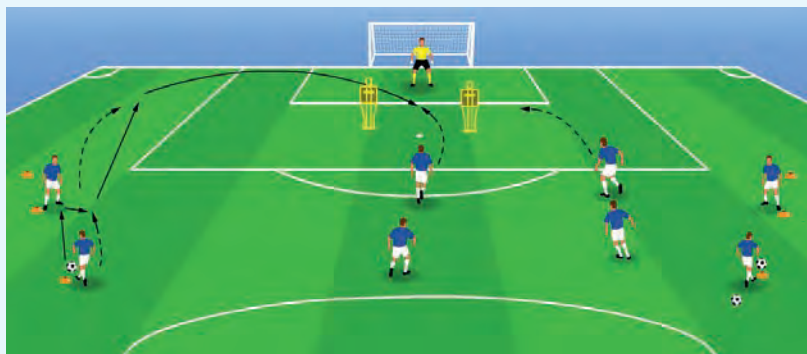
- het verbeteren van het scoren uit de vroege voorzet

Inhoud

- een eentweetje aan de zijkant of direct een steekbal
- een vroege voorzet op de spits en buitenspeler die voor de goal komen

Coaching

- 'Geef aan de zijkant met je vooractie aan hoe je de bal wilt ontvangen.'
- 'Kijk voor je de bal voorgeeft over de bal heen om de aanvallers te zien.'
- 'Maak een rechte loopactie achter de verdedigers (poppen) langs.'



Trainingsvorm 2b Positiespel 3:3+3

Doel

- het verbeteren van het kijkgedrag

Inhoud

- twee drietallen proberen balbezit te houden en mogen de drie neutrale spelers gebruiken
- eerste vorm: reguliere 3:3+3 met drie verschillende kleuren hesjes
- tweede vorm: een van de spelers draagt een stroboscoopbril om het zicht te verminderen
- derde vorm: de twee teams die tegen elkaar spelen doen hun hesjes uit, neutrale spelers niet
- vierde vorm: alle negen spelers doen hun hesjes uit, maar de teams blijven hetzelfde

Coaching

- 'Kijk over je schouder om informatie te verzamelen.'
- 'Sta opengedraaid zodat je een groter gedeelte van het speelveld kunt zien.'
- 'Zorg dat je nog beter kijkt als spelers geen hesjes meer dragen.'



Trainingsvorm 3a

Verdediging tegen aanval plus middenveld

Doel

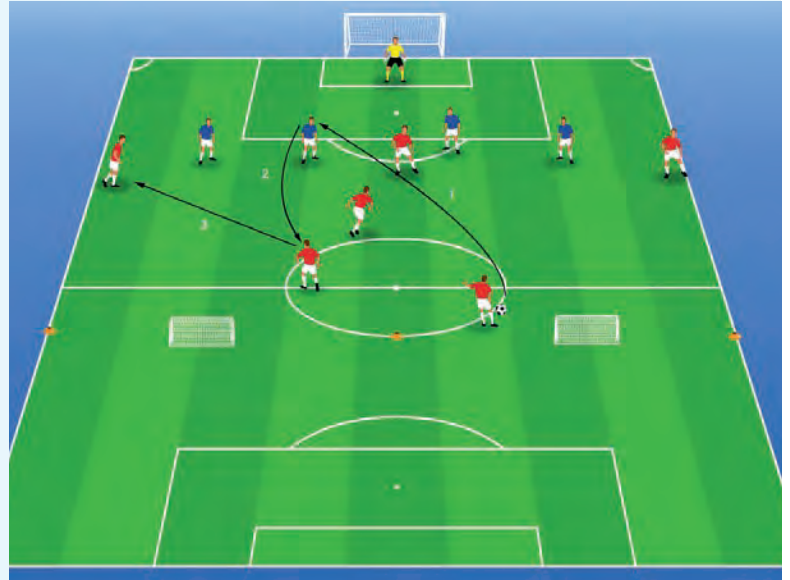
- het verbeteren van het één-tegen-één verdedigen en geven van de vroege voorzet onder weerstand

Inhoud

- een van de controlerende middenvelders speelt een lange bal op de verdedigers
- een van de verdedigers werkt de bal weg met het hoofd of met de voet
- het aanvallende team krijgt de bal weer in bezit en start een aanval op

Coaching

- 'Kijk als aanvaller wanneer er bezetting voor de goal is voor een vroege voorzet.'
- 'Verover de bal na balverlies binnen vijf seconden terug, voordat de andere partij kan scoren.'
- 'Loop als verdedigers gezamenlijk een aantal meter naar voren als de bal wordt uitgehaald.'
- 'Blijf in je eigen zone, maar geef waar mogelijk wel rugdekking aan je medespelers.'



Trainingsvorm 3b

Aanvalsvorm richting de goal

Doel

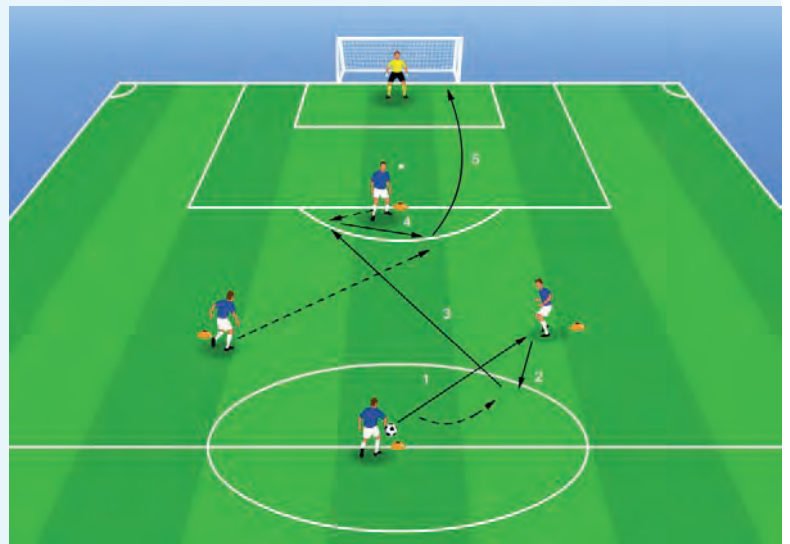
- het verbeteren van de diepte zonder bal in de vorm van het bijsluiten bij de spits

Inhoud

- de verdedigende middenvelder speelt de rechtermiddenvelder in, die kaatst
- spits inspelen, die kaatst op de linkermiddenvelder

Coaching

- 'Sta als rechtermiddenvelder opgedraaid om te zien waar de spits zich bevindt.'
- 'Kijk als spits over je schouder om te zien waar de keeper staat.'
- 'Sluit als linkermiddenvelder op het juiste moment bij als de spits kaatst.'



Wouter Frencken helpt problemen in jeugdvoetbal te tackelen

Wetenschappelijke kennis in de praktijk

FC Groningen nam met Wouter Frencken als eerste eredivisieclub een sportwetenschapper in dienst. Frencken is onder meer verantwoordelijk voor het verzamelen van relevante data en heeft dagelijks contact met trainers, scouts en medische staf om de verkregen kennis zo concreet mogelijk naar de praktijk op en om het veld te vertalen. Zo wordt wetenschappelijke kennis over bijvoorbeeld het geboortemaandeffect, de biologische leeftijd van jeugdspelers, het inpassen van amateurspelers, de relatie tussen groei en blessures en de jeugdscouting geïmplementeerd in het huidige beleid.

