

Performancescan

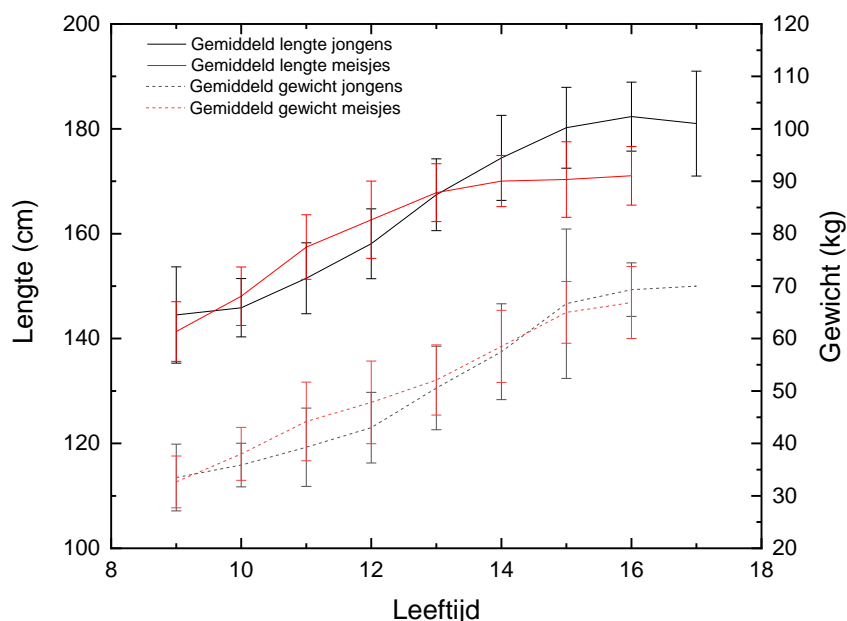
Sinds 2015 wordt de performance scan uitgevoerd bij de Handbalschool. Hierdoor krijgen de kinderen inzicht in hoe zij er fysiek voor staan. Een werkgroep bestaande uit John van den Elzen (ouder), Bart Erich (bestuur), en Tim Faatz (Monné) heeft de data van de afgelopen jaren verzameld, geanonimiseerd en de gemiddelden berekend per leeftijd per oefening. Hierdoor kun je zien hoe jij als deelnemer staat ten opzichte van de langjarige gemiddelden.

Resultaten van de performance scan van dit jaar (gemiddelden per groep per oefening):
(de resultaten van elk jaar per groep zijn ook terug te vinden op de website)

Groepsresultaten Performance Scan 2019-2020																			vrijdag 13 december 2019	
																			18:17:54	
Groep	Shuttle	SD	Worp	SD	Sprong	SD	Exo	SD	Endo	SD	Lenig	SD	Knijp R	SD	Knijp L	SD	Sprint	SD	T-test	SD
Jongens B	10,68	1,28	74,95	5,44	46,56	7,29	141,16	27,59	168,51	33,14	-1,81	9,83	42,53	9,45	38,72	6,64	3,22	0,19	9,49	0,48
Jongens C	9,86	1,55	63,78	7,06	36,23	6,72	103,73	24,03	124,18	29,33	-5,01	7,96	30,15	6,86	27,11	6,89	3,49	0,24	9,92	0,42
Jongens D/E	7,38	2,01	51,57	7,24	28,55	6,12	78,73	18,95	93,41	26,39	-1,95	4,84	20,61	4,29	18,43	4,37	3,88	0,32	10,81	0,74
Meisjes B	8,54	2,86	66,32	5,92	36,46	4,69	124,25	22,40	143,74	22,36	7,35	8,15	35,72	4,66	30,61	3,65	3,57	0,16	10,17	0,30
Meisjes C	8,54	0,69	60,13	7,17	31,01	3,52	89,40	23,26	109,91	28,84	5,56	7,32	27,12	4,77	23,98	6,75	3,68	0,18	10,30	0,33
Meisjes D/E	5,98	1,68	47,98	6,10	24,60	4,44	74,55	14,76	90,80	11,78	0,07	6,64	19,58	3,47	17,86	3,62	4,01	0,25	11,14	0,49

Analyse van de data over 2015-2020 – een doorkijkje

De dataset van 2015-2020 is inmiddels in een grote database gezet, waarbij de data van een deelnemer over de jaren heen eruit gehaald kan worden. Verder kunnen wij kijken naar de data voor bepaalde leeftijden per toets. Op dit moment zijn wij door deze data aan het ploegen. Wij hebben de bovenstaande groepsresultaten nu ook per leeftijdsjaar. Om eventjes een idee te geven hieronder een doorkijkje voor gewicht en lengte. Dit soort grafieken maken wij nu ook voor alle andere meetdata. Dus verwacht nog maar meer leuke informatie.



Wat zien in bovenstaande grafiek?

- Meisjes beginnen eerder aan de groei (de rode lijn loopt boven de zwarte doorgetrokken lijn tot aan 13 jaar).
- Meisjes zijn op jongere leeftijd ook zwaarder dan de jongens (omdat ze eerder beginnen met groeien)
- De jongens zijn langer dan de meisjes.
- De balkjes geven de spreiding (de verschillen tussen kinderen van een leeftijd) aan op een bepaalde leeftijd.

Deze grafieken kunnen wij nu ook gaan maken voor alle andere metingen, zoals shuttlerun, worp, kracht, sprint etc. Straks weten wij precies wat de gemiddelde ontwikkeling is per tijd afhankelijk van de leeftijd. Daarnaast kunnen wij de groei per deelnemer hierin plotten. Een enorm karwei om hier de juiste informatie uit te kunnen halen. Na 5 jaar consequent doormeten, begint het nu zijn vruchten af te werpen! Meer weten, blijf dan de nieuwsbrieven en website volgen!

Als je vragen hebt over wat deze cijfers betekenen, kun je altijd contact opnemen met Bart (algemenezaken@handbalschoolbrabant.nl). En als je wilt weten, wat je kunt doen om jezelf te verbeteren, vraag dit dan na bij Tim of een van de andere fysio's.