

Maandelijks uitgave • verschijnt niet in februari - mei - juli en oktober • afgiftekantoor Mechelen 1

DUG-OUT

MAGAZINE VOOR VOETBALTRAINERS

F&G Partners
Partners in Sports

31

Be jaargang • Dug-Out nr. 31 • december 2005
Een samenwerking van de KBVB en F&G Partners bvba



Geert Broeckkaert: Voetbal is als een puzzel, langzaam leer je alle stukjes leggen

Bij jeugd eerst werken aan kwaliteiten of aan gebreken?

Jeugdopleiding Charleroi: kwaliteit boven kwantiteit

Rompstabilisatie voor voetballers

Het werk van Lieven Maesschalck

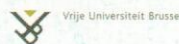
Onderzoek: trainers zijn rituele zondebokken

Hét kwaliteitshandboek voor een succesvolle jeugdopleiding:

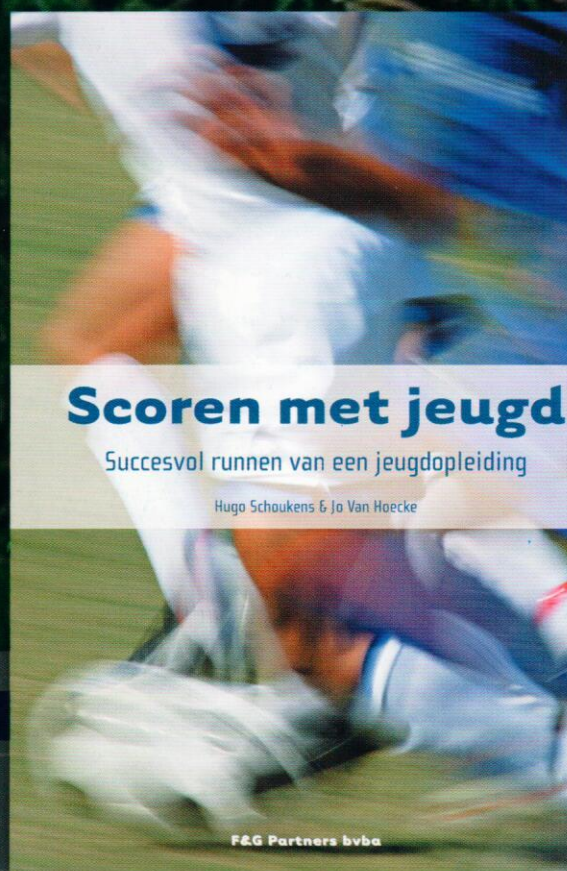
Scoren met jeugd

Succesvol runnen van een jeugdopleiding

Dit boek maakt integraal deel uit van het Dexia foot pass project en is een verlengstuk van het evaluatie- en managementinstrument foot pass. Alle kritieke succesfactoren om te komen tot een succesvolle jeugdopleiding worden hierin toegelicht en verduidelijkt aan de hand van duidelijke standpunten en praktische voorbeelden. Een must voor alle jeugdverantwoordelijken en hun bestuurders!



- een denk- en doe-boek met talloze voorbeelden, checklists en werkinstrumenten
- een cursusboek voor de opleiding jeugdcoördinatoren
- een inspiratiebron voor bestuurders, coördinatoren en trainers uit voetbal- en andere sportclubs
- een kwaliteitsuitgave met 226 pagina's volledig in kleur
- auteurs: Hugo Schoukens en Jo Van Hoecke



Scoren met jeugd

Succesvol runnen van een jeugdopleiding

Hugo Schoukens & Jo Van Hoecke

F&G Partners bvba

ANTWOORDKAART

Stuur deze antwoordkaart ingevuld terug naar: F&G Partners, Leiebos 25 b A2, B - 2170 Antwerpen of per fax naar: +32 (0)3/294.82.20 of mail naar FG-Partners@telenet.be. U kan ook bestellen via onze website: www.PartnersInSports.be

☐ Ik bestel hierbij ... exempla(a)r(en) van "Scoren met jeugd" aan €42,00/ex. (incl. 6% BTW, maar excl. verzendkosten). Ik ontvang dan eerst een factuur. Na betaling van deze factuur, ontvang ik mijn bestelling op volgend adres:

Voornaam en naam: _____

Functie: _____

Straat: _____ Nummer: _____

Postcode: _____ Gemeente: _____

Tel.: _____ Fax: _____

E-mail: _____

Datum: _____

Handtekening: _____

De verzendkosten hangen af van het aantal exemplaren dat u bestelt, maar ze bedragen minimaal €4,84 (incl. 21% BTW). F&G Partners behoudt zich het recht prijswijzigingen door te voeren.

DUG-OUT

NR. 31 — DECEMBER 2005



Dug-Out

Uitgave van

F&G Partners
Partners in Sports

sprl F&G Partners bvba
Partners in Sports
Leiebos 25 b A2
2170 Antwerpen/Anvers
Editorial: +32 (0)486/85.15.73
Service: +32 (0)476/51.00.89
BTW 0866.474.571

in samenwerking met



Hoofredacteur

Kristof Geeraerts
FG.Partners@telenet.be

Redactieraad

J. Peeters, Dr. M. D'Hooghe, M. Sablon,
F. Masson, A. Anthuenis, M. Van Geersom,
B. Browaers, Prof. P. De Knop, Prof. M. Cloes,
Prof. R. Philippaerts, Prof. W. Helsen,
Prof. T. Marique, Pr. J. Duchâteau,
F. Colin, J.-L. Donnay, G. Steens, K. Geeraerts.

Redactiecomité

Tom Boudewael, Jean-Louis Donnay,
Jean-Marie Saeremans, Danny Aerts,
Stijn Dom, Kristof Geeraerts

Uitgever

Dug-out is een samenwerking
van F&G Partners en de Koninklijke
Belgische Voetbalbond.

Klantenservice

+32 (0)476/51.00.89

Prijs

Jaargang 2005: € 75,88
(inclusief BTW en verzendkosten).
Een abonnement loopt minstens voor een jaar
en wordt daarna automatisch verlengd met
een jaar tot uw schriftelijke wederopzegging.

Reclameregie

FG-Partners@telenet.be

Verantwoordelijke uitgever

Marc Fodderie, Leiebos 25 b A2
2170 Antwerpen

© 2005 F&G Partners

Behoudens de uitdrukkelijk bij wet bepaalde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, op welke wijze ook, zonder de uitdrukkelijke voorafgaande en schriftelijke toestemming van de uitgever.

De redactie streeft naar betrouwbaarheid van de gepubliceerde informatie, waarvoor ze echter niet aansprakelijk kan worden gesteld.

Vragen staat vrij:

U kan schriftelijk al uw vragen over voetbaltraining voorleggen aan de redactie. Met deze vragen zal zoveel mogelijk rekening gehouden worden bij de inhoudelijke samenstelling van de volgende nummers.

IN DIT NUMMER

Standpunt Geert Broeckaert: "Voetbal is als een puzzel, langzaam leer je alle stukjes leggen" **5**

Defenstof Aanvallend flankspel van flankverdedigers **9**

Jeugdvoetbal "Eerst werken aan de kwaliteiten of aan de gebreken"? **11**

Jeugdopleiding Sporting Charleroi: kwaliteit boven kwantiteit **14**

Defenstof Positiewijzigingen **18**

Sportgeneeskunde Rompstabilisatie **26**

Reportage Lieven Maesschalck: "Ons werk is compatibel met dat van fysiotherapeuten bij clubs" **31**

Wetenschap Voetbaltrainers zijn rituele zondebokken **36**



VOORWOORD

De woorden van Geert Broeckaert waren nog niet op papier gezet door Tom Boudewael, onze huisjournalist, of Tom vernam het nieuws dat Broeckaert niet langer de hoofdtrainer was van Moeskroen. Hoe snel het toch kan gaan, hoe onvoorspelbaar het in het voetbal toch kan gaan! Wat moeten we hierbij denken? Wordt er op voorhand in de bestuurskamer een (duidelijk) profiel opgemaakt aan wat de trainer moet voldoen? Kunnen trainers nog op lange termijn werken. Broeckaert was immers niet de eerste – en zeker ook niet de laatste – trainer die vroegtijdig werd doorgestuurd door zijn club. De vraag hierbij rijst uiteraard: "Hoe kan een trainer op lange termijn werken, jeugd inpassen als alles op korte termijn wordt geregeld vanuit de bestuurskamer. Is werken zoals Guy Roux in Frankrijk dan werkelijk een utopie in België?