Geboortemaandeffect

Wouter Frencken: "Jeugdteams worden ingedeeld volgens de peildatum van de KNVB, die is bepaald op 1 januari. Daardoor hebben spelers die zijn geboren in de eerste maand van het jaar een behoorlijke voorsprong op hun teamgenoten die zijn geboren in de laatste maand van het jaar. Zij zijn namelijk bijna een jaar ouder dan spelers uit hetzelfde geboortemaand. Daarom is het belangrijk om trainers en scouts bewust te maken van de gevolgen van het geboortemaandeffect. Als zij er in hun achterhoofd rekening mee houden, wordt een deel van het probleem al getackeld. Ze kijken dan met een andere bril naar het verschil in kwaliteit tussen twee spelers die verschillen qua geboortemaand en biologische leeftijd.

Bij FC Groningen zijn we ons daarvan bewust, zowel bij het samenstellen van de selecties als het werken met de spelers die in onze opleiding zitten. Rekening houden met het geboortemaandeffect helpt trainers en scouts om zo goed mogelijk in te schatten over hoeveel potentie een speler beschikt. Uit de cijfers van vorig jaar bleek dat wij, samen met AZ, het minst sterke geboortemaandeffect hebben in onze jeugdteams. Ik vind het niet verrassend dat de twee clubs die erg veel nadenken over performance op dat gebied goed scoren.



Wouter Frencken

Wouter Frencken (33) voetbalde tot zijn zestiende in de jeugdopleiding van VVV-Venlo, maar besloot te kiezen voor zijn maatschappelijke carrière. Sinds 2011 is hij verbonden aan FC Groningen, waar hij betrokken is bij het eerste elftal en de jeugdopleiding. Frencken stuurt (oud-)studenten van de Rijksuniversiteit Groningen en de Hanzehogeschool aan, die bij FC Groningen werken of stage lopen. "Maar daarmee doe je de studenten echt tekort, want zij vormen gewoon volwaardige mankracht. Het is een ideale situatie: de studenten krijgen een opleiding midden in de praktijk en wij profiteren van het vele werk dat zij verzetten. Een win-winsituatie." Daarnaast is Frencken één dag per week werkzaam aan de

Hanzehogeschool in Groningen en is hij verbonden aan Bewegingswetenschappen Groningen. Bovendien is hij samen met Michel Brink een van de initiatiefnemers van Football Science Groningen, dat beoogt om wetenschappelijke kennis aan de hand van heldere voorbeelden naar de voetbalpraktijk te vertalen om zo het Nederlandse voetbal naar een hoger niveau te tillen.



Wat ook helpt om het geboortemaandeffect te bestrijden, bijvoorbeeld in het selecteren van spelers voor de voetbalschool, is de groepen tijdens trainingsactiviteiten indelen op geboortekwartaal. Zo verschillen ze minder dan drie maanden en

Toch hebben wij als FC Groningen ook meer spelers uit het eerste kwartaal en minder uit het laatste in de opleiding. Ik zie dat als onvermijdelijk. Het is namelijk zo dat we ook competitief moeten blijven. Stel je eens voor dat wij alleen nog maar spelers uit heel

dan groter dat we meer wedstrijden verliezen en niet meer op het hoogste niveau actief zijn. Dat is voor het aantrekken van spelers een groot nadeel. Iemand die we graag in onze jeugdopleiding zouden willen opnemen, zou dan eerder voor een club kiezen die wél op het hoogste niveau speelt en dus onder meer weerstand.

Door soms voor 'winnen' te kiezen, kun je voorwaarden creëren om juist beter op te leiden. Dat dat ten koste gaat van een aantal spelers, is doodzonde. Tegelijkertijd is het niet te voorkomen vanwege de peildatum waar wij als club geen invloed op hebben. Het gaat om het vinden van de juiste balans: geen grote talenten uit het laatste kwartaal over het hoofd zien, maar wel zorgen voor voldoende kwaliteit om de aantrekkingskracht van de club te bewaken.

'Als een speler in een maand meer dan zes millimeter groeit, heeft hij tweemaal zoveel kans om geblesseerd te raken'

krijgen de spelers die geboren zijn in de maanden oktober, november en december een grotere kans om erbovenuit te steken. Vervolgens kun je eventueel de beste spelers per groep weer tegen elkaar laten spelen.

Nederland zouden selecteren uit het laatste kwartaal, omdat we denken dat andere clubs hen onterecht over het hoofd zien. Dan zijn wij in de meeste wedstrijden gemiddeld veel jonger dan andere teams. De kans is

Hetzelfde geldt overigens, wellicht in iets mindere mate, voor amateurclubs. Ook bijvoorbeeld Be Quick 1887 uit het nabij Groningen gelegen Haren is gebaat bij goede prestaties van de elftallen. Zij staan nu bijvoorbeeld op de derde plek in de Top 200 van De Voetbaltrainer en dat trekt goede spelers aan. Zo werkt het nou eenmaal. Het komt er dus op neer dat we ons zeer bewust zijn van het geboortemaandeffect en er rekening mee houden, maar geen exact gelijke verdeling over de vier kwartalen nastreven.”

Biologische leeftijd

Wouter Frencken: “Het geboortemaandeffect is niet de enige vertekende factor in de beoordeling van jeugdspelers. Het is ook belangrijk om hun biologische leeftijd te bepalen en er vervolgens rekening mee te

houden. Biologische leeftijd zegt iets over hoe snel iemand groeit en hoe zijn skelet en secundaire geslachtskenmerken zich ontwikkelen. Een speler kan op fysiek gebied achterlopen op ploeggenoten van dezelfde leeftijd, terwijl dat later weer zal bijtrekken. Van hem kun je dus tijdelijk minder verwachten en het is goed om dat in het achterhoofd te houden.

Stel dat een speler 11 jaar oud is. Aan de hand van metingen verwachten we de piek van zijn groeispuurt als hij 13 is. Normaal is dat bij 14 jaar, dus loopt hij een jaar ‘voor’. Zijn biologische leeftijd is dan ook niet 11, maar 12 jaar. Dat zegt niet direct iets over zijn voetbalniveau, maar wel over de mate waarin hij ontwikkeld is. Gemiddeld hebben spelers in de jeugdopleidingen van BVO’s hun groeispuurt

‘Een verhoogd risico op blessures betekent niet per se dat je hem structureel één training per week aan de kant moet houden’

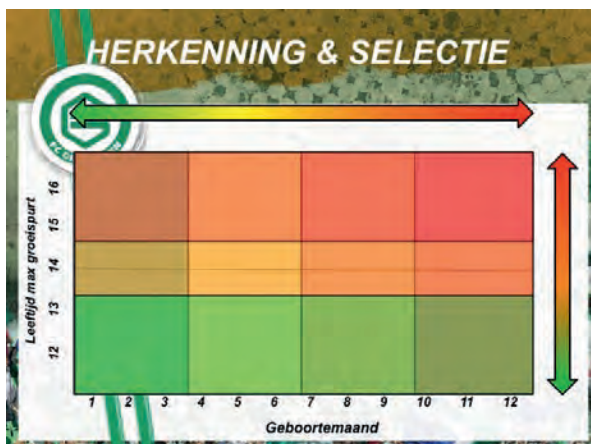
De biologische leeftijd van een speler bepalen we door te voorspellen wanneer zijn groeispuurt zal plaatsvinden. De piek van die groeispuurt vindt gemiddeld plaats bij veertien jaar. Door maandelijks lengte, zitlengte en gewicht te meten, en die te combineren met gegevens over geboortedatum en meetdatum, kunnen we bij spelers tussen 12 en 16 jaar een nauwkeurige voorspelling doen over wanneer zijn groeispuurt zal plaatsvinden of geweest is (zie formule onder).

