

@LETIEKLEVEN

VOOR DE JURYLEDEN



DE ONTWIKKELING VAN ALGEMENE JURYVAARDIGHEDEN

Bij deze willen wij jullie een vrije vertaling (van de hand van Marnix de Mangelaere en mijzelf) aanbieden van een artikel verschenen in de laatste nieuwsbrief van European Athletics. Wij zijn ervan overtuigd dat dit interessante lectuur is voor ieder jurylid. Wij wensen jullie hierbij veel leesgenot.

Patrick Van Caelenberghe
VCJ Voorzitter

HET NEMEN VAN BESLISSINGEN ONDER DRUK

Recente onderzoeken hebben aangetoond dat de meeste officiële het nemen van beslissingen onder druk als een essentieel onderdeel zien van hun rol als officieel. Daarom willen we onderstaande tips om 'druk' beter te begrijpen met jullie delen in de hoop dat jullie erin slagen deze in een efficiëntere manier van jureren te kunnen gebruiken.

ERKENNING VAN HET BELANG VAN OBSERVERINGSVAARDIGHEDEN EN HOE DEZE TE VERBETEREN OM HET BESLISSINGSVERMOGEN TE VERSTERKEN

De belangrijkste vaardigheid die je als wedstrijdofficieel moet ontwikkelen is die van het observeren; als je niet kunt verwerken wat je gezien hebt, hoe kun je dan een beslissing nemen? Het belang en de kwaliteit van jouw beslissingsvermogen heeft een diepgaand effect op het resultaat van de proef. Nadruk moet worden gelegd op het gefocust zijn en op uw concentratie, evenzeer als op observeringsvaardigheden en besluitvormingsactiviteiten die je in staat stellen om gebeurtenissen te observeren en te herinneren, tot in detail, zoals: wie was erbij betrokken, wat is er gebeurd en in welke volgorde..



EVALUEER HOE JE ALS INDIVIDU INFORMATIE VERWERKT

We verwerken allemaal informatie op verschillende manieren - we zijn net zo verschillend vanbinnen als aan de buitenkant. De manier waarop we informatie verwerken wordt sterk beïnvloed door onze geprefereerde leerstijl, visueel, auditief of kinesthetisch (via tast en beweging n.v.d.vert.), alsook door onze eigen waarden en overtuigingen. Vraag jezelf af wat jouw geprefereerde leerstijl is en identificeer zo hoe je best informatie verwerkt.

EVALUEER WAT JE ZIET, HOE JE HET HERKENT EN WAT JE ERAAN DOET

Wedstrijdofficiële maken talloze beslissingen tijdens een proef. De meeste beslissingen worden genomen in een fractie van een seconde en in een snelle opvolging. Dit brengt hen niet alleen soms onder druk, maar die druk neemt

ook nog eens toe door het feit dat deze beslissingen correct moeten zijn.

Er is een logische volgorde in dit proces:

1. ZIEN

Je weet wanneer je een situatie gezien hebt.

2. DENKEN

Vraag jezelf af wat je gezien hebt.

3. HERKENNEN

Doorheen het denkproces ben je in staat te herkennen wat je gezien hebt en welke beslissing er moet genomen worden.

4. HANDELEN

Maak de beslissing volgens het bovenstaande proces.

DEFINIËREN VAN DE BIJKOMENDE VAARDIGHEDEN 'ANTICIPEREN' EN 'OPLETTENDHEID' EN HOE DEZE EFFICIENT TE GEBRUIKEN ALS ONDERSTEUNING OM DE JUISTE BESLISSING TE NEMEN

Anticiperen en oplettendheid zijn, om te kunnen reageren met de snelheid die door de atleten van hen verwacht wordt, en om een beslissing te nemen die daar

De Amerikaan Jon Drummond weigerde de piste te verlaten na een valse start in de kwartfinale op de 100m tijdens het WK in Parijs in 2003. De eerste valse start kwam van de Jamaicaan Dwight Thomas. Bij het tweede startschot volgde opnieuw een valse start. Ditmaal op naam van Drummond en een andere Jamaicaan, Asafa Powell. Als gevolg van hun valse start werden ze gediskwalificeerd, want op dat moment was de regel van kracht dat een eerste valse start als waarschuwing gold voor alle atleten. Bij een tweede valse start werd je meteen gediskwalificeerd, ook al was je niet verantwoordelijk voor de eerste valse start. Voordien kon elke atleet beroep doen op een individuele waarschuwing en pas een tweede valse start op jouw naam, werd je gediskwalificeerd.



