

Resultaten eerste trainers enquête

Inhoudsopgave

Inleiding	2
Resultaten, Betrekking op aandachtsgebieden.....	3
Proefpersonen	3
Leerervaring	4
Belasting	5
Fun-factor	6
Overigen en opmerkingen.....	7
Conclusie	7
Bijlage 1, Enquête trainers	8
Bijlage 2, Uitslagen enquête.....	10
Bijlage 3, open vragen trainersenquête	11

Inleiding

In dit rapport de uitkomsten van de eerste trainersenquête. Deze enquêtes zijn direct na de trainersinstructies van Sleppush.nl bij de 'Club van Elf' (Onderzoeksgroep) afgenomen. De enquêtes zijn hardcopy overhandigt en na invullen direct weer ingeleverd. Het doel van deze enquête lag op het achterhalen van de verwachtingen en eerste ervaringen van de trainers die de SCTT gaan gebruiken voor aanleren van de sleppush bij hun jeugdspelers.

De probleemstelling is: "Zorgt de SCTT ervoor dat de techniek makkelijker aan te leren is, de sleppush leuker wordt om aan te leren en wordt de beweging bij gebruik van de SCTT minder belastend bij jeugdhockeyers?"

De uitkomsten zijn opgesplitst naar de aandachtsgebieden die in de probleemstelling uitgezet zijn. Deze zullen achtereenvolgens behandeld worden, waarna er nog gekeken zal worden naar de overige vragen (en eventuele onverwachte uitkomsten) in de enquête en opmerkingen die op het eind van de enquête gegeven zijn. De conclusies volgen daarna.

In de bijlagen zijn de volgende onderdelen opgenomen. De enquête zelf staat in bijlage één, de grafiek met alle bekende uitkomsten op meerkeuzevragen in bijlage twee. Bijlage drie bevat de antwoorden op de volledig open vragen. Namelijk vraag 4 en het onderdeel opmerkingen.

Hiermee wordt een totaaloverzicht gegeven van de enquête en uitslagen. Verwijzingen naar vragen kunnen dus in de bijlagen gevonden worden, de grafieken die niet uitvergroot zijn weergegeven in dit verslag kunnen in bijlage 2 opgezocht worden.

Resultaten, Betrekking op aandachtsgebieden

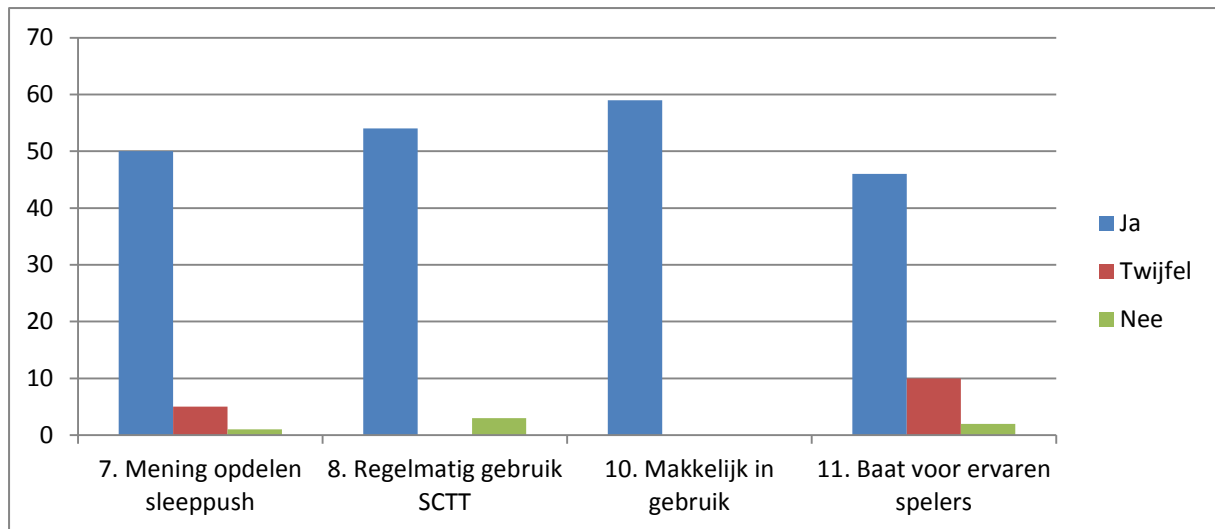
De focus van deze enquête lag voornamelijk op de (verwachte) leerervaring van de trainers. Belasting komt voornamelijk op langere duur aan het licht, de funfactor kunnen de jeugdhockeyers zelf meer over zeggen.