Tijd tot maximale groeispuurt = $-9.236 + (0.0002708 * (\text{beenlengte} * \text{zitlengte})) + (0.007216 * (\text{leeftijd} * \text{zitlengte})) + (0.02292 * (\text{gewicht} / \text{lengte} \text{ ratio}))$

al als ze 13 en een half zijn, dus eerder dan de gemiddelde Nederlandse jongen. Zij zijn al op vroege leeftijd fysiek ver ontwikkeld, kunnen zich daardoor makkelijker onderscheiden en worden eerder geselecteerd.”

Pas op de plaats

Wouter Frencken: “Om de gevolgen van een lage biologische leeftijd deels te ondervangen, ben ik er voorstander van om bepaalde trainingsgroepen te formeren op basis van biologische leeftijd. Vooral op het gebied van bijvoorbeeld krachttraining biedt dat veel voordelen. Wat je doet tijdens de krachttraining is sterk afhankelijk van biologische leeftijd. Ligt



Afbeelding 1: De gevolgen van het geboortemaandeffect en biologische leeftijd versterken elkaar.

Opboksen

Wouter Frencken: “De gevolgen van het geboortemaandeffect en de biologische leeftijd kunnen elkaar versterken. Een speler die is geboren in het laatste kwartaal en bij wie de piek van zijn groeispuurt pas plaatsvindt als hij vijftien is, moet heel erg goed kunnen voetballen om geselecteerd te worden. Hij moet namelijk opboksen tegen spelers die ouder zijn én op fysiek gebied relatief verder ontwikkeld. Dat is voor veel clubs aanleiding hem niet te selecteren, terwijl beide effecten (grotendeels) zijn opgeheven als hij de jeugdopleiding achter zich laat. Als een speler uit het eerste kwartaal al vroeg zijn groeispuurt heeft en behoorlijk kan voetballen, wordt hij al snel uitgekozen voor een selectieteam. In werkelijkheid heeft hij minder potentie om het eerste elftal te halen dan de jonge speler met een lage biologische leeftijd. (zie afbeelding 1)

die lager, dan komt het meer aan op balans-, coördinatie- en lenigheids-oefeningen. Het kan dan voorkomen dat een eerstejaars A-junior in een extreem geval dezelfde krachttraining afwerkt als een tweedejaars C-junior.

Op voetbalgebied is het niet logisch die twee met elkaar te laten trainen. Die A-junior is misschien van dezelfde biologische leeftijd, maar heeft al veel meer geoefend. Bovendien kan het erg demotiverend werken voor een A-junior om een positiespel of partijspel te spelen met iemand die twee elftallen lager speelt. Met zulke factoren moet een trainer uiteraard rekening houden.

Toch vind ik wel dat in bepaalde gevallen ook een stap terug een hele goede keuze kan zijn. Veel clubs laten spelers al snel trainen met een hogere leeftijdscategorie, maar andersom kan dat ook een goede zet zijn. Een speler uit de B1 die moeite heeft het tempo bij te benen, kan er goed aan doen om af en toe met C1 mee te trainen. Door hem onder de juiste weerstand te laten trainen, wordt er een groter leereffect gecreëerd. Hijervaart meer succesbeleving en dat kan stimulerend werken. Daar profiteert hij van in de trainingen bij B1.

Het is dan uiteraard wel cruciaal dat zo'n situatie goed wordt gemanaged. Voor een speler kan het als een grote teleurstelling voelen om een stap terug te doen. Als jij hem ervan kunt overtuigen dat het geen stap terug is, maar 'een pas op de plaats' om juist de ontwikkeling te stimuleren, dan kan zoiets goed werken."

Groei en blessures

Wouter Frencken: "Wat er tijdens de groeispuurt gebeurt, is dat de romp van een speler langzamer groeit en de armen en benen juist sneller. Voor de groeispuurt heeft een speler dus relatief een grote romp, tijdens groeispuurt relatief langere armen en benen. Daardoor ziet de motoriek van spelers die in de groeispuurt zitten of

er net uit zijn er vaak wat klunzig, onhandig uit. Het gevolg is ook dat eerder klachten optreden, zoals pijn aan de onderkant van de knieën.

Bij FC Groningen hebben we jaren achtereen bijgehouden hoeveel spelers in een maand groeiden en met hoeveel blessures zij te maken kregen. Daarvan hebben we een analyse gemaakt, die een zeer interessante conclusie opleverde. Als een speler in een maand minstens zes millimeter groeit, heeft hij ongeveer twee keer zoveel kans om geblesseerd te raken.

De eerste reactie is dan simpel: spelers bij wie dat het geval is minder laten trainen. Toch ligt dat iets gecompliceerder. Meer dan zes millimeter in een maand groeien impliceert weliswaar een verhoogd risico, maar

tureel een training te laten missen, maar op dagelijkse basis te overleggen wat verstandig is. Als een speler aangeeft wat last van zijn knie te hebben, dan laten we hem bijvoorbeeld een afwerkvorm overslaan. Die creëert een forse belasting op de knie en kan dan beter vermeden worden. Zoiets gaat uiteraard altijd in overleg met verschillende partijen, zoals de medische staf, de sportpsycholoog, de fysiektrainer en de teamtrainers. We zijn daarin altijd op zoek naar een balans tussen het waarborgen van de gezondheid van de speler en het creëren van zoveel mogelijk leermomenten door voor veel trainingsuren te zorgen."

Conditionele achterstand

Wouter Frencken: "Ook een conditionele achterstand kan uiteindelijk

'Alle spelers bij stap 55 laten uitstappen in een Interval Shuttle Run Test is compleet verkeerd'

een speler bijvoorbeeld elke week een training aan de kant houden betekent dat hij veel kostbare trainingstijd misloopt: zo'n veertig trainingen op jaarbasis. Bovendien wordt zijn belastbaarheid in het jaar erop daarmee verkleind.

Stel dat hij door hem alle trainingen te laten meedoen uiteindelijk drie weken mist door een blessure. Dat zijn ongeveer vijftien trainingen, veel minder dan de veertig uit het voorbeeld hierboven. Nou zit daar ook een ethische kwestie aan, want uit gezondheidsoogpunt wil je blessures uiteraard zoveel mogelijk voorkomen. Maar het geeft wel aan dat zoiets altijd een afweging blijft tussen blessurepreventie en extra trainingsarbeid.

Daarin komt clubbeleid om de hoek kijken. Waar we bij Groningen voor kiezen, is om zo'n speler niet struc-

leiden tot blessures. Dat komt bijvoorbeeld voor als een speler lang geblesseerd is geweest, overkomt van een amateurclub of de overstap maakt naar een hogere leeftijdscategorie. Neem bijvoorbeeld een speler die van de C1 van een amateurclub na de zomer in onze B1 komt voetballen. Hij zal moeten wennen aan een hoger niveau, aan meer trainingen en daar komt nog eens bij dat de overstap van C1 naar B1 in de jeugd de grootste is. We proberen dan te voorkomen dat hij na één of twee jaar alweer afvloeit.