bij ook nog eens correct is, essentieel voor veel wedstrijdofficiëlen. De vaardigheden ‘anticiperen’ en ‘oplettendheid’ komen met de ervaring, maar het begrijpen van de onderliggende mechanismen en wat je nodig hebt en wanneer je informatie terug dient op te roepen, kan ook helpen:

- Wat zou er nu kunnen gebeuren?
- Waar moet je nu zijn?
- Waaraan moet je nu denken?
- Steun op jouw voorgaande ervaringen en die van anderen.

Het bovenstaande levert je een aantal domeinen op om op te focussen en om je erop voor te bereiden. Ze zullen misschien niet voorkomen, maar ze vormen jouw ‘Plan B’ en door het bovenstaande als mogelijkheden te overwegen, zul je steeds één stap voor zijn op het nemen van jouw beslissingen.

VERKLAAR WAT DRUK VER- OORZAAKT, WAAR DEZE DRUK VANDAAN KOMT EN WELKE STRATEGIEËN ER ZIJN OM ER MEE OM TE GAAN

Wat druk veroorzaakt kan verschillen van de ene situatie tot de andere, maar wanneer het eropaan komt om er mee om te gaan, wordt een gemeenschappelijke aanpak verwacht.

Volgende zaken kunnen hierbij een rol spelen:

- Controleer ongewenste gedachten
- Beheers gevoelens en emoties
- Behoud de kalmte
- Blijf objectief
- Maak een einde aan ongewenst gedrag
- Breng de aandacht terug naar de taak
- Verhoog de samenhang
- Positieve mentale attitudes
- Bevestiging
- Triggerwoorden en -acties
- Voortdurend praten

Vlaamse Atletiekliga vzw
@letiekleven voor de jury 08
Dinsdag 23 februari 2021

COVERFOTO: Nadia Verhofs
FOTO'S: Archief & Belga
TEKST: Patrick Van Caelenberghe & Marnix de Mangelaere
LAY-OUT: Ben Ghyselincx

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, website, mail, fotokopie of op welke wijze ook, zonder voorafgaandelijke toestemming van de uitgever. Teksten en foto's blijven eigendom van de auteur-fotograaf.



Archief

Usain Bolt werd in 2011 op het WK in Daegu gediskwalificeerd in de finale van de 100m. De Jamaicaan veroorzaakte een valse start en moest de baan verlaten. Op dat ogenblik is het als jurylid belangrijk om je vaardigheden efficiënt te gebruiken, om te gaan met de druk en te anticiperen op wat allemaal kan gebeuren.

ERVAAR EN BEOORDEEL JOUW VERMOGEN OM BESLISSINGEN ONDER DRUK TE NEMEN

Hoe leer je onder druk te jureren? Het antwoord is: dit kan je niet! Niemand presteert goed ‘onder druk’. De reden

waarom sommige officiëlen schitteren als de inzet het grootst is, is niet omdat ze dit kunnen doen onder druk, maar omdat ze de druk wegnemen en jureren in een ‘ideale geestgesteldheid’. We hopen dat het bovenstaande je zal helpen die ideale mentale toestand te bereiken.

REGLEMENTSWIJZIGINGEN - FOLLOW-UP

World Athletics kondigde een wijziging aan in haar reglementen inzake schoeisel die inging op 4 december 2020 en laat nu prototype schoenen toe in wedstrijden. Dergelijke ‘ontwikkelingsschoenen’ mogen gedragen worden voor ze algemeen ter beschikking zijn voor andere atleten, zolang World Athletics hun gebruik goedgekeurd heeft. Deze schoenen mogen echter niet gedragen worden bij proeven van de World Athletics Series of de Olympische Spelen.

Het amendement kwam er na vragen van verschillende grote schoenenfabrikanten en de industriële organisatie die hen vertegenwoordigt, de Wereldfederatie van sportartikelenindustrie (World Federation of the Sports Goods Industry - WFSGI). Schoenen kunnen maximaal 12 maanden in de ‘ontwikkelingsperiode’ verkeren.

Het aangepast reglement omtrent schoeisel kan gevonden worden op de [site van de Vlaamse Atletiekliga](#).



Belga

Behind
you

for
what's
ahead