Proefpersonen

De trainers die mee hebben gedaan (59 deelnemers) hebben uiteenlopende ervaring. De meest ervaren trainers hebben zeker 30 jaar ervaring waarvan ze 15 jaar specifiek sleeppushtraining hebben gegeven. De minst ervaren hebben slechts één jaar ervaring als trainer en geen ervaring met het geven van specifieke sleeppushtraining. De gemiddelde ervaring echter zit rond de acht jaar algemene trainerservaring en vijf jaar ervaring met sleeppushtraining. Een groep die dus een goed idee heeft van hoe de sleeppush en het trainen ervan werkt.

Leerervaring

De vragen met betrekking op leerervaring zijn de vragen 7, 8, 10 en 11.



Over de leerervaring in het algemeen is weinig discussie. Wat betreft vraag 7 geven sommige trainers aan dat het opdelen van de sleppush niet ideaal is. Een aantal hebben hierbij de toelichting gegeven dat ze er niet zeker van zijn dat het collecteren en begeleiden van de bal los van elkaar een goede methode is. Echter, bij gesprekken na de instructie geeft een ruime meerderheid aan te verwachten dat het leerproces geholpen is bij het opdelen. Het weglaten van één van de stappen in de beweging maakt het makkelijker de sleppush stapsgewijs te leren. Deze mening wordt door velen gedeeld, blijkt uit de enquête.

Ruim de meeste trainers willen de SCTT met regelmaat gaan gebruiken. Ze zien het als een nuttig vast onderdeel van een trainingsprogramma. De uitzonderingen (5 man) willen weten wat het sleepniveau van hun hockeyers is voordat ze het in gaan passen of willen de nadruk in hun trainingen niet zozeer op het trainen van de sleppush leggen.

Unaniem wordt aangegeven dat de SCTT makkelijk in gebruik is. Hier zijn geen uitzonderingen op.