Allereerst brengen we zijn conditie in kaart, al voor hij definitief bij ons komt voetballen. Dat doen we door in april of mei lengte en gewicht te meten en een test voor uithoudingsvermogen (zie kader op pagina 47, red.) af te nemen. Zo krijgen we een beter beeld bij wat hij in de vakantie



moet doen om zo goed mogelijk aan het eerste deel van de voorbereiding te beginnen. Vervolgens nemen we in juni, wanneer we drie weken trainen, weer tests af en dat doen we in augustus, als deel twee van de voor-

in kaart hebben hoe een speler ervoor staat, baseren we daarop het vervolg van het trainingsprogramma.

Een speler die overkomt van de amateurs en ook nog eens de overstap

kun je op vier niveaus ingrijpen in het trainingsschema: in de frequentie, de duur, de intensiteit en het type training. We tornen niet aan de intensiteit, want áls er wordt getraind, willen we dat dat met de maximale intensiteit gebeurt. Het komt dus aan op hoe lang en hoe vaak hij traint, en wat hij doet. In de meeste gevallen zal zo'n speler in juni eerst drie keer gaan trainen en later de stap maken naar vier trainingen per week, maar dit verschilt per individu, mede op basis van de uitslag van de testen."

'We tornen niet aan de intensiteit, want áls er wordt getraind, willen we dat dat met de maximale intensiteit gebeurt'

bereiding is begonnen, nogmaals. Op basis daarvan bepalen we wat er nog moet gebeuren om zijn conditie op peil te brengen en waar we rekening mee moeten houden. Een voordeel is dat conditie makkelijker in te halen is dan bijvoorbeeld spelinzicht. Als we

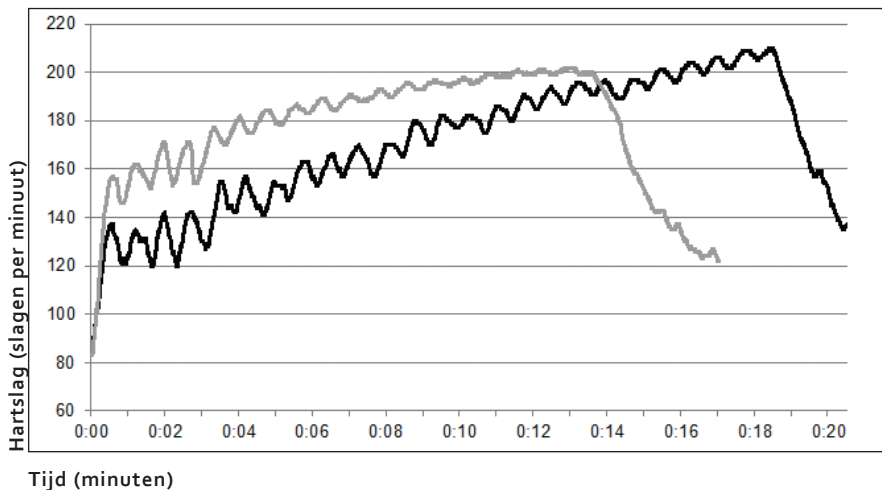
maakt van de C1 naar de B1, moet meerdere stappen overbruggen. Hij gaat vaker trainen, zijn lichaam is ingrijpend veranderd én hij moet op voetbalniveau aanpakken met minder tijd en ruimte. Die combinatie maakt het een heel ingewikkelde stap. Dan

Jeugdscouting

Wouter Frencken: "Op het gebied van jeugdscouting hebben we een zeer interessant onderzoek gedaan. Eerst hebben we gezorgd voor uniformiteit in de spelersbeoordelingen. Als je twintig mensen naar een wedstrijd laat kijken, zien twintig mensen wat

Uithoudingsvermogen

Wouter Frencken: “Om het uithoudingsvermogen van een speler te meten, gebruiken we de Interval Shuttle Run Test (ISRT). Als wetenschapper zie ik dat die door veel trainers compleet verkeerd wordt afgenomen, waardoor je appels met peren vergelijkt. Wat belangrijk is, is dat je het protocol volgt zoals dat is opgesteld door de makers van de test. Daarvan zul je af en toe wegens praktische omstandigheden eens licht moeten afwijken, maar dat moet je zoveel mogelijk proberen te voorkomen. De afstand, pauzes, instructies, et cetera moeten juist zijn. Daarbij is het een grote fout om iedereen tot stap 55 te laten lopen. Voor de een is dat namelijk, in verhouding tot zijn maximale vermogen, veel makkelijker dan voor de ander. Dat maakt dat je weinig conclusies kunt verbinden aan de snelheid waarmee zijn hartslag daalt. Om dat te ondervangen, nemen we eerst een maximale ISRT af om het maximaal aantal gelopen trajecten en de maximale hartslag te bepalen per individuele speler. Vervolgens laten we iedereen 70 procent van het maximaal aantal behaalde trajecten lopen.” (zie afbeelding 2)



Afbeelding 2: ISRT-resultaten van twee spelers in hetzelfde team met een goed (zwarte lijn) en minder goed (grize lijn) uithoudingsvermogen.

anders. Dus als je wilt dat die adviezen zo goed en scherp mogelijk zijn, is het zaak dat je in dezelfde taal gaat communiceren en dat je dezelfde dingen eruit pikt. Dat wil niet zeggen dat de een speler A niet goed kan vinden en de ander speler B, maar dat we dat in elk geval op dezelfde manier proberen uit te leggen.

We hebben de trainers en scouts de zeven meest belangrijke beoordelingscriteria laten kiezen. Een daarvan was bijvoorbeeld ‘Voorkomt ten

coste van alles een tegendoelpunt’. Vervolgens hebben we onze trainers en scouts meerdere malen dezelfde spelers laten beoordelen op die zeven items. Toen na afloop bepaalde spelers waren gekozen voor onze voetbalschool en anderen waren afgevalen, onderzochten we in hoeverre zij anders waren beoordeeld. Wat bleek: de spelers die waren afgevalen, scoorden hoger op de verdedigende items. Niet alleen relatief, maar ook in absolute cijfers. De scouts en trainers die een advies uitbrachten, hin-

gen onbewust een zwaarder gewicht aan aanvallende kwaliteiten.

Op het moment dat we tot zo’n conclusie komen, hangen we daar natuurlijk niet meteen een oordeel aan. Maar het is wel een fantastisch startpunt voor discussie: wat vinden we belangrijk voor welke positie? Hoe goed zijn bepaalde aspecten te ontwikkelen? Door trainers en scouts van zulke dingen bewust te maken, nemen ze beslissingen met extra kennis in hun achterhoofd, waardoor hun keuzes uiteindelijk nóg beter worden.” 🌐

Samenvatting:

- De combinatie van geboortemaandeffect en biologische leeftijd zorgt ervoor dat de ene jeugdspeler wordt voorgetrokken en de ander achtergesteld.
- Door lengte, gewicht, zitlengte, geboortedatum en meetdatum in te voeren, kun je uitrekenen wanneer de groeispurt plaatsvindt.
- Om de negatieve effecten van verschillen in biologische leeftijd te ondervangen, kun je spelers voor sommige trainingen indelen op basis van biologische leeftijd.
- Als een speler meer dan zes millimeter per maand groeit, heeft hij twee keer zoveel kans om geblesseerd te raken.
- Het is aan de club om dan de balans te vinden tussen het waarborgen van de gezondheid van een speler en toch veel trainingsuren aan te bieden.
- Een gevaar van jeugdscouting is dat trainers en scouts verdedigende capaciteiten van spelers (onbewust) onderwaarden.

