

De favoriete hoek van Edwin van der Sar.

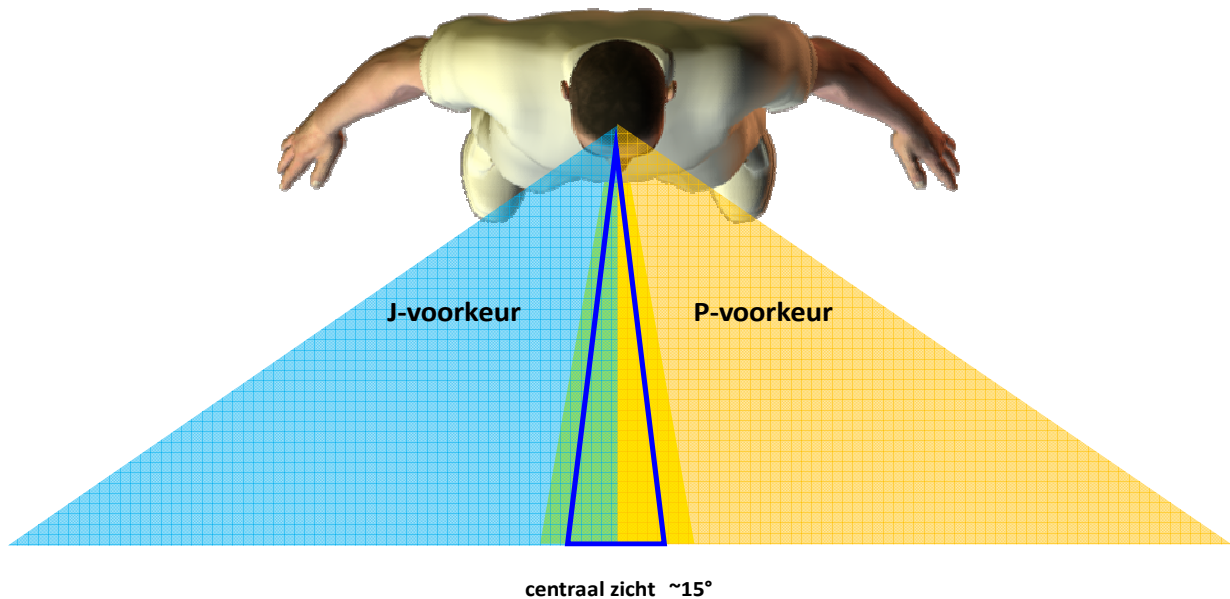
Toen de Action Type grondleggers Ralph Hippolyte en Bertrand Théraulaz, tijdens de NOC*NSF Mastercoach in Sports leergang 7 voor bondscoaches, vertelden dat voetbalkeeper Edwin van der Sar laag links van hem het meest kwetsbaar is, ontstond er bij een aantal toehoorders enige scepsis. Hoe kunnen jullie dat nu weten, zijn de beste keepers ter wereld überhaupt wel ergens kwetsbaar, dat soort vragen deden de ronde. Onlangs gaf Edwin in het televisieprogramma Knevel en Van den Brink zelf het antwoord.

Andries Knevel had in zijn jeugdijaren als keeper van het schoolelftal ervaren dat hij een sterkere en een zwakkere hoek had. Nu wilde hij van de doelman van Manchester United graag weten of wereldkeepers daar ook last van hebben. Aan de hand van beelden van een paar stijlvolle reddingen sprak de presentator het vermoeden uit dat de vroegere goalie van het Nederlands elftal bij voorkeur ballen links van hem heeft. Van der Sar: "Nu ik gestopt ben kan ik het eerlijk zeggen, mijn favoriete hoek is rechts van mij. In al die jaren is er veel bijgeschaafd, maar links blijft voor mij lastiger."

Horizontaal perifeer zicht.

Hoe waren Hippolyte en Théraulaz tot hun bevindingen gekomen? Action Type geeft o.a. inzichten in de visuele voorkeuren van sporters. Een belangrijke dimensie daarvoor is het gebruik van het horizontaal perifeer zicht. Afhankelijk van de hersenheltdominantie ziet een sporter beweging, gevaar, richting en snelheid net iets eerder, beter en scherper met het ene oog dan met het andere oog. Het oog dat hierin dominant is noemen we het motoroog. Sporters met een dominante linkerhersenhelte (Judgers, rechter motoroog) nemen het aankomende voorwerp, bijvoorbeeld de bal, beter waar als deze van rechtsvoor komt, voor sporters met een dominante rechterhersenhelte (Perceivers, linker motoroog) werkt het net andersom. Hierbij past de nuance dat beide ogen ook in het horizontaal perifeer zicht met elkaar samenwerken, dit in de verhouding 2/3 (motoroog) en 1/3 (andere oog).