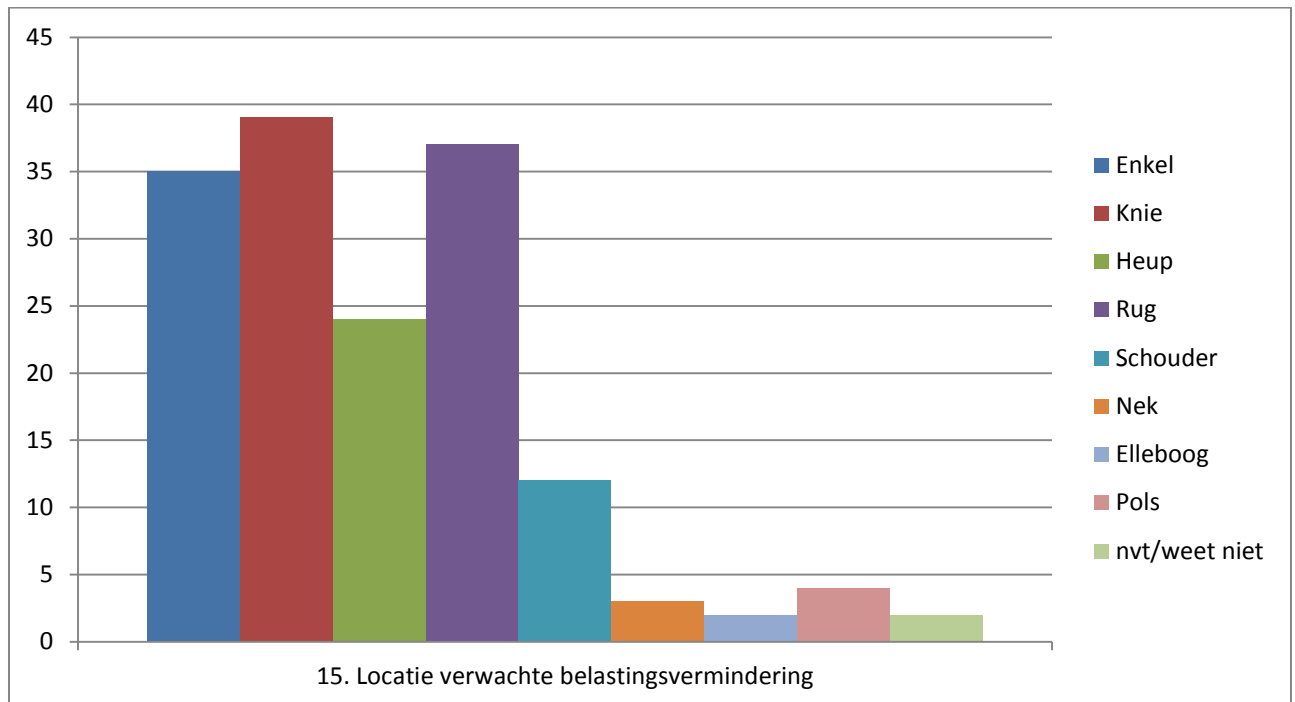
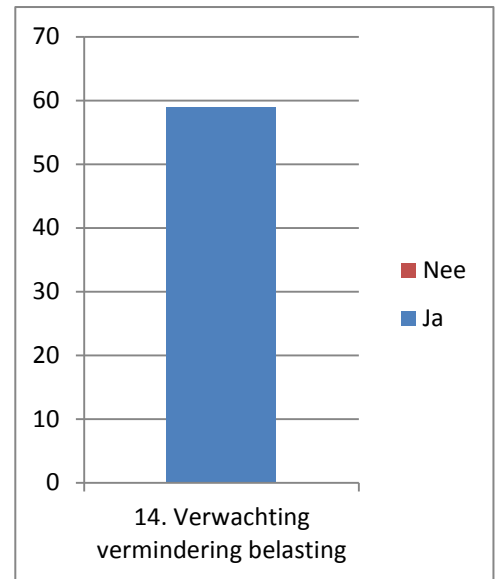
Over de meer ervaren spelers is wel enige discussie. De meerderheid verwacht dat het zeker nuttig zal zijn voor deze hockeyers om de SCTT te gebruiken. Degenen die twijfelen of verwachten van niet dragen voornamelijk de volgende redenen aan. De ervaren spelersgroep is te ver gevorderd voor gebruik van de tafel en heeft dus een te lange push. Ook wordt gesteld dat de stap tussen veld en SCTT misschien te groot is, wat zorgt voor een verstoord ritme.

Daar tegenover staan positieve bijchriften waarin verwacht wordt dat de techniek geperfectioneerd kan worden met behulp van de tafel. Ook wordt de SCTT gezien als een mogelijkheid om extra stappenpatronen aan te leren aan de meer ervaren sleepers. Zowel voor de voor als tegens valt dus wat te zeggen. Het antwoord hierop ligt in de toekomst, maar de verwachting is positief.

Belasting

De vragen met betrekking op belasting zijn de vragen 14 en 15. De trainers zijn unaniem positief in hun verwachting dat de belasting zal verminderen. Van alle 59 trainers zien we in de antwoorden terug dat ze verminderde belasting verwachten op het lichaam. Dit is in de grafiek hiernaast te zien.