Ruud van Elk, bewegingswetenschapper bij PSV

'Talentherkenning objectiever door waardevoorspellers'

Traditioneel is (jeugd)scouting een zeer subjectieve aangelegenheid. Hoe vaak worden de beste voetballertjes (aan de bal) wel niet geselecteerd, en hoe vaak betreft dit meestal een centrale middenvelder? PSV heeft een model ontwikkeld waarmee het poogt de scouting meer te objectiveren. Bewegingswetenschapper Ruud van Elk, fulltime in dienst van PSV, vertelt hierover.

Ruud van Elk: "Ik ben bij PSV werkzaam op het gebied van data, meten en testen. De afgelopen tijd heb ik veelvuldig met Bastiaan Riemersma om tafel gezeten om te praten over de instroom van onze jeugdopleiding. En over de vraag wat we wel en niet kunnen meten, en wat trainbaar is en wat niet of nauwelijks. We kunnen duizend testen verzinnen, maar de eerste vraag moet blijven of het enige voorspellende waarde heeft. Ik zie voetbal als de moeilijkste sport om in te scouten. Bij veel andere sporten kun je relatief eenvoudig een beperkt aantal kwaliteiten isoleren. Bij volleybal is het bijna een voorwaarde om lang te zijn en om te kunnen springen. Bij wielrennen moet je in staat zijn om langdurig een bepaald vermogen weg te trappen."

Model

Ruud van Elk: "Twee jaar geleden hebben we een model ontwikkeld waarin allerlei factoren werden meegenomen in het kader van

talenterkenning. Dat werd een grote lijst met factoren, opgesteld door een zogenaamde 'werkgroep' waarin Luc van Agt en jeugdtrainers onder wie Bastiaan als coördinator van FUNdament zaten. Per factor moesten zij het belang aangeven. Op die manier ontstond er een soort weging. De ene factor telt voor 1 procent mee, de andere voor 14 procent of alles wat daartussen valt. En sommige factoren zijn afgefallen, omdat ze – vergeleken met andere factoren – door iedereen als minder belangrijk werden aangemerkt. Ongetwijfeld is het model niet perfect en zal het worden bijgeschaafd. Dat bijgeschaven zal gematigd plaatsvinden, omdat we

de uitkomsten over de komende jaren heen wel graag met elkaar willen kunnen blijven vergelijken. We willen na vier jaar op z'n minst iets kunnen zeggen van onze scouting aan de poorten van FUNdament. Als we bijvoorbeeld kijken naar de spelers die na die vier jaar doorgaan naar de D1, waar bevonden zij zich in de ranglijsten van scores naar aanleiding van ons model? Welke toppers van over vier jaar stonden nog niet in de top van de ranglijst vier jaar eerder, en over welke factoren kunnen we dan dus iets zeggen? En welke factoren lijken een rol te spelen bij spelers die afvallen? Als bijvoorbeeld blijkt dat de D1-spelers van straks

Kwartaal	KwartaalCAT	Lengte	Lengte I	Gem.	Opleiding V	Opleiding Moe	OPLEIDOUDE	Sport Vades	Sport Moedes	OUDESPOR	OUSPCAT	Mu
4	1			#DIV/0!	1	1	1	1	1	1	1	
1	4	180	182	171	3	3	3	1	2	15	3	
1	4	184	188	176	2	3	2,5	1	1	1	1	
2	3	181	185	173	2	3	2,5	1	2	15	3	
2	3		173	173	3	1	2	2	2	2	5	
1	4	175	185	185	5	5	5	1	2	15	3	
3	2	178	176	177	3	1	2	1	2	15	3	
4	1		180	180	2	2	2	2	2	2	5	

Lijst van factoren waarmee rekening gehouden kan worden bij de scouting van (jeugd)voetballers.



in het verleden geen andere sporten naast voetbal deden, dan moeten we de huidige score op die factor ('hoe meer andere sporten, des te beter') veranderen."

Factoren

Ruud van Elk: "De onderstaande factoren maken deel uit van het model:

- **Geboortemaand;** als we kijken naar de verdeling van de geboortemaanden van onze spelers, of de spelers op de scoutingslijsten van de afgelopen jaren, zien we een on-

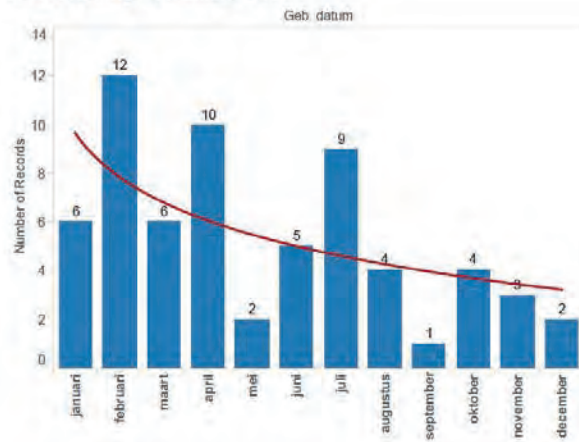
evenredige nadruk op de eerste zes maanden. In ons model krijgt een speler die later in het jaar geboren is, een gunstiger score dan een speler die eerder in het jaar is geboren. Vorig jaar hebben onze scouts al meegekregen dat ze voor iedere gescoute jongen die in januari was geboren ook een speler uit december moesten aandragen, en februari-november etc. Hierdoor is er al wat meer spreiding van geboortemaanden en bewustwording bij de scouts ontstaan. Nu is het niet zo

dat wij verwachten dat er over een paar jaar een perfecte spreiding is per geboortemaand aangezien de eerste selectie bij de amateurclubs blijft. Dit laatste heeft in de praktijk gevolgen voor wie de grootste kans maken om door de PSV-scouts gezien te worden. Om dit enigszins te ondervangen willen we dan ook geboortemaandscoutingsdagen organiseren in de toekomst: bijvoorbeeld, in oktober organiseren we een activiteit waarbij alle jongens die in een bepaald geboortemaand

Multiple Sports	SportsCAT	Jaren Voetbal	Jaren voet	Uren	Uren	Win	Ont	Plk	Algeme	Scout	10m	10MCAT	20m	20MC	Dribbel	DRCAT	Beveegte	Parcountij	PARCAT	Totaalscore Speler
1	1	1	1	29	1	5	1	1	1	1	1.80	1.00	1.00	1.00	8.88	1.00	1.0	10.0	1.0	1.00
5	5	3	3	14	2	3	2	2	1	3	2.07	1.00	3.83	2.00	11.03	3.00	1.0	11.1	1.0	2.33
5	5	3	3	7	4	3	2	1	1	1	2.16	2.00	3.96	3.00	9.96	1.00	1.0	12.3	3.0	2.61
5	5	2	2	12	2	2	1	1	1	3	2.27	4.00	4.09	4.00	13.92	5.00	1.0	11.5	2.0	3.01
1	1	2	2	1	5	2	3	2	2	1	2.18	3.00	3.97	3.00	11.51	3.00	1.3	11.3	1.0	2.33
1	1	4	4	13	2	3	1	1	3	1	2.07	1.00	3.74	1.00	9.94	1.00	1.3	12.5	4.0	2.04
5	5	1	1	20	1	4	1	1	3	5	2.19	3.00	3.88	2.00	11.71	3.00	1.7	12.3	3.0	2.68
1	1	2	2	7	4	2	1	1	5	2	2.5	2.00	2.81	2.00	12.45	4.00	2.0	12.3	2.0	2.33

Hoe lager (groen) de score per factor, des te gunstiger.