Het is dan ook fijn dat we net in dit nummer een studie kunnen voorstellen van de Universiteit van Gent, waarin Dra. Anne-Line Balduck, Prof. Dr. Marc Buelens en Prof. Dr. Renaat Philippaerts tot de bevinding kwamen dat een voortijdig ontslag van een trainer helemaal niet leidt tot een ommekeer, integendeel zelf. Kunnen we een team bijeenkopen? Misschien...? Maar kunnen we in België op lange termijn denken en iets opbouwen? Moeilijk en onwaarschijnlijk blijkbaar. Als hoofdredacteur heb ik het artikel over Broeckaert bewust in dit nummer gebracht, niet om hem te steunen, enkel om erop te hameren dat zowel voor als na het ontslag, Broeckaert dezelfde trainers was en is. De trainer waar de club bij de start van het seizoen van dacht: "dit is onze trainer waar wij het mee gaan doen". Spijtig genoeg loopt dit niet altijd zo en blijken trainers rituele zondebokken, misschien net door het beleid van hen die de trainer engageerde.

Werken met jeugd is werken aan de toekomst. Maar waar leg je het accent? Tracht je eerder de kwaliteiten van een jeugdspeler te ontwikkelen of tracht je onmiddellijk te werken aan zijn gebreken? Stof voor discussie! Danny Aerts brengt de discussie op gang. Geef jullie reacties, wij boren dit onderwerp zeker verder aan.

Bij Sporting Charleroi staat Didier Beugnies als technisch verantwoordelijke in voor de rekrutering van trainers, staat hij ze bij met woord en daad en helpt hen waar hij kan. Na de voorbeelden uit Beveren, Standard en Germinal Beerschot bekeek Jean-Louis Donnay de jeugdwerking van Charleroi. Een mooi verhaal, gevolgd door een interessante thematraining (positiewissels) van de hand van Olivier Berghen, jeugdtrainer bij Charleroi.

Op het Eilandje in Antwerpen komen dagelijks meerdere topsporters onder de deskundige handen van Lieven Maesschalck terecht. Maesschalck tracht er met zijn enorme ervaring en kennis voor te zorgen dat atleten, niet alleen voetballers, zo snel mogelijk terug kunnen sporten. Maar er is uiteraard meer. Lees daarom het verhaal dat Stijn Dom optekende.

Tot slot geven we u nog de resultaten van onze Dug-Out enquête. Eerst en vooral willen wij iedereen bedanken, en dat zijn vele lezers, die ons hun bevindingen doorgaven. 85 % van de lezers vindt Dug-Out een goed tot zeer goed vakblad. Lezers zijn voornamelijk op zoek naar interessante en uniform gebrachte oefenstof en vinden het aangenaam om ervaringen van andere trainers, onafhankelijk van het niveau waarop ze trainen, te lezen. De redactie van Dug-Out zal zeker rekening houden met de vele positieve suggesties, zodat wij u een nog beter vakblad kunnen aanbieden in de toekomst.

Sportieve groeten en veel leesplezier,

Kristof Geeraerts, hoofdredacteur

Geert Broeckaert: "Voetbal is als een puzzel, langzaam leer je alle stukjes leggen"

Tom Boudeweel, sportjournalist

Geert Broeckaert (45) heeft het druk. Zijn, wat later blijkt, laatste ochtendtraining bij Moeskroen bestond vooral uit mentaal oplapwerk daags na de 5 - 0 nederlaag bij buur SV Roeselare. Na de middag zit de Bruggeling samen met een bevriend voetbalkenner en met de nieuwe algemene directeur van de club om eens te praten over eventuele transfers in het tussenseizoen. En na het uitgebreid gesprek met Dug-Out volgt 's avonds nog een vergadering met het bestuur over de toekomst van Excelsior Moeskroen. Broeckaert woont als het ware op Le Canonnier. Na 14 seizoenen Cercle Brugge is hij nu al even lang bij de grensclub. Groot is dan ook onze verbazing wanneer het tv-journaal nauwelijks een paar uur later het ontslag aankondigt van Geert Broeckaert bij Moeskroen.

Geert Broeckaert: "Het was vanmorgen nodig om de groep eens op haar plichten te wijzen na die pandoering in Roeselare. We begonnen sterk, maar de ploeg reageerde heel emotioneel op een rode kaart. Het is zeker niet de eerste keer dat dit gebeurt. Zo verliezen we de pedalen.

Iedereen is ontgoocheld, maar iedereen reageert anders. Deze kern kan zelfs bij iets kleins heel explosief worden. Dat uit zich niet in ruzie maken of slaan, wel door voort-

durend verbaal tegen elkaar bezig te zijn. In de week voor Roeselare dachten we met de trainersstaf dat de groep eindelijk aan het samenklitten was, maar dan valt zo iets voor. We hebben te weinig spelers met de grote ervaring, die weten hoe je een ploeg kan klaarmaken voor zo'n wedstrijd.

Stilaan dringt het bij sommige mensen door dat je geen ploeg bijeen koopt, een ploeg moet je vormen. Regelmatig komen de nadelen van 25 nieuwe spelers in 2 jaar naar

boven. En transfers doe je niet op goed geluk.

Je moet het karakter en de mentale weerbaarheid kennen van de nieuwelingen. Dat is dit seizoen genoeg bewezen".

VEELEISENDER

Geert Broeckaert: "Hier zijn veel spelers gekomen van wie ik nog nooit had gehoord. Wie ik nog nooit had gezien. Ik wist dus ook niet welke mentaliteit ze hadden. Kevin Hatchi bijvoorbeeld kreeg ik als vervanger van Koen Devleeschauwer voor de positie als rechtsachter. Wat blijkt nu? Hatchi heeft in het verleden amper een paar keer op die plaats gespeeld. Hij is in Frankrijk gevormd als centrale verdediger en vorig seizoen is hij een paar keer gebruikt als linksback. Dat is een groot verschil. Telkens hij bij ons in de buurt van de middenlijn kwam, blokkeerde hij. Je krijgt dan ook nog Suad Filekovic, een international van Slovenië. Maar hij arriveert tijdens de voorbereiding met een groot gebrek aan uithouding, aan basisconditie, bij elke sprint gaat hij in het rood. Je start dus met een heel onevenwichtige ploeg. Het kost enorm veel tijd om daar een goeie groep van te maken die constant een hoog niveau kan aanhouden.

De job van trainer wordt almaar veeleisender. Je draagt alle verantwoordelijkheid en je



Stilaan dringt het bij sommige mensen door dat je geen ploeg bijeen koopt, een ploeg moet je vormen (Photonews).



Geert Broekaert: De job van trainer wordt almaar veeleisender. Je draagt alle verantwoordelijkheid en je hebt zo weinig tijd. Zeker in ons geval met een dozijn nieuwelingen (Photonews).

hebt zo weinig tijd. Zeker in ons geval met een dozijn nieuwelingen. Ik wist wel op voorhand dat het dit seizoen geen makkelijke klus zou worden. Want toen ik in maart van dit jaar heb overgenomen van Philippe Saint-Jean kon ik nog rekenen op mannen met ervaring in de Belgische competitie zoals Francky Vandendriessche, Koen Devleeschauwer, Samir Beloufa, Marcin Zewlakow.

Nu werk je met de derde keeper van Liverpool, iemand die bij Valencia uit de boot is gevallen en die al bijna 2 jaar geen competitiewedstrijd meer heeft gespeeld, enzovoort. Als je iemand binnenhaalt met

een lange cv, dan moet je je daar vragen bij stellen. En dat zal in de toekomst niet verbeteren.