horizontaal perifeer zicht



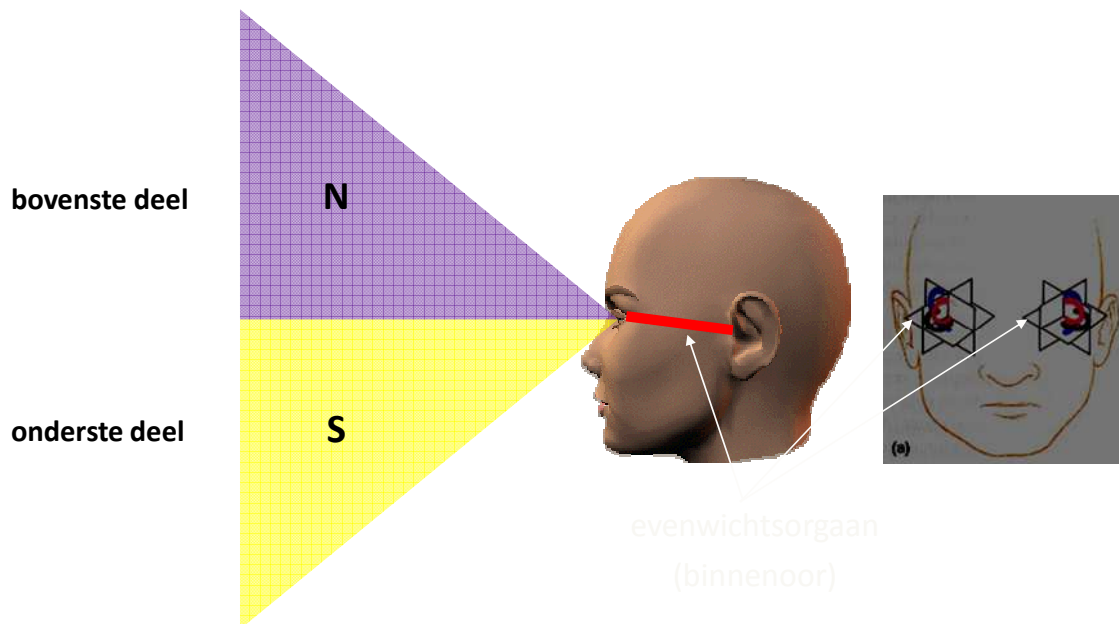
ActionType Academy ©

Edwin van der Sar kan als iemand met INTJ-voorkeuren worden geduid. Uit de J spreekt dominantie van de linkerhersenhalft en dat betekent een voorkeur voor het gebruik van het rechter motoroog. Edwin ziet en anticipeert van nature beter als de bal in zijn rechter blikveld komt.

Verticaal perifeer zicht.

Perifeer zicht kent ook een verticale dimensie. Deze hangt samen met de S (walking from the bottom) dan wel de N (walking from the top). Sporters die walking from the bottom (S) voortbewegen nemen de grond vlak voor hen als referentiepunt en gebruiken daardoor van nature het onderste gedeelte van het verticale perifere zicht. Sporters die walking from the top (N) voortbewegen nemen een hoger en verder weg gelegen oriëntatiepunt, zij gebruiken van nature het bovenste deel van hun verticaal perifeer zicht.