Jaarverdeling Fundament 2007



oktober zijn geboren. (zie afbeelding hierboven)

- **Opleidingsniveau vader en opleidingsniveau moeder**, samen 'Gemiddeld opleidingsniveau ouders'; hier proberen we de omgeving beter in beeld te krijgen. Opleiding kan ons iets meer info geven over de achtergrond van de ouders en dus over de omgeving van de speler. Uiteraard is voor ons de intelligentie van de ouders niet doorslaggevend.
- **Sportverleden ouders**; kan ons iets zeggen over de sportbeleving van de ouders en of sport een belangrijk aspect is in de opvoeding van de speler. Recreatief of op professioneel niveau ervaring kan ons iets zeggen over hoe ouders kijken naar sportbeleving.
- **Sportverleden (andere sporten) kind**; als het kind ook andere sporten doet of heeft gedaan, kan dat een voordeel zijn. Puur het breedmotorische aspect, maar ook geeft het ons meer informatie over de omgeving en interesses van de speler.
- **Voetbalverleden kind** (in jaren); de jongens die het kortste voetbalverleden hebben, krijgen de meest gunstige score. Want hij is dus 'nu al' opgevallen terwijl hij nog maar kort op voetballen zit. Bij deze factor waren ook flinke verschillen in score te zien: sommigen zaten al vier jaar op voetbal, terwijl anderen misschien nog geen jaar bij de amateurclub speelden.

- **Voetbaluren per week** (op club en thuis); hier geldt juist: hoe meer voetbaluren iemand maakt per week, hoe hoger de score. Want hier vinden we doorgaans de echte liefhebbers. Ook hier zagen we een grote diversiteit in scores, van 1 tot en met 20 uur per week.
- **Algemene indruk van de PSV-trainer**; welke indruk heeft de PSV-staf van de ouders en speler in kwestie?
- **Oordeel van de scout**; we hebben deze factor bewust wat lager ingezet vanwege twee redenen. De groep kinderen die door deze testbatterij gingen, waren reeds door de scouts aangedragen. Daardoor zou een soort 'bias' (een afwijking ten opzichte van de verwachte waarde) kunnen ontstaan. In de tweede plaats is het zo dat scouts het vaak niet met elkaar eens zijn zodra het niet gaat om spelers die duidelijk aan de bovenkant of onderkant van een groep talenten zitten. Omdat het scoutingoordeel moeilijk te interpreteren bleek, is deze factor relatief gering in het model meegenomen.
- **10 meter sprint**; deze factor telt een stuk zwaarder dan 20 meter, omdat we juist de eerste meters, de explosiviteit zo belangrijk vinden.
- **20 meter sprint**; gaat het bij 10 meter vooral om explosiviteit, bij 20 meter gaat het vooral om snelheid. Dat laatste is beter trainbaar. Daarnaast is het zo dat 20 meter al een flinke afstand is voor de pupillen over wie we het hebben.
- **Dribbelparcours met bal**; hier scoren we de tijd die een speler doet over een bochtig dribbelparcours.
- **Bewegtest**; hier wordt naar de kwaliteit van bewegen gekeken. Krijg je van vier beoordelaars allemaal een 1, dan scoor je dus optimaal. Het model is opgebouwd volgens het principe 'hoe lager je scoort, des te beter'.

Onder meer de antwoorden op de onderstaande aspecten uit de vragenlijst aan de ouders zijn uiteindelijk niet meegenomen in het model:

- **Lengte vader en lengte moeder**, samen 'Gemiddelde lengte ouders'; deze factor hebben we uiteindelijk niet meegenomen omdat hij als relatief onbelangrijk uit de bus kwam, vergeleken met de andere factoren. Het mag duidelijk zijn dat we het hier dus alleen over spelers hebben en niet over keepers, bij wie we méér geïnteresseerd zullen zijn in de verwachte lengte.
- **Welk belang hechten ouders aan winnen, ontwikkelen en plezierbeleving van hun kind**; deze factor is uiteindelijk komen te vervallen, omdat in een groot deel van de gevallen sociaal wenselijke antwoorden kwamen van de ouders in de vragenlijst.

Onze huidige spelers beoordelen we op hun kwaliteiten: valt een speler vooral op doordat hij goed kan dribbelen, altijd goede passes verstuurt of pakt hij veel ballen af? Zoiets zouden we ook graag bij de scouting willen. Dus dat we op basis van typische kenmerken van een verdediger, middenvelder en aanvaller een team samenstellen. Als voorbeeld, we weten namelijk dat een 'gemiddelde' verdediger meer grofmotorisch is aangelegd dan een aanvaller. En van een verdediger wil je graag dat hij goed is in ballen afpakken, terwijl je bij aanvallers eerder naar de dribbel, de passeractie en het scoren kijkt."

Blijven meten

Ruud van Elk: "In het ideale geval zouden we de test meermaals per seizoen willen toepassen op al onze huidige spelers en ook de gescoute spelers op de verschillende locaties van FUNdament. Dit is echter simpelweg niet te bemannen. Als je betrouwbaar wilt meten, moet namelijk op elke locatie dezelfde apparatuur gebruikt worden. En alle middelen van het Fieldlab hebben we alleen op De Herdgang beschikbaar. Het is hier niet de Premier League, waarvan ik weet dat elke club een batterij testmateriaal krijgt. Heb je als club geen personeel in huis om dit te gebruiken, dan regelt de Premier League

dat er personeel gestuurd of opgeleid wordt. Het enige dat je als club als ‘tegenprestatie’ moet doen, is het teruggeven van de data aan de voetbalbond. Daar ontwikkelt zich dus een heel grote berg aan waardevolle gegevens wat betreft de ontwikkeling van leeftijdsgroepen (geboortejaren) binnen de Engelse opleiding. Vervolgens is het niet zo dat Engeland dús over tien jaar Europees of wereldkampioen zal worden. Eerst zullen ze verstandig moeten omgaan met de beschikbare informatie en zal een en ander nog steeds afhangen van wat op en rond het veld gebeurt met de Engelse talenten.

We verwachten over een jaar of vier een uitspraak te kunnen doen of het werken met dit model van waardevoorspellers goed is geweest. Oftewel, zijn de toppers van dat moment ook de toppers bij de instroom geweest? En als blijkt dat het model onvoldoende voorspellende waarde heeft gehad, dan weten we in ieder geval bij welke factoren we fout hebben gezeten.

Het mag duidelijk zijn dat we veel mogelijkheden kennen en toepassen bij testen en meten. We willen echter niet doorslaan. Natuurlijk hebben ouders en trainers er recht op om te weten hoe het met de ontwikkeling van het kind gaat. Ook ten opzichte van andere kinderen. Maar doe dat dan alleen zo vaak als nodig is, zodat ouders en trainer het kind erin kunnen ontdekken. En zorg er ook voor dat je het welbevinden en de betrokkenheid monitort van kinderen. Want juist daaruit komt het kind naar voren.”