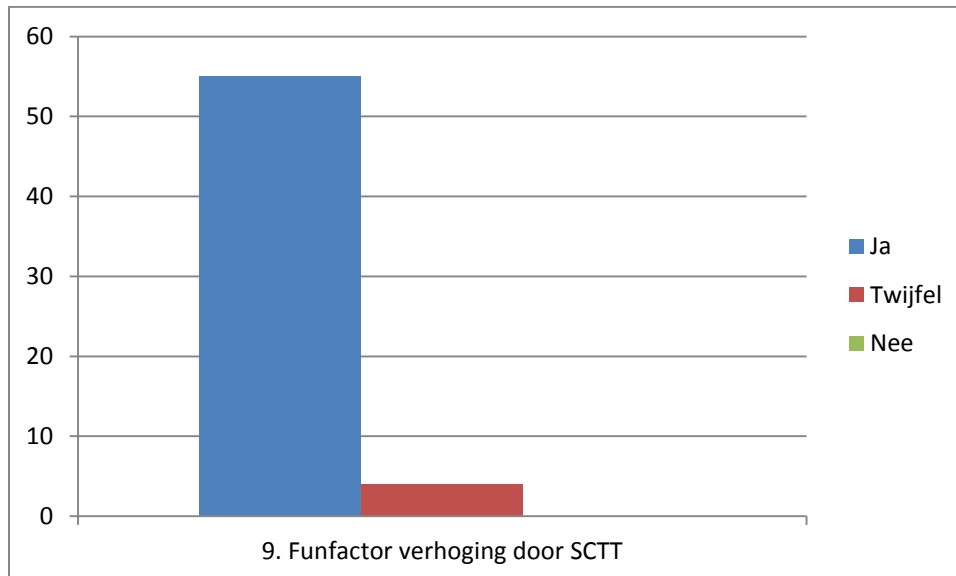
Hieronder de vraag met betrekking op welke plekken ze minder belasting verwachten in het lichaam. Er konden meerdere antwoorden gegeven worden. De plek waar ze verminderde belasting verwachten is vrij breed. Een aantal op alle gevraagde plekken in het lichaam. Wel is duidelijk te zien dat de voornaamste verwachte vermindering ligt in het onderstel. Hieronder vallen de enkels, knieën en heupen. De rug is ook een plek die relatief zwaar belast wordt tijdens de sleeppush. Ook hier verwachten de trainers verminderde belasting.



Fun-factor

De vraag met betrekking op de fun-factor is vraag 9.

Andere vragen in het onderdeel leerervaring en de vermindering van belasting hebben hier indirect wel mee van doen, maar daar ligt geen specifieke focus op de fun-factor. Vraag 9 was een zeer duidelijke vraag. “Denkt u dat de SCTT de fun-factor van de training verhoogt.”



Ook het antwoord is vrij duidelijk in de enquête. Een overgrote meerderheid geeft aan een ‘leukere’ sleeppushtraining te kunnen geven met de SCTT. Hierbij wordt aangegeven dat het een absolute plus is dat de hockeyers niet sterk hoeven te zijn om de bal in de goal te slepen of omhoog te krijgen. Iedereen kan dus slepen.

De twijfel bij de overige vier trainers ligt in de noodzaak tot afwisseling tussen gebruik van de SCTT en slepen van de grond. Dit kan tot teleurstelling leiden als het slepen vanaf de SCTT goed gaat, maar het slepen vanaf de grond plots niet lukt.

Er zijn geen trainers die nee geantwoord hebben, wat erop duidt dat er toch een zeer positief gevoel is over de SCTT. Dit was overigens ook te merken bij het geven van de sleepinstructie aan de trainers. De trainers zelf hebben het stuk voor stuk leuk gehad tijdens hun sleeppushtraining (met de SCTT), wat ze zelf eerder ook niet ervaren hadden bij hun eigen trainen van de sleeppush.

Overigen en opmerkingen

Overige vragen zijn 1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, 13 en de 'Opmerkingen'. De vragen 1 t/m 3 waren administratief. Slechts om de kennis van de doelgroep en de proefpersonen te kunnen inzien.

Vraag 4 gaat over problemen die de trainers tot nu toe tegen zijn gekomen bij het geven sleeptrainingen. Hiermee komt er een vollediger beeld van bestaande problemen met het aanleren van de sleeppush. Is er überhaupt wel een probleem? Uit deze vraag blijkt van wel, de probleemstelling omvat het scala aan problemen die trainers tegenkomen.

Vraag 5 en 6 hebben betrekking op respectievelijk de gegeven instructie en de handleiding. Uit de gegeven antwoorden blijkt dat de trainers de instructie goed vinden. Het doel is duidelijk en deelname is leuk. Daarnaast wordt het praktijkonderdeel erg op prijs gesteld. Zonder dit onderdeel zou er een hoop van de gegeven stof weer vergeten worden en minder inzichtelijk zijn. De handleiding is, voor degenen die hem al gelezen hadden, duidelijk en nuttig. De vele foto's en heldere teksten maken het goed te begrijpen en handig voor het opzoeken van zaken.