Lierse, La Louviere, Moeskroen, GBA en St-Truiden hebben de meeste transfers gedaan in het tussenseizoen, maar ze staan toch allemaal in de onderste regionen. Ze hebben geen basis meer om op voort te bouwen.

Kijk naar Zulte-Waregem. Franky Dury kent zijn kern door en door en hij moet dus minder tijd steken in de groepsvorming. Die is er al. Alle dagen kloppen managers op mijn deur met spelers, ik heb tientallen videocas-

settes met mogelijke aanwinsten. De wereld van het voetbal is de laatste jaren flink veranderd.

Club Brugge heeft ook problemen ondervonden omdat ze na jaren stabiliteit een aantal sterkhouders zagen verdwijnen. Nu is de negatieve spiraal omgebogen, louter door het surplus aan talent. Dat is een ander niveau dan bij ons".

ONBEKEND

Geert Broekaert: "Na een goeie wedstrijd besteed ik minder tijd aan de nabespreking. Als je tijdens de evaluatie toch enkele mindere punten bemerkt, dan neem ik de betrokken speler even apart tijdens de week. Zoals alle andere clubs lopen we de eerste dag na de wedstrijd uit. De tweede dag zijn ze vrij. Daarna werken we in functie van de volgende opdracht. Ik toon hen eerst een samenvatting van de voorbije match en dan een voorbeschouwing op de komende tegenstander.

In de aanloop van het duel tegen Roeselare bijvoorbeeld toonde ik hen eerst een montage van Roeselare - RC Genk. Ik benadruk de sterke punten van Roeselare met onder andere veel aandacht voor de stilstaande fasen. Tijdens de beelden teken ik het ook op het bord. Alleen tekeningen volstaan niet. Bovendien heb ik enorm veel spelers die hun rechtstreekse tegenstander niet kennen. Zij zijn niet vertrouwd met de Belgische competitie. Als ik de infiltratie van Rocky Peeters toon, dan zie je hen fronsen met de wenkbrauwen.

De wedstrijdbespreking duurde niet zo lang, want meer brengt Roeselare niet. Zij spelen ongeordend voetbal, maar het brengt wel op. Moeskroen 5 - 0, Lokeren 4 - 0, GBA 5 - 1. Realistisch Vlaams voetbal noem ik dat. Als we naar Vlaanderen of Limburg moeten, verwtig ik de spelers altijd. Misschien hebben mijn mannen meer talent, maar met talent alleen lukt het niet. Dat is al genoeg bewezen.

Als je dan achteraf de evaluatie maakt, dan moet je toegeven dat de tactische voorbeschouwing en het voorbereidend werk tijdens de trainingen niet veel heeft opgeleverd, want de eerste 2 tegendoelpunten vallen op een stilliggende bal. Je hamert daar de hele week op, je werkt daar hard aan en dan kom je dit tegen. Welk nut heeft een tactische voorbereiding dan nog?

Het voetbal hangt af van details. Trainer zijn van een individu is veel gemakkelijker dan



Na een goeie wedstrijd besteed ik minder tijd aan de nabespreking. Als je tijdens de evaluatie toch enkele mindere punten bemerkt, dan neem ik de betrokken speler even apart tijdens de week (Photonews).

trainer van een ploeg. Nochtans winnen we wel tegen Standard. Maar een ploeg klaarstomen om tegen Standard te spelen, is makkelijker dan voor een duel tegen Lierse of Roeselare. Op de vooravond van een wedstrijd heb je soms het gevoel dat ze er klaar voor zijn na een werkweek. En de match begint en ze zijn helemaal niet klaar. Als je dan een groep hebt die al langer bij elkaar is, dan is dat veel gemakkelijker.

Je weet wat je aan hen hebt, ook individueel kan je ze taxeren. Soms reageren mijn spelers nog altijd anders dan ik had verwacht. Ze kunnen wel allemaal voetballen. Maar op niveau trainen en een grote technische bagage garanderen nog een sterke groep op zondag.

Op donderdag en vrijdag begin ik dan mijn ploeg te vormen in functie van de tegenstander en train ik vooral op de offensieve automatismen in duo's: rechtsback/rechtsmid-den, hetzelfde op de linkerkant, met de centrale middenvelders en de spitsen. In wedstrijdvormen scherpen we dan de automatismen. Ik vind dat je tactische richtlijnen het best meegeeft in een wedstrijdvorm. Maar als je puur tactisch wilt trainen, moet je eigenlijk met je hele ploeg trainen".

PUZZELEN

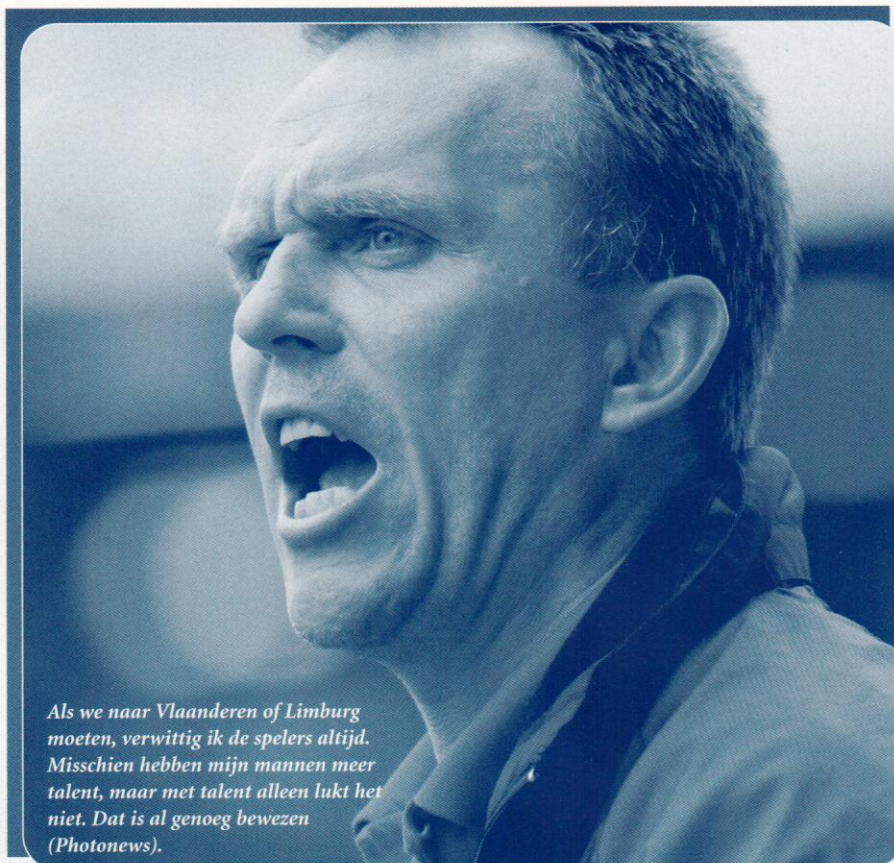
Geert Broekaert: "Hoe begin je aan zo'n seizoen? Dat is inderdaad een interessante vraag. Je krijgt heel veel spelers en dan moet je er geleidelijk aan een elftal van maken. We hebben enorm veel geobserveerd en geprobeerd. Trial and error. Een voortdurende evaluatie op de trainingen en de matches.

We hebben ook al uren gediscussieerd met de andere mensen van de staff. Het is zoals een puzzel, langzaam probeer je alle stukjes te leggen.

En dan denk je dat je eindelijk de ideale veldbezetting hebt gevonden met de overwinning tegen Standard en het gelijkspel tegen Brussels en dan verliezen we zwaar tegen Roeselare. Plots schiet er niets meer over van die stabiliteit achteraan.

Op zo'n momenten mag je als trainer niet beginnen te panikeren. Gewoon blijven wijzen op hun fouten en zeker niet de ploeg opnieuw door elkaar gooien, want dan begin je weer vanaf nul.

Volgens mij helpt een trainerswissel niet in bepaalde clubs. Je moet op dat ogenblik weer van de basis starten. De trainer moet zich aanpassen aan de groep en omgekeerd.