Psychologische factoren

Ruud van Elk: “Zoals gezegd is het model niet af en nog steeds onderhevig aan verandering. Zo zijn we nu aan het kijken hoe we eventueel nog een aantal door ons belangrijk gevonden psychologische factoren een rol kunnen laten spelen. Dat is niet makkelijk. Neem bijvoorbeeld zelfregulatie en (intrinsieke) motivatie. De mate van zelfregulatie is een



belangrijke eigenschap van onze spelers. Toch komt deze factor niet één-op-één in het model voor, omdat we nog niet weten hoe we dat zouden moeten doen. Natuurlijk zou je de factoren ‘Algemene indruk van de PSV-trainer’ en met een beetje goede wil het opleidingsniveau van de ouders als indirecte afgeleide factoren kunnen zien. De mate waarin je spelers zelfregulerend vermogen hebben, ervaar je eigenlijk pas als je daadwerkelijk een seizoen met een speler aan het werk bent.

Een andere kwaliteit van goede voetballers is de (intrinsieke) motivatie. Ook op dit gebied kennen we wel weer een afgeleide factor in het mo-

del, namelijk het aantal voetbaluren per week. Die motivatie gaat een speler tijdens zijn voetbalopleiding nodig hebben als hij iets moet verbeteren en zeker als het niet direct lukt. Haak je af of kun je het opbrengen om door te gaan? En stimuleren je ouders je daarbij? Er moet binnen de club een cultuur heersen dat iedereen beter wil worden, maar dat trainen daarvoor niet altijd leuk hoeft te zijn. Als het aan onze directeur Toon Gerbrands ligt, organiseren we - bij wijze van spreken - vijf dagen lang talentendagen en komen we alleen op de laatste dag kijken. Wie is er dan nog over? Dat zijn de gemotiveerde spelers. Ik denk dat dit voor de wat oudere spelers misschien wel geldt,

Computerspel

Ruud van Elk: “In het Amerikaanse ijshockey past men een computerprogramma toe voor het trainen van onder andere werkgeheugen en reactietijd. Je ziet bijvoorbeeld op je scherm een bovenaanzicht van een partijtje 6:6. Je ziet de passlijnen en looplijnen qua richting en snelheid. Op een gegeven moment valt voor een paar seconden het zicht op een aantal spelers weg. Vervolgens moet je als speler aan de bal keuzes maken: welke passlijn is open en welke is dicht? Wat het lastig maakt, is dat niet bewezen is dat dergelijke computertaken vertaalbaar zijn naar het voetbalveld. Dus je kunt heel goed worden in de taak op de computer, maar het toch niet klaarspelen op het veld.”

maar nog niet voor jongste pupillen waar we het nu in dit scoutingsverhaal over hebben.

Vorig jaar was hier een Ierse rugby-trainer te gast. We hadden het toen over de cultuur in het krachthonk. Bij hen was het gebruikelijk dat iedereen in het krachthonk ging applaudiseren zodra iemand zijn persoonlijk record verbrak. Aan het begin van het seizoen ging de bel waaraan je moest klingelen als je je eigen record verbrak, iedere dag. Op het einde van het seizoen ging die bel logischerwijs heel af en toe, maar de applausexplosie was dan wel veel groter. Hij liet er filmpjes van zien, echt mooi! Dit heeft alles te maken met een cultuur van beter willen worden en de passende beloning daarbij. Nu is het de vraag in hoeverre dit vertaalbaar zal zijn binnen het voetballen, maar door dit soort ideeën kun je wel geïnspireerd worden als het gaat om een topsportcultuur.”



Kennismakingsvragenlijst FUNDament

2014 – 2015

Beste ouder,

Wat leuk dat uw zoon in aanmerking komt voor toetreding tot onze opleiding FUNDament. In onze opleiding gaan we van start met een nieuwe manier van opleiden in het voetbal. Hiertoe zijn we gekomen op basis van een analyse binnen onze jeugdopleiding naar factoren die bepalen of een jeugdspeler profvoetballer wordt of afvalt. Uit deze analyse bleek een aantal factoren essentieel, onder meer: hard werken, intrinsieke motivatie en steunende ouders. Aangezien een groot deel van de jeugdspelers geen profvoetballer wordt, ligt de focus op de algehele ontwikkeling van uw zoon. Het voetbal speelt een dominante rol en wordt gebruikt als middel om uw zoon op cognitief, emotioneel, fysiek, motorisch en sociaal vlak zo sterk mogelijk te ontwikkelen.

Wij zijn ervan overtuigd dat kwaliteiten maakbaar zijn door middel van: hard werken (Groei Mindset), op de juiste manier inspelen op de behoeften en ontwikkelingsmogelijkheden van elk kind (Intrinsieke Motivatie) en een focus op de individuele ontwikkeling van het kind binnen het team (Taak Oriëntatie). Hierbij bent u als ouder ongelofelijk belangrijk.

Vandaar dat wij u graag willen betrekken in de ontwikkeling van uw zoon in onze opleiding. Wij vinden dat u essentieel bent voor de ontwikkeling van uw zoon en willen graag met u samenwerken.

Om de (eventuele) samenwerking goed te starten zijn wij erg benieuwd naar u, uw gezin en natuurlijk uw zoon. We willen kennis maken met u en door middel van deze kennismakingsvragenlijst kunnen wij een goed eerste beeld krijgen van uw gezin. Wij stellen het erg op prijs als u deze naar volledige eerlijkheid wilt invullen. Weet dat er geen goede of foute antwoorden zijn!

Toelichting op de kennismakingsvragenlijst: de lijst is opgedeeld in twee delen, deel A en deel B. In deel A draait het vooral om de algemene informatie (zoals woonplaats). In deel B zijn we benieuwd naar de rol van voetbal in het leven van u en uw zoon (hoe lang voetballt al hij al bijvoorbeeld). In beide delen hebben we onderscheid gemaakt in het antwoord van moeder en van vader; u hoeft het namelijk niet altijd met elkaar eens te zijn. De antwoorden van de moeder kunnen aan de linkerkant worden gegeven, de antwoorden van de vader aan de rechterkant. Aan het eind van deel B volgt een aantal stellingen, het zijn precies dezelfde stellingen maar dubbel geprint, bovenaan staat wie welke vragenlijst mag invullen. Bovenaan de eerste staat [MOEDER], bovenaan de tweede [VADER].

A

Algemene informatie

A1. Ouder

Hoe heten u en uw partner? (+leeftijd)

Naam (moeder): _____ Naam (vader): _____

Geb.datum: _____ Geb.datum: _____

Leeftijd: _____ Leeftijd: _____

Hoeveel kinderen heeft u? (+ leeftijden)

Naam: _____ Naam: _____

Geb.datum: _____ Geb.datum: _____

Leeftijd: _____ Leeftijd: _____

Naam: _____ Naam: _____

Geb.datum: _____ Geb.datum: _____

Leeftijd: _____ Leeftijd: _____

Wat is de hoogst genoten opleiding en het beroep van u en uw partner?