Vraag 12 en 13 gaan over de aanwezigheid van een opslaglocatie, elke vereniging geeft aan een locatie voor opslag te hebben. Bijna allemaal hebben ze ruimte in een materiaalschuur, of anders een bestuurskamer waar de SCTT gestald kan worden.

Conclusie

Na de enquête afgenomen te hebben bij 59 trainers van diverse clubs is bekend wat zij denken over de SCTT. De eerste verwachtingen zijn glashelder.

Op het gebied van leerervaringen hebben de trainers grote verwachtingen na zelf met de SCTT gewerkt te hebben. Naast gebruiksgemak valt ook het opdelen van de sleeppush in goede aard. Daarnaast geven de trainers aan de SCTT regelmatig te gaan gebruiken.

Unaniem wordt vermindering van belasting verwacht. Voornamelijk op het onderstel en rug. Ook in andere delen van het lichaam verwachten trainers dat de belasting zal verminderen.

De fun-factor gaat omhoog naar verwachting van de trainers. Na aan den lijve te hebben ondervonden dat de sleeppush ook leuk kan zijn, hebben ze er alle vertrouwen in dit plezier ook aan hun eigen jeugdspelers over te kunnen brengen.

Al met al een zeer positieve voorlopige verwachting van de trainers, wat hals reikend naar de uitslagen van de volgende enquêtes uit doet kijken.

Bijlage 1, Enquête trainers

Trainers

Deze vragenlijst is bedoeld om inzicht te krijgen over de mening van de trainers die de SleepCornerTrainingsTafel (SCTT) gebruiken over de uitleg, handleiding en verwachtingen t.a.v. de SCTT. Het invullen van de vragenlijst duurt ongeveer 5 minuten..

- 1) Op welke club geeft u hockeytraining?.....
- 2) Hoe lang geeft u al training?.....
- 3) Hoe lang geeft u al sleeptraining?.....

- 4) Wat zijn problemen die u tegenkomt bij het geven van de sleeptraining? (Denk aan overbelasting, te hoge moeilijkheid, niet leuk)
.....

Bij het beantwoorden van de vragen 5,6 en 15 zijn meerdere antwoorden mogelijk

- 5) Wat vond u van de presentatie/ praktijk-instructie van de SCTT?
 - A. Duidelijk
 - B. Onduidelijk
 - C. Te snel
 - D. Te traag
 - E. Te veel onnodige informatie
 - F. Te weinig voorbeelden
 - G. Te veel voorbeelden
 - H. Praktische tips ontbraken
 - I. Presentatie was overbodig
 - J. Praktijk-instructie was overbodig
 - K. Anders, namelijk.....

- 6) Wat vond u van de handleiding, die meegegeven is met de SCTT?
 - A. Duidelijk
 - B. Onduidelijk
vul in als u iets specifiek onduidelijk vindt:.....
 - C. Te beknopt
 - D. Te uitgebreid
 - E. Cruciale info ontbrak, namelijk.....
 - F. Anders, namelijk.....

- 7) Bij de normale sleppush wordt de bal gecollecteerd en daarna gepusht. Dit gebeurt allemaal in één beweging. Denkt u dat de techniek van de sleppush sneller wordt geleerd, als deze in tweeën gedeeld is? Namelijk het collecteren van de bal en het begeleiden (wat weg gelaten is).
 - A. Zeker
 - B. Ik twijfel, want
 - C. Nee, want

- 8) Denkt u dat u de SCTT regelmatig gaat gebruiken voor het trainen van de sleppush?
 - A. Ja
 - B. Nee, want.....