Als we naar Vlaanderen of Limburg moeten, verwittig ik de spelers altijd. Misschien hebben mijn mannen meer talent, maar met talent alleen lukt het niet. Dat is al genoeg bewezen (Photonews).

Mijn centrale as Dugardein - Noukeu was zowat het enige wat ik bij het begin van de trainingen al in mijn hoofd had. Ik speel graag een 4 - 4 - 2, zeker thuis, maar op rechts vond ik niemand die diepgang kon geven, die een actie kon maken.

Uiteindelijk is de Fransman Karim Fellahi nog toegekomen. Op links koos ik voor Oussalah van Standard, die vorig jaar bij AA Gent meer in een verdediging met 5 heeft gespeeld.

Oussalah is een speler die het meer moet hebben van zijn loopacties, daarom heeft hij het moeilijk zich aan te passen in een 4 - 3 - 3 opstelling, omdat hij vanuit de positie als zuivere linksbuiten, hoop op het veld, moeilijker een actie kan maken. Hij moet kunnen van verder komen en dat gaat makkelijker in een 4 - 4 - 2.

Vooraan had ik dan weer Ermin Siljak die niet rendeert in een 4 - 4 - 2, wel in een 4 - 3 - 3. Maar om dat systeem te bepleiten had ik dan weer de spelers niet voor.

Iedereen moet dan immers in functie spelen van Siljak omdat hij de ballen van de zijkan-ten in de zestien moet krijgen.

Maar Oussalah kan geen actie maken en als je thuis voor 1 spits opteert, kan je te weinig druk zetten.

Op verplaatsing kies ik wel voor één diepe aanvaller en een 10 er rond. Of als een ploeg afhangt van 1 speler, durf ik me wel aanpassen aan die spelbepalende figuur. De tijden van een systeem kiezen en de juiste spelers voor dat ene systeem zoeken is hier voorbij. Nochtans is dat voor mij de juiste werkwijze. Als je echt iets wil opbouwen, als je je ploeg alle jaren een beetje beter wil maken moet je positie per positie bekijken en een geschikte speler aantrekken. Uiteindelijk volstaat een kern van 18 valabele spelers, van wie 14 degelijke en 4 jonge gasten.

Hopelijk komt dat ooit nog terug bij Moeskroen, het is alleszins een goeie leerschool. Momenteel heeft de club haar identiteit verloren. Vroeger trof je hier een mengeling aan van Vlamingen, Walen en een paar buitenlanders die de ploeg een meerwaarde gaven.

Samen vormden zij een sterk blok. Daar wil ik opnieuw naartoe. Daarom heb ik ook de job van trainer aanvaard.

Het risico bestond immers dat iemand van buiten de club alles nog eens zou omkeren met een andere filosofie. Ik wil dat blok heropbouwen via jaarlijks 2 of 3 gerichte transferts te doen om de stabiele basis aan te vullen.

Over een paar jaar moet hier dan opnieuw een ploeg staan die herkenbaar is. Nu pas-



De tijden van een systeem kiezen en de juiste spelers voor dat ene systeem zoeken is hier voorbij. Nochtans is dat voor mij de juiste werkwijze. Als je echt iets wil opbouwen, als je je ploeg alle jaren een beetje beter wil maken moet je positie per positie bekijken en een geschikte speler aantrekken. Uiteindelijk volstaat een kern van 18 valabele spelers, van wie 14 degelijke en 4 jonge gasten (Photonews).

seerden 25 nieuwelingen de revue, sommigen zijn alweer weg. En juist dat is heel gevaarlijk voor het voortbestaan van een club. De supporters identificeren zich ook niet meer met de ploeg.

Wie komt er voor Filekovic? Of voor Hatchi? Niemand. Spelers uit de buurt zoals Tanghe en Vanderhaeghe brengen supporters mee. We moeten dringend terug naar de filosofie van vroeger.

In Brugge hebben ze de leemtes goed opgevuld. We hebben de Belgische mentaliteit nodig, onze organisatie, aangevuld met het technisch vernuft van 2 - 3 buitenlanders."

HUISSTIJL

Geert Broeckart: "4 - 4 - 2 is de huisstijl van Moeskroen. Met veel loopwerk, stevige duels, 2 spitsen en veel beweging in de ploeg. Bij een 4 - 3 - 3 moet je over buitenspelers beschikken die een actie kunnen maken en wij hebben die niet. Ach, het systeem is pas goed als je wint. Ik zie dat sommige trainers nu zelfs teruggrijpen naar twee mandekkers en een libero. St-Truiden bijvoorbeeld en La Louvière, trouwens niet alleen deze Belgische clubs, dat zie je meer en meer op internationaal gebied trouwens ook.

Als je echt verdedigend start aan een wedstrijd, dan moet je zeker zijn dat je de nul

kan houden. En die zekerheid heb ik niet. Mijn verdedigers maken wel altijd een fout. Eigenlijk willen ze allemaal te mooi voetballen. De Fransen hebben die voetballende oplossing in hun opleiding meegekregen. Soms zouden ze beter de bal in de tribune stampen. Het Belgisch realisme.

Ook al staan we onderaan, ik ga er van uit dat we moeten aanvallen als we daartoe in staat zijn. Maar ik wil voortdurend een bepaalde organisatie zien. Bijvoorbeeld een 1:1 of 2:2-situatie achteraan is uit den boze.

Daarom stel ik altijd 2 verdedigende middenvelders op. De ene sluit vooraan aan, de andere corrigeert en behoudt het evenwicht in de ploeg.

Bij 1 controlerende middenvelder voel ik me verdedigend minder sterk. Iedereen speelt momenteel met 2 mensen voor de verdediging. Dat heb ik ook opgestoken van mijn vorige trainers.

Van Henk Houwaart leerde ik om regelmatig tussen de spelers te staan. Van Georges Leekens onthoud ik de discipline en Hugo Broos maakte indruk door de rust en de kalmte, het realisme en het blijvend vertrouwen in de ploeg ook al loopt het wat minder.

Mijn contract loopt tot 2009 bij Moeskroen. Ik ben vast benoemd in het onderwijs en kan nog altijd terecht op Futurosport. Het verschil met de jeugd is natuurlijk wel enorm. Alles wat je de jeugdspelertjes uitlegt, aanvaarden ze. Het is een ander niveau, andere individuen.

Bij het eerste elftal sta tegenover internationals, spelers met 200 wedstrijden in de eerste klasse. Bij de beloften stak ik de meeste tijd in mijn training, in het corrigeren.

Bij de eerste ploeg komt er zoveel meer bij kijken (de druk van buitenaf, de pers, de managers, ...). Op het veld staan is nog altijd het plezierigste, maar daar besteed je als hoofdtrainer bijna minder uren aan dan de hele rondslomp.

Mentaal moet je heel sterk staan. Voor de groep kan je geen onzin vertellen of ze maken je af.

Wat doet je bijvoorbeeld tijdens de rust: kalm blijven, uitvliegen, veel of weinig info meegeven, de ene wat aanmoedigen, de andere opstoken.

Het ergste aan het vak is dat je soms machteloos staat hoe je groep gaat reageren op het veld. En dat heb ik jammer genoeg al een paar keer meegemaakt".

Aanvallend flankspel van flankverdedigers

Broeckart Geert, verantwoordelijke van Futurosport (jeugdcentrum van Excelsior)

Training 1

16 spelers + 2 doelmannen.

Wedstrijdvorm: 9 tegen 7 + 2 doelmannen.