verticaal perifeer zicht



ActionType Academy ©

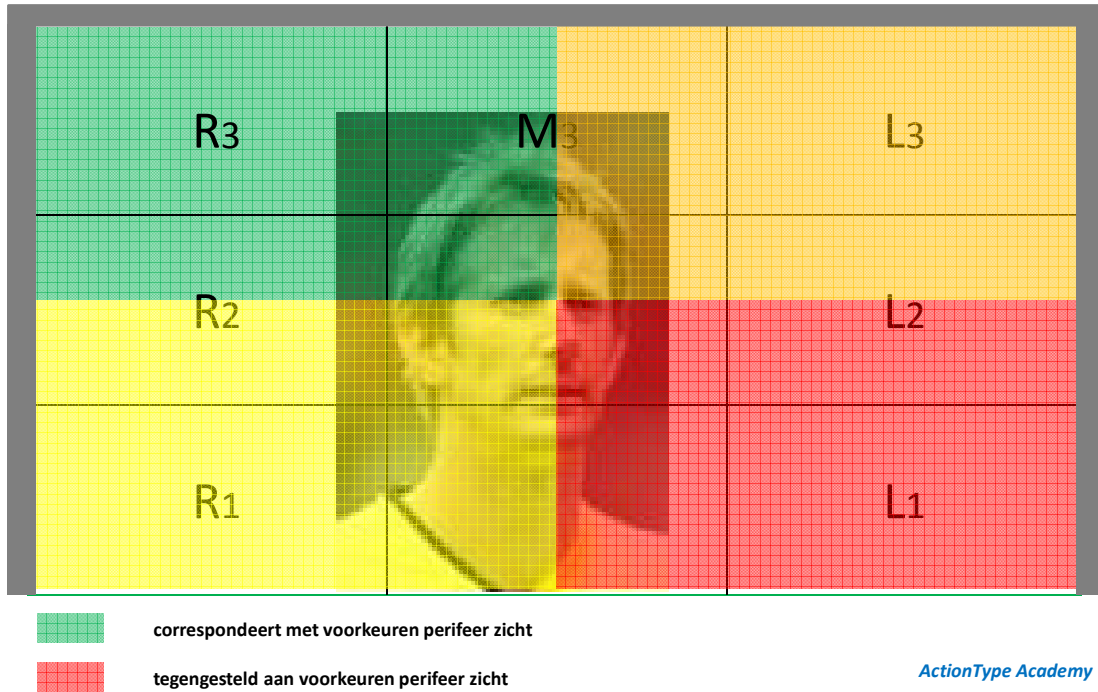
Wie keepers observeert ontdekt dat de één zijn acties bij voorkeur start vanuit een lagere basishouding (meer door de knieën) en de ander een hogere uitgangshouding (knieën slechts licht gebogen) aanneemt. Dit is een aanwijzing voor het verschil tussen walking from the bottom (S) en walking from the top (N). Edwin beweegt walking from the top, gebruikt van nature vooral het bovenste deel van zijn perifeer zicht en heeft daarmee beter het oog op ballen die hoger komen.

De kwaliteit van de waarneming bepaalt de kwaliteit van de handeling.

Belangrijk om te weten is dat het vooral de kwaliteit van de waarneming is die de kwaliteit van de handeling bepaalt. In de praktijk blijkt maar liefst 90% van de handelingsfouten voort te vloeien uit niet optimale waarnemingen. De combinatie van horizontaal en verticaal perifeer zicht geeft inzichten in de favoriete en kwetsbare hoek van een keeper. Op basis van zijn voorkeuren voor het gebruik van het rechter motoroog en het bovenste deel van het perifeer zicht ziet dat er voor het INTJ Action Type van Edwin als volgt uit.

Edwin van der Sar

- voorkeuren voor INTJ -



Toeval of niet, wie nog eens wil bekijken aan welke kant de doelman van Manchester United in de finale van de Champions League 2011 tegen Barcelona werd gepasseerd, kan op onderstaande link klikken:

<http://www.youtube.com/watch?v=ICLeS0hallc>

Overigens geldt het belang van een juist gebruik van perifeer zicht niet alleen voor keepers, in alle sporten waar beweging en snelheid een rol spelen doet het opgeld. Action Type biedt de inzichten om de kwaliteit van de waarnemingen en daarmee de kwaliteit van de handelingen van sporters te verbeteren. Daarbij is de visuele strategie aan de individuele motoriekvoorkeuren gekoppeld.

Voorzien.

In hetzelfde televisieprogramma werd Van der Sar gevraagd naar de ledematen die voor een keeper het belangrijkste zijn. Edwin gaf aan: "Voor mij zijn dat in ieder geval mijn hersenen", waarop hij desgevraagd vervolgde met "het gaat er om dat je doorziet wat er gaat gebeuren, hoe je de verdediging moet neerzetten, het inschatten van de snelheid van de bal, dat soort dingen." Voor iemand met INTJ als Action Type is dat allerminst een verrassend antwoord, de dominante mentale functie is voorzien, snel doorhebben wat er gaat gebeuren. NT-sporters kennen een hoge activatie in wat in vaktermen de prefrontale cortex (het voorste deel van de hersenen) wordt genoemd.

Ook in de schrijvende pers komen we treffende beschrijvingen tegen. Guus Hiddink wijst in de NRC van woensdag 3 augustus eveneens op de cerebrale kwaliteiten van Van der Sar, de wil om bekwaam te worden heeft hem tot een uiterst veelzijdige keeper gemaakt. In hetzelfde blad geeft ook Louis van Gaal een paar rake typering. Hij noemt Edwin "een gemaakte keeper, altijd stabiel gebleven en dat tot op het allerhoogste niveau." In hun drang naar bekwaamheid zijn NT-ers eeuwige leerlingen en ook hun motoriek wordt geleerd genoemd. Ze moeten het niet zo zeer van een sensorisch bewegingsgevoel hebben, maar bogen veel meer op het conceptuele. Zodra een NT-er het bewegingsbeeld (het concept) heeft kan hij zijn acties verfijnen, tot bij het perfecte af. Het kan er inderdaad ietwat aangeleerd uitzien. Het respect voor Edwin van der Sar en zijn imposante carrière is er niet minder om.