- 9) Denkt u dat de SCTT de fun factor (plezier) van de sleeppush training verhoogt?
- A. Ja, zeker
 - B. Waarschijnlijk wel, maar
 - C. Waarschijnlijk niet, want
- 10) Vindt u dat de SCTT makkelijk te gebruiken is voor de spelers tijdens de training?
- A. Ja
 - B. Nee, want.....
- 11) Denkt u dat spelers die de sleeppush al kunnen, baat hebben bij trainingen met de SCTT?
- A. ja
 - B. waarschijnlijk niet, want
 - C. nee, want
- 12) Is er al een plaats waar de SCTT bij uw club opgeslagen kan worden?
- A. Ja
 - B. Nee
 - C. Weet ik niet
- 13) Zo ja, waar?
-
- 14) Denkt u dat de fysieke belasting op het lichaam verminderd wordt door de SCTT? Met name op de gewrichten (niet spieren) waar snel blessures optreden als gevolg van het uitvoeren van de sleeppush.
- A. Ja
 - B. Nee, want
- 15) Zo ja, waar? (*meerdere antwoorden mogelijk*)
- A. Enkel
 - B. Knie
 - C. Heup
 - D. Rug
 - E. Schouder
 - F. Nek
 - G. Elleboog
 - H. Pols
 - I. N.v.t.

Opmerkingen

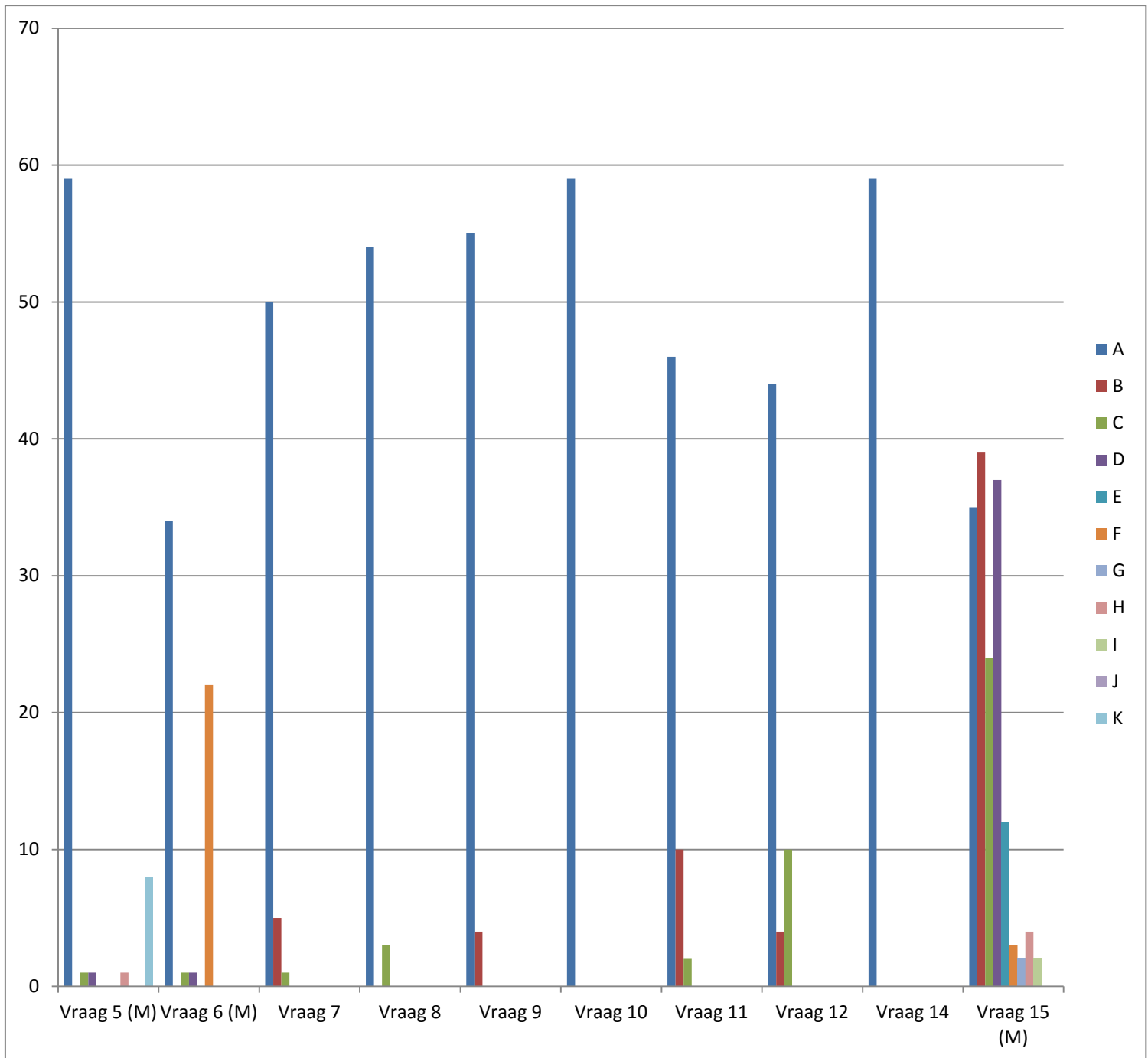
.....