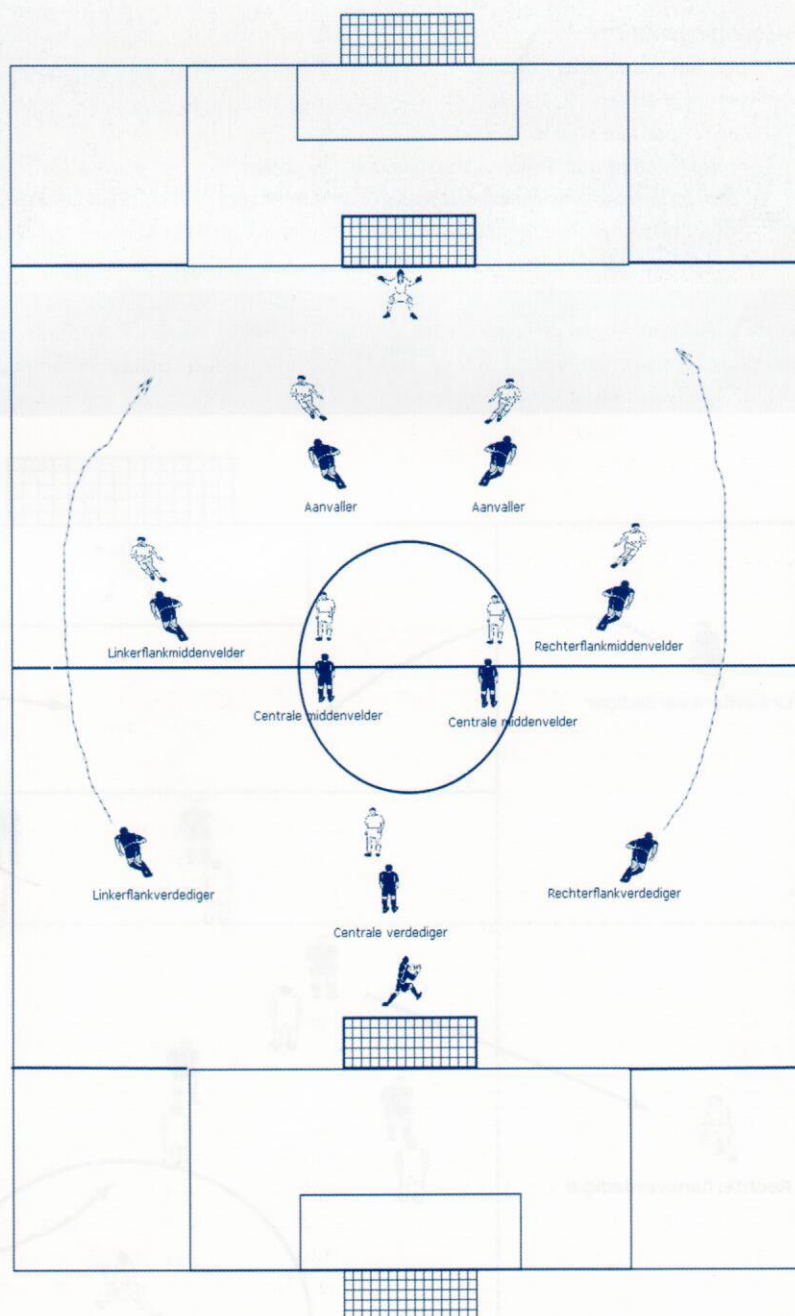
Doelstelling

Aanvallend flankspel van flankverdedigers.

Twee grote doelen van grote backlijn tot grote backlijn.

Coachingspunten

- Ga op juiste moment. Wanneer is dit?
 - ga wanneer de middenvelder plaats maakt om in zijn rug te gaan.
 - ga enkel als de actie langs de kant van je bevindt.
 - indien de actie langs de andere zijde verloopt, blijf achteraan, meer dekkinggeven-de positie houden.
- Laat je horen.
- Plaatsovername. Wat is dit?
 - wanneer een der 2 vleugelverdedigers zich in een meer aanvallende positie bevinden, wordt er ofwel van de middenvelder voor hem of van een der verdedigende middenvelders gevraagd om bij eventueel balverlies de plaats van de opkomende verdedigers over te nemen.



Training 2

Tussenvorm: 16 spelers en 2 doelmannen

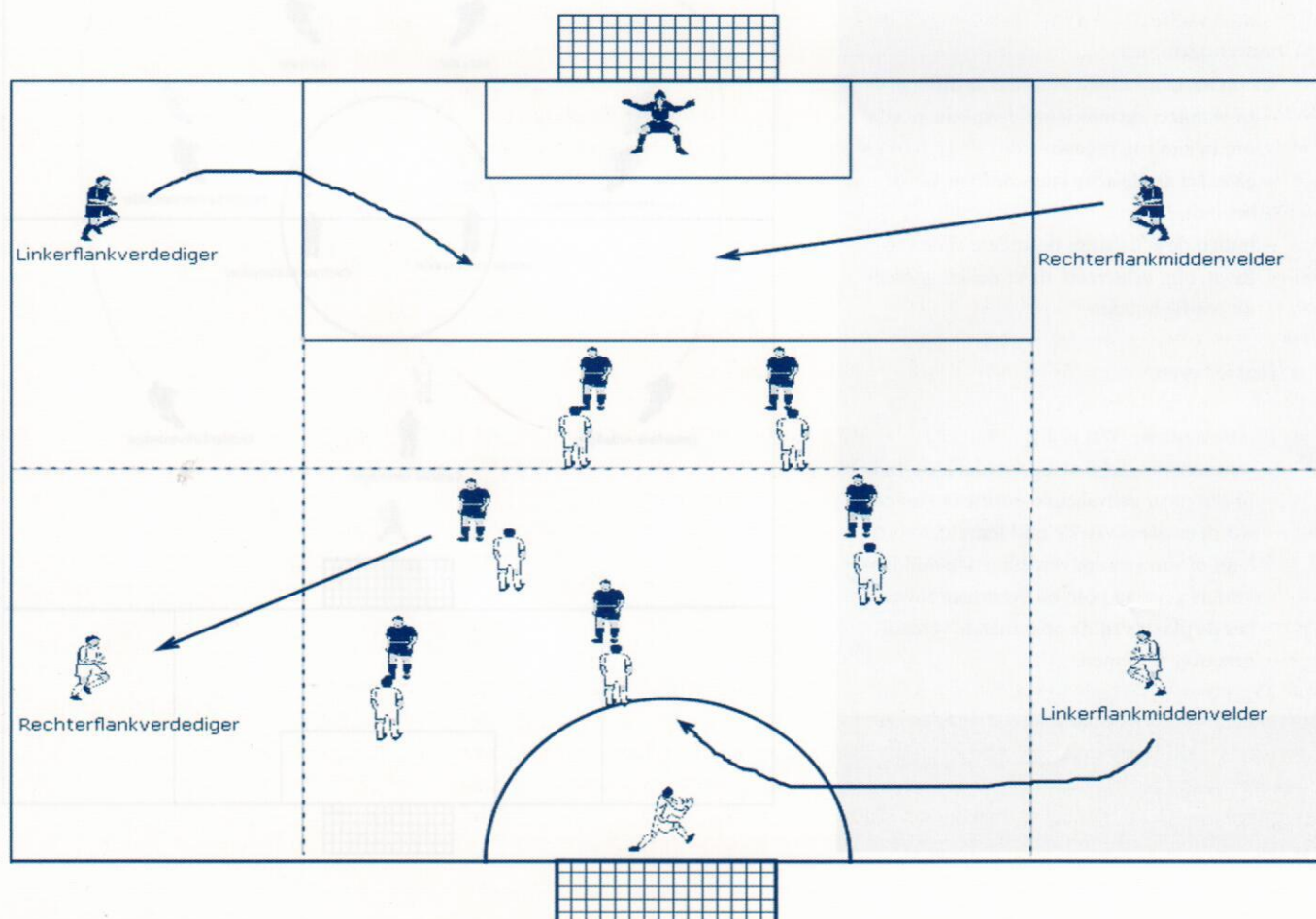
- Op de helft van een veld met 2 grote doelen in neutrale zone.
- 6 tegen 6 + 2 doelmannen met linkerflankmiddenvelder, rechterflankmiddenvelder, linkerflankverdediger en rechterflankverdediger in neutrale zone.
- linkerflankverdediger en rechterflankmiddenvelder spelen met zwart, rechterflankverdediger en linkerflankmiddenvelder met wit.