Opleiding: _____ Opleiding: _____

Beroep: _____ Beroep: _____

Werkuren per week: _____ Werkuren per week: _____

Wat is uw woonplaats? (+ afstand tot locatie)

Woonplaats: _____ Afstand tot locatie (in kilometers): _____

Wat is de lengte van u en uw partner? (in cm)

Lengte: _____ cm Lengte: _____ cm

Hebben u en uw partner aan sport gedaan, zo ja welke? (+hoelang)

Sport 1: _____ jaar Sport 1: _____ jaar

Sport 2: _____ jaar Sport 2: _____ jaar

Sport 3: _____ jaar Sport 3: _____ jaar

Sport 4: _____ jaar Sport 4: _____ jaar

Sport 5: _____ jaar Sport 5: _____ jaar

Wat zijn de hobby's van u en uw partner? (+ uren per week)

Hobby 1: _____ uur Hobby 1: _____ uur

Hobby 2: _____ uur Hobby 2: _____ uur

Hobby 3: _____ uur Hobby 3: _____ uur

Hoeveel uur slaapt uw zoon gemiddeld per nacht?

_____ uur per nacht

A2. Zoon

Hoe oud was je toen je begon met voetballen? (+hoelang en hoeveel uur per week)

Leeftijd: _____ jaar Al _____ jaar voetbal ik _____ uur per week voetbal ik

Hoe leuk vind je het om te voetballen?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Welke sporten doe je nog meer? (+ hoelang en hoeveel uur per week)

Sport 1: _____ Al: _____ jaar _____ uur per week

Sport 2: _____ Al: _____ jaar _____ uur per week

Sport 3: _____ Al: _____ jaar _____ uur per week

Wat wil je later worden?

_____, want: _____

Wij vinden het belangrijk dat je op tijd naar bed gaat en veel slaapt. Heb jij het er voor over om vaak op tijd naar bed te gaan?

Ja, natuurlijk / Nee, liever niet

B

Voetbal

B1. Zoon

Denk je dat je beter kunt worden in het voetbal als je je best doet?

Ja, heel gemakkelijk / Ja, als ik heel hard mijn best doe / Nee, dat kan niet

Wie zal een betere voetballer zijn: de jongen die dagelijks buiten oefent of die computerspelletjes speelt?

_____, want: _____

Hoeveel uur wil je per week voetballen?

_____ uur per week wil ik voetballen

Hoe lang wil je in onze opleiding voetballen (eerst FUNDament en daarna in één van onze BVO's)?

1 jaar / 2 jaar / 3 jaar / 4 jaar / 5 jaar / 6 jaar / 7 jaar / 8 jaar / 9 jaar / 10 jaar

B2. Ouder

Wat vindt u het belangrijkste in de ontwikkeling van uw zoon in onze opleiding?

Geloof u dat uw zoon profvoetballer kan worden?

Ja / Nee

Ja / Nee

Hoeveel uur kunt u per week besteden aan het voetbal van uw zoon? Hoeveel uur wilt u daaraan besteden? (Denk aan: ophalen en wegbrengen, kleding wassen etc)

_____ uur per week kan ik er aan besteden _____ uur per week kan ik er aan besteden

_____ uur per week wil ik er aan besteden _____ uur per week wil ik er aan besteden

Hoe lang wilt u dat volhouden?

0 - 1 jaar / 1 - 2 jaar / 2 - 3 jaar / 3 - 4 jaar / 4 - 5 jaar / 5 - 6 jaar / 7 - 8 jaar / voor altijd [moeder]

0 - 1 jaar / 1 - 2 jaar / 2 - 3 jaar / 3 - 4 jaar / 4 - 5 jaar / 5 - 6 jaar / 7 - 8 jaar / voor altijd [vader]

Topvoetballers als Frank & Ronald de Boer geven aan dat hun ouders vroeger veel overhadden voor hun ontwikkeling als voetballer. Daarbij geven de voetballers aan dat naast tijd en steun de ouders ook financiële offers brachten (benzinekosten, voetbalkleren e.d.).

Op een schaal van 1 - 10 hoeveel heeft u over voor de ontwikkeling van uw zoon als voetballer, op het gebied van het maken van kosten?

Er komt een hoop kijken bij de opvoeding en ontwikkeling van uw zoon wanneer hij deel uit maakt van een jeugdopleiding van een professionele voetbalclub. Staat u ervoor open tips en begeleiding te krijgen vanuit de club bij het opvoeden en ontwikkelen van uw zoon, de topsporter?

Ja, af en toe / Ja, zo veel mogelijk / Nee

Ja, af en toe / Ja, zo veel mogelijk / Nee

Wat vindt u belangrijker: winnen of ontwikkelen? (omcirkel wat van toepassing is)

Winnen / Ontwikkelen

Winnen / Ontwikkelen

Stellingen

(1 = absoluut niet mee eens, 2 = sterk mee oneens, 3 = mee oneens, 4 = neutraal, 5 = mee eens, 6 = sterk mee eens, 7 = absoluut eens)

[MOEDER]

Op 8-jarige leeftijd is al zichtbaar wie profvoetballer wordt

1 2 3 4 5 6 7

Een voetballer kan beter worden als hij veel oefent en traint

1 2 3 4 5 6 7

Een voetballer met talent hoeft minder hard te werken

1 2 3 4 5 6 7

De voetballer die het meeste oefent, is de beste voetballer

1 2 3 4 5 6 7

Talent is belangrijker dan oefenen en hard werken

1 2 3 4 5 6 7

Pas als een voetballer 18 jaar is, kun je zien of hij profvoetballer wordt

1 2 3 4 5 6 7

Hard werken verslaat talent als talent niet hard werkt

1 2 3 4 5 6 7

Hoeveel uren moet een voetballer trainen om zo goed te worden als hij maximaal kan, schat u?

_____ uur

Dank u wel voor het invullen van de kennismakingsvragenlijst!

Stellingen

(1 = absoluut niet mee eens, 2 = sterk mee oneens, 3 = mee oneens, 4 = neutraal, 5 = mee eens, 6 = sterk mee eens, 7 = absoluut eens)

[VADER]

Op 8-jarige leeftijd is al zichtbaar wie profvoetballer wordt

1 2 3 4 5 6 7

Een voetballer kan beter worden als hij veel oefent en traint

1 2 3 4 5 6 7

Een voetballer met talent hoeft minder hard te werken

1 2 3 4 5 6 7

De voetballer die het meeste oefent, is de beste voetballer

1 2 3 4 5 6 7

Talent is belangrijker dan oefenen en hard werken

1 2 3 4 5 6 7

Pas als een voetballer 18 jaar is, kun je zien of hij profvoetballer wordt

1 2 3 4 5 6 7

Hard werken verslaat talent als talent niet hard werkt

1 2 3 4 5 6 7

Hoeveel uren moet een voetballer trainen om zo goed te worden als hij maximaal kan, schat u?

_____ uur

Dank u wel voor het invullen van de kennismakingsvragenlijst!

Handige trainersmaterialen voor jezelf of voor je club!



Coachboekjes 'Wedstrijdregistratie'

- Praktisch, met ringband
- Bevat veldjes en schema's
- Veel ruimte voor notities
- Keuze uit A5 en A6 formaat

Abonnees
ontvangen
7,5%
korting



Coachboekjes 'Trainingsregistratie'

- Praktisch, met ringband
- Overzichtslst trainingsbezoek
- Veel ruimte voor notities
- Keuze uit A5 en A6 formaat

Set trainersmaterialen, 4 stuks

- Veldenblok A4 formaat
- Wedstrijdregistratie A5 en A6
- Trainingsregistratie A5 formaat



Veldenblok, A4 formaat

- Velden op A4 formaat
- Eenvoudig af te scheuren
- Volop ruimte voor notities



Bestel deze handige materialen snel via www.devoetbaltrainer.nl/winkel



Trainers
mappen
vanaf
€ 18,-