.....

.....

.....

Bijlage 2, Uitslagen enquête



Bijlage 3, open vragen trainersenquête

Vraag 4
4. Welke problemen komt u tegen bij sleeptraining?
overbelasting, Lang trainen voor mooi resultaat
Weinig
verveling en overbelasting
moeilijkheidsgraad
Duur versus intensiteit
Kracht, hoog pushen inplaats van techniek
techniek
wrijving van het veld. Max 20 ballen op 100%
laag zitten te moeilijk
techniek uitleg
vooral overbelasting
belastbaarheid, succesbeleving en toepasbaarheid
Timing, techniek, rust, enthousiasme
beweging/...../.....?
aandachtspunt bij teamtraining is differentiëren, d.w.z. in groepjes opsplitsen en dan 1 groep sleeptafel, rest wat anders
te langdradig, niet snel genoeg resultaat
Overbelasting
fysiek nog niet mogelijk in de D-jeugd
liesblessures / te weinig zichtbaar resultaat
overbelasting (d-jeugd)
niet leuk/ concentratie
overbelasting
bal hoog op stick krijgen en dan afrollen. Te vroeg in sleepbeweging bal op stick willen pakken. Kracht problemen in benen. Te vroeg opendraaien
moeilijkheid
niet controle over de bal en lukt niet dus niet leuk meer
overbelasting (als ik zelf sleep)
te specifiek
Moeilijk, zwaar
overbelasting hamstring / linker knie
Diversiteit accenten / Individuele voorkeur
Kracht bij de C en D jeugd is onvoldoende
Het lukt vaak niet, weinig resultaat
Uit komen van, de belasting op knie of enkel gewricht
te hoge moeilijkheid
Bij mezelf aan blessures aan mijn lies

Algemene opmerkingen
We hebben de cornertraining al georganiseerd en gaan de tafel testen + gebruiken
Goed product. Leuk dat jullie de sleeppush in Nederland willen verbeteren
Goed om de basis te krijgen of verschillende/nieuwe technieken te leren. Mogelijk kan het gevordede gaatje op een ander hoogte geplaatst worden zodat de doelgroep wordt vergroot
Ben benieuwd naar praktijkervaring de komende 6 weken
vermindering van de wrijving op het veld is in mijn optie de belangrijkste verbetering
Top! Leuk ding, makkelijk mee te nemen. Was nu niet superserius maar is zeer nuttig bij trainingen of extra momenten waar er wel serieus mee gewerkt kan/gaat worden
Prettige introductie, goed te ervaren en helder verhaal.
Heel leuk innovatief. Vooral vor D/C lijn (top). Meiden: fysieke tekortkoming geen belemmering meer voor scoren
Duidelijke presentatie, goed product
Super initiatief. Mooi om nieuwe technieken aan te leren, of van nul af aan te beginnen
Erg leuk en actieve presentatie. Heb me echt vermaakt en tegelijkertijd veel geleerd
Hele duidelijke uitleg, goede voorbeelden en ontzettend leuk gepresenteerd. Daarnaast super goed ontwerp, ik denk dat ontzettend veel spelers hier baat van zullen hebben en gemotiveerd zullen zijn om de nodige uren erin te steken. Voor mij, de sleeppush leek was dit super leerzaam en informatief.
hamstring
Erg geod, leuk want je boekt snel progressie
Was een topdag!
Prima en leuk
Leuke ervaring. Thanks Succes
Leuk apparaat, leuke training
hamstring, lies