Doelstelling

- Goed georiënteerde controle van spelers in neutrale zone, gevolgd door goede center. Wat is een goed georiënteerde controle?
 - indien een van de buitenste spelers aangespeeld wordt, die zich in de neutrale zone bevindt, moet hij de controle van de bal zo uitvoeren dat zijn eerste controle zo goed gericht is zodat hij niet meer dan 2 balcontacten nodig heeft om een goede center af te leveren. Bij deze controle moeten zijn ogen reeds gericht zijn op zijn bewegende medespelers voor doel.
 - Het zich goed aanbieden van spelers voor doel op centers van op de flanken.

Coachingspunten

- Speel buitenste spelers aan.
- Verzorg je center.
- Bied je goed aan voor doel. Concreet:
 - probeer altijd met 4 spelers voor het doel te komen.
 - een speler naar eerste paal, een speler naar tweede paal, een op penaltypunt, een ter hoogte van grote backlijn.
 - sta er nooit ; probeer er altijd te komen. Dan ben je altijd in het voordeel op een verdediger.
 - tracht van positie te wisselen ; dit met kruisende looplijnen.





Eerst werken aan de kwaliteiten of aan de gebreken?

Danny Aerts, voetbaljournalist

Jeugdspelers worden voortdurend geconfronteerd met hun gebreken. Deze gebreken worden binnen hun ontwikkelingsproces zo goed als mogelijk bijgeschaafd of weggewerkt. Speler hebben ook kwaliteiten, welke tijdens hun opleiding verder versterkt en verfijnd worden. Niet enkel de spelers zelf, ook hun trainers en de clubs worden hiermee geconfronteerd. Maar waar leggen zij de prioriteiten binnen de ontwikkeling van hun spelers? Schenken ze de meeste aandacht aan hun gebreken of aan hun kwaliteiten? En waar gaan ze dan eerst aan werken? Welke criteria hanteren ze en welke argumenten leggen ze in de balans om hierover te beslissen? Kortom: hoe onderbouwen ze hun keuze tussen het werken aan de gebreken en/of de kwaliteiten?

Dug-out tracht een bondig kader te schetsen waarbinnen enkele aspecten worden aangehaald die mogelijk kunnen helpen bij deze keuze. Dit artikel geeft geen antwoorden, wel een mogelijke leidraad om ze te vinden.

Situering

Het belangrijkste binnen een jeugdopleiding is dat alles wordt gericht op de ontwikkeling van het individu.

Binnen deze ontwikkeling wordt continu getracht om van de speler een betere voetballer te maken. Toch zijn er enkele fasen waarbinnen de individuele talenten, kwaliteiten en gebreken van de speler extra aandacht vereisen (zie Fig. 2).

En in deze fasen is het belangrijk om de juiste keuzes te maken in functie van zijn verdere ontwikkeling als individuele voetballer, maar zeker ook als teamspeler. Het voorgaande neemt echter niet weg dat er gedurende deze fasen minder aandacht mag besteed worden aan zijn basisvorming.

Nee, in combinatie met de basics doelgericht(er) trainen en begeleiden, afgestemd op de talenten van het individu, rekening houdend met zijn kwaliteiten en gebreken en de beste positie die voor hem is weggelegd binnen het elftal: daar gaat het om (zie Fig. 1).

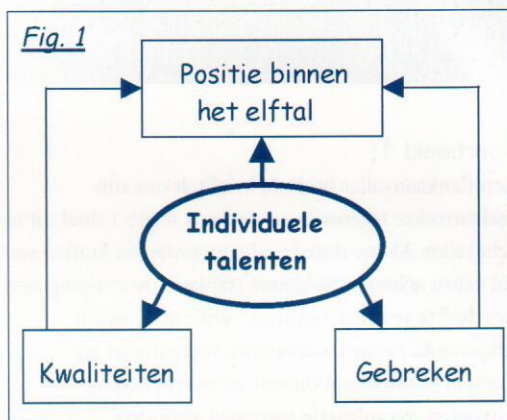


Fig. 2

Fasen m.b.t. extra aandacht voor de talenten, kwaliteiten en gebreken van een jeugdspeler

- 14 – 16j. : waar de speler talent voor heeft moet verder ontwikkeld worden.
- 18 – 21j. : extra trainen op de specifieke kwaliteiten die aan zijn beste positie verbonden zijn.

Is een gebrek wel degelijk een gebrek?

Soms wordt het begrip "gebrek" te onpas gebruikt. Indien een jeugdspeler binnen een bepaalde kwaliteit nog een detail kan verbeteren of verfijnen, dan wordt dit specifiek detail vaak omschreven als een gebrek terwijl het misschien eerder kan beschouwd worden als een "onvolkomenheid".



Citaat

"Het individu moet tot rijpheid komen, de individuele talenten tot ontwikkeling laten komen: dat is de doelstelling van elke jeugdopleiding.

Je kijkt naar kwaliteiten, vaardigheden, eigenschappen, karakter, handelingssnelheid en nog tal van andere factoren. Deze factoren bepalen samen naar welke positie de speler zich ontwikkelt. Zo ben je continu bezig om spelers beter te maken en te confronteren met hun zwakkere punten.

De acties die je neemt dienen uiteindelijk ten goede te komen voor de positie die je voor de spelers in gedachte hebt".

Danny Blind

Voorbeeld 1:

Een flankaanvaller bezit de kwaliteit om zijn rechtstreekse tegenstrever via een 1 tegen 1 duel uit te schakelen. Als we deze handeling ontleden komen we tot zeven achteréenvolgende stappen: overtuiging om het duel te winnen, beslissen welke actie wordt uitgevoerd, eerste balaanname, tegenstrever opzoeken, snelheid opbouwen, passeerbeweging uitvoeren, vervolgactie succesvol afronden.

Indien de speler bij de passeerbeweging de bal minder goed afschermt (lichaam niet optimaal gepositioneerd tussen bal en tegenstrever), maar door zijn snelheid toch in balbezit blijft, moet men dit "detail binnen zijn kwaliteit" dan beschouwen als een gebrek?

Voorbeeld 2:

Indien dezelfde jeugdspeler later bij de seniors tegen snellere verdedigers komt te staan en zijn snelheid minder overheersend is, zal dit detail meer uitgesproken op de voorgrond treden.

Zijn initiële kwaliteit, nl. het succesvol uitschakelen van de tegenstrever, zal hierdoor ondermijnd worden. Men kan dan stellen dat dit detail geëvolueerd is naar een gebrek.

Voorbeeld 3:

Indien dezelfde jeugdspeler een slecht positieospel heeft bij het uitvoeren van zijn verdedigende taak, dan kan men dit beschouwen als een gebrek. Immers, dit gebrek is van dezelfde orde als de kwaliteit uit voorbeeld 1. Ze staan op een gelijkwaardig niveau.

Dit niveau, ter bepaling of het om details of basiselementen gaat, kan men oa. afleiden uit de taken per positie (teamgericht) of de eindtermen/doelstellingen per leeftijdscategorie (individueel).

Analyseren van de kwaliteiten en de gebreken

De voorbeelden leren ons het volgende:

1. het is belangrijk om de kwaliteiten en gebreken zo correct mogelijk te formuleren:
-> vanuit deze formulering kan men bepalen of het om details of basiselementen gaat
2. het is van essentieel belang om een grondige analyse te maken van alle details die bepalend kunnen zijn binnen een kwaliteit, gebrek of de evolutie hiervan:
-> vanuit deze analyse kan men schatten welke mogelijke gevolgen deze details nu en in de toekomst kunnen hebben op de prestatie van de speler

Kaderen in een perspectief

Hebben de kwaliteiten en gebreken meer betrekking op de individuele acties en vaardigheden van een speler of meer op zijn collectieve? Indien de centrale diepe spits problemen heeft met zijn aanvallend kopspel, alsook met het afschermen en terugkaatsen van de bal met een verdediger in zijn rug, waar leg je dan de prioriteit?

Doorontwikkelen

Het ontwikkelen en continu verbeteren van jeugdspelers mag niet ophouden na hun jeugdopleiding (6 - 18j.).

Integendeel. Het "doorontwikkelen" van jonge voetballers tot potentiële spelers voor het 1^o elftal is een zéér belangrijke stap die een grote invloed kan hebben op hun verdere carrière. En in de praktijk wordt hier niet altijd de vereiste aandacht aan geschonken! Helaas, want juist in deze fase (18 - 21j.) ligt het accent op het extra trainen op de specifieke kwaliteiten die aan de beste positie van de speler verbonden zijn!

Seniors

Een voetballer kan altijd bijleren, onafhankelijk van zijn niveau, ervaring en leeftijd. Een voorwaarde is dat hij ambitieus blijft, m.a.w. nooit tevreden is met zijn niveau.

Het werken aan kwaliteiten en gebreken zou dus nooit mogen stoppen. Trainers bij de seniors moeten hier dus ook de nodige aandacht aan blijven besteden.

Prioriteiten

Het uiteindelijke doel is om spelers te vormen die door hun prestatie een positieve bijdrage leveren aan het wedstrijdresultaat. En in voetbal betekent dit winnen. Hiervoor vervult elke speler een functie binnen het collectief. Deze functie vervult hij vanuit een bepaalde elftalpositie. Binnen deze positie voert hij specifieke taken uit. Het uitvoeren van deze taken vereist van de speler een aantal individuele en collectieve kwaliteiten.

Deze kwaliteiten kunnen worden opgebouwd of versterkt vanuit het talent dat de speler hiervoor heeft. Dit vormt dan ook het doel bij het opleiden van elke jeugdspeler, nl. het ontwikkelen van zijn individuele talenten. En binnen dit proces staat het ontwikkelen van zijn kwaliteiten centraal!

Echter, er is één situatie waarbij de prioriteit dient verlegd te worden naar de gebreken, nl.: werk eerst die gebreken weg die beletten dat de kwaliteiten verder ontwikkeld kunnen worden!

Besluit

Het werken aan kwaliteiten of gebreken ligt vaak erg dicht bij elkaar.

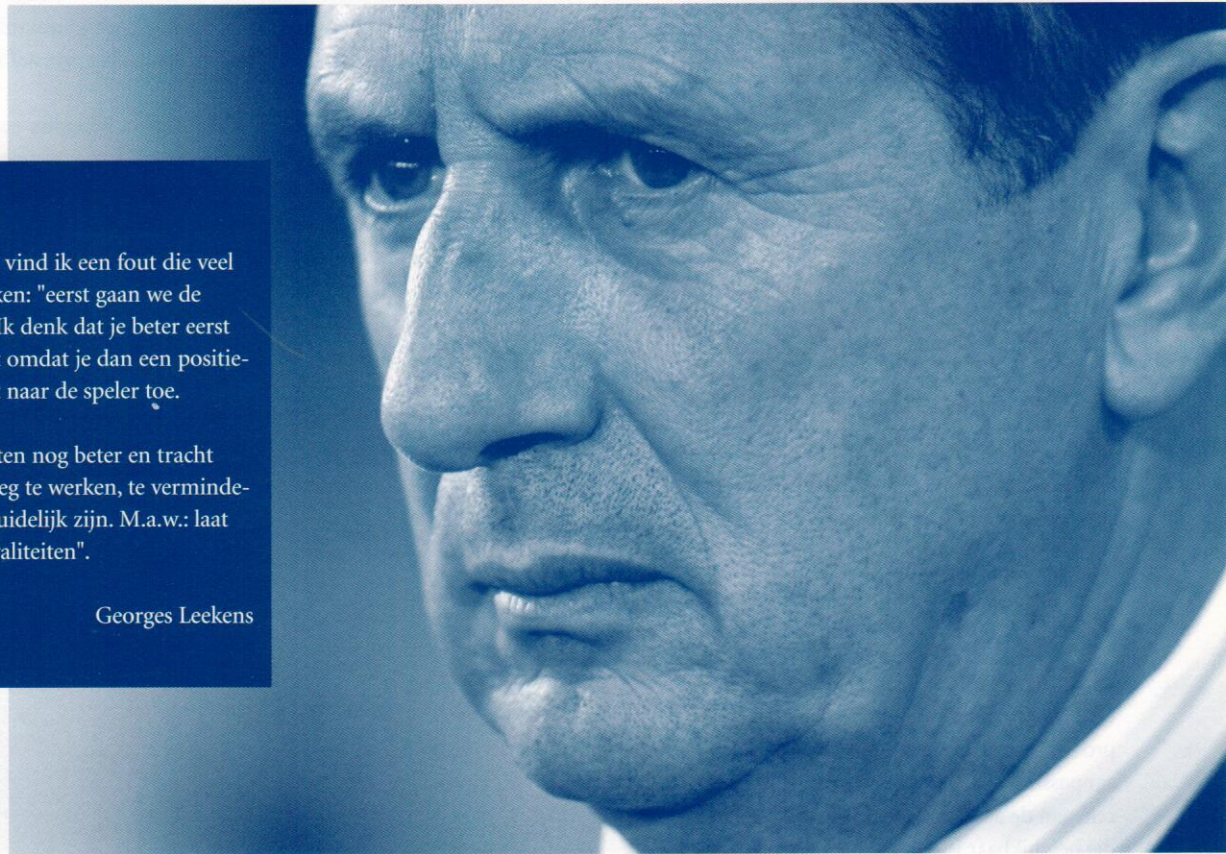
Dikwijls gaan beiden hand in hand en vullen ze elkaar aan. Een goede analyse is onontbeerlijk om zowel de kwaliteiten verder uit te bouwen als de gebreken weg te werken. Het afwegen van belangen bepaald op ieder moment de prioriteit. Deze belangen zijn afhankelijk van de ontwikkelingsfase waarin de speler zich bevindt.

Citaat

"Men stelt altijd, en dat vind ik een fout die veel trainers nog steeds maken: "eerst gaan we de gebreken wegwerken". Ik denk dat je beter eerst op de kwaliteiten werkt omdat je dan een positievere benadering creëert naar de speler toe.

Dus maak zijn kwaliteiten nog beter en tracht nadien zijn gebreken weg te werken, te verminderen of laat ze minder duidelijk zijn. M.a.w.: laat de voetballer in zijn kwaliteiten".

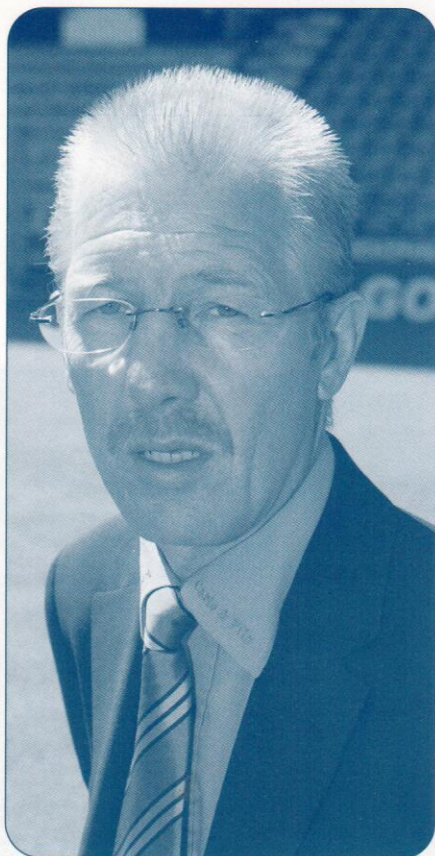
Georges Leekens



Sporting Charleroi: kwaliteit boven kwantiteit

Jean-Louis Donnay, sportjournalist

Bij Sporting geven Didier Beugnies, technisch verantwoordelijke, en zijn adjunct Raymond Mommens steeds de voorkeur aan kwaliteit boven resultaat. Alleszins hebben Jacky Mathijssen en zijn team weinig te klagen over het opleidingsniveau dat onder de hoede van Beugnies wordt verwezenlijkt.



Mijn rol als technisch verantwoordelijke ligt erin om een groot axioma te blijven benadrukken: trainer moeten de grootst mogelijke aandacht geven aan het opvullen van lacunes in de kwaliteiten van een speler (Photonews).

Didier Beugnies schreeuwt het van de daken: elke vorm van training, hoe verfijnd en professioneel ook, leeft bij gratie van de aanpassing aan de toestand van het moment zelf, aan de aard van het veld, aan de ruimte die beschikbaar is, aan het aantal spelers dat

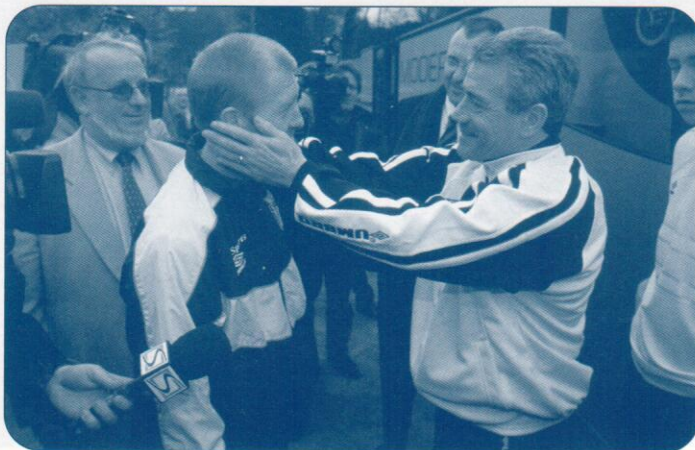
aanwezig is. Hij focust ook totaal niet op de diverse tactische schema's die floreren in de schoolboeken en op internet. Volgens Didier Beugnies is de waarheid van het veld de enige valabele.

Didier Beugnies: "Het is daar en daar alleen dat het gebeurt. Aan hetgeen ik zie op het veld, en aan niks anders, kan ik zien of mijn trainers waardevolle arbeid hebben geleverd. Het is ook de reden waarom de plaats van de technisch directeur zich vooral op het terrein bevindt, veel meer dan in een kantoor. Mijn rol ligt erin om een groot axioma te blijven benadrukken: dat de trainer de grootst mogelijke aandacht moet geven aan het opvullen van lacunes in de kwaliteiten van een speler. Maar niemand heeft de waarheid in pacht. Te beginnen bij mezelf!"

Op z'n 45 kan Didier Beugnies perfect inschatten hoeveel geluk hij heeft te kunnen

werken in volle onafhankelijkheid en in een club die elk seizoen een budget van ongeveer 500 000 euro vrijmaakt voor de jeugdopleiding. Na het vertrek van Nico Silvagni kwam de post van technisch directeur van de jeugd vrij. Beugnies is nu baas over de hele jeugdsectie, van de duiveltjes tot het reservenelftal. Zijn dagen zijn lang, onwaarschijnlijk lang... Al een hele poos geleden gaf Beugnies het vissen op, zijn grote passie. Naast het voetbal uiteraard... Beugnies vindt dan af en toe nog wel tijd om minivoetbal te spelen, maar dat is dan meestal na 22 uur...

Didier Beugnies vervult zijn taken in de jeugd van Sporting als een apostel. Streng maar rechtvaardig. Met volle overtuiging. Hij heeft de verantwoordelijkheid over liefst 15 ploegen en een twintigtal trainers, voor het merendeel gediplomeerden of sommigen die op het punt staan om hun diploma te halen. Vanaf 2006 zal het voor geen enkele



Didier Beugnies met Kevin Keegan (Photonews).



Op de foto met het eerste elftal. Met rechts onderaan Didier Beugnies met links van hem Erik Roex (fysial trainer) en rechts Mario Notaro (Photonews).

trainer nog mogelijk zijn om aan de slag te gaan bij Sporting Charleroi, indien hij niet school heeft gelopen aan de Heizel. Bij de trainers van Sporting vinden we grote namen zoals Philippe Vande Walle, Raymond Mommens, Daniel Mathy, Freddy Delanghe... en Thierry Siquet, die nog steeds actief is op de velden van de elite.

Dug-Out: Didier, wat houden uw taken vooral in?

Didier Beugnies: "Ik stel de trainers aan, ik sta ze bij met raad en daad, ik help hen waar ik kan, en af en toe moet ik ook eens een trainer terechtwijzen. Maar ik heb een maximum aan respect voor al deze mensen die hun moeilijk werk nauwgezet uitvoeren, zonder eigenlijk iets terug te krijgen. Op financieel vlak, bedoel ik dan. Want de onkostenvergoedingen die ze krijgen volstaan nauwelijks om hun uitrusting, hun benzine, telefoon etc. te betalen. Om kort te gaan, het gaat hier om onbetaald vrijwilligerswerk, zoals overal in het Belgisch voetbal trouwens".

Dug-Out: Hoeveel jeugdspelers heeft Sporting?

Beugnies: "Wij hebben de knip erin gezet. We hebben geen provinciale of regionale ploegen meer. We stellen alleen ploegen op op nationaal niveau. Ons aantal jeugdspelers schommelt rond de 220. Vanaf de categorieën waarin ze 11 tegen 11 moeten spelen, telt een kern bij ons gemiddeld 18 spelers. Maar het komt voor, vanaf de leeftijd van 15-16 jaar, dat er een groep is met vijftien spelers, en een andere met twintig, hetgeen het doorstoten van een of meerdere spelers van een ploeg naar een hogere categorie vergemakkelijkt. Vanaf de juniors nemen we

minder risico en is de kern wat groter, omdat daar wordt gestreden op drie fronten: het reservenkampioenschap, de internationale ETT-beker en het oude toernooi om de Caje Cup dat door Lokeren nieuw leven is ingeblazen".

Dug-Out: Hoe gaat de recruiting en de selectie in zijn werk?

Beugnies: "Daar ligt de verantwoordelijkheid vooral bij Raymond Mommens. Hij wordt geassisteerd door 4 à 5 scouts, onder wie René Delchambre, die opereren binnen een straal van 30 à 40 kilometer, en die vooral actief zijn in de provincies Henegouwen, Namen en Brabant.

De provinciale selecties maken het werk van deze mensen een beetje gemakkelijker, maar heel regelmatig zijn ze te vinden bij de kleinere clubs, die maar héél zelden een speler afvaardigen naar de provinciale selectie, om daar te gaan zoeken naar de zeldzame parels. De scouting voor de A-selectie gebeurt ook meer en meer gericht. De tijden waarin een club per seizoen tien nieuwe spelers voor de A-kern in huis neemt, zijn voorbij".

We hebben dat de laatste jaren in de hand gewerkt: 80 à 90 % van elke ploeg blijft gewoon voor Sporting voetballen. Elke speler wordt door zijn trainer onderworpen aan 4 evaluaties per seizoen.

De laatste vindt plaats rond de Paasperiode, en daar worden ook de voornaamste verantwoordelijken van de jeugdsectie bij betrokken, zijnde Lukalu, Mommens en mezelf. De foutenmarge blijft met zulk systeem heel klein.

Wat eventuele nieuwelingen betreft, die worden vier of vijf keer bekeken, alvorens ze bij ons een serie tests afleggen. De selectie is steeds strenger, zowel bij de inkomende als bij de uitgaande spelers".

Dug-Out: Welke criteria zijn in uw ogen de belangrijkste?

Beugnies: "Het technisch niveau is het belangrijkste, zonder enige twijfel. Als de speler geen grote natuurlijke begaafdheid heeft op dat vlak, zal die jongen later alle last van de wereld hebben om zijn achterstand in te halen. De andere kant is ook waar, indien hij zwaar tekort komt op het vlak van het mentale, het tactische, het fysieke. De lengte en kracht zijn ook van belang, vanzelfsprekend, maar in de lagere categorieën schenken we daar geen aandacht aan.

Het komt neer op het volgende: we trekken liever 15 technisch uitstekende spelers aan, dan 15 reuzen. De ideale leeftijd om een speler naar de club te halen, ligt tussen 8 en 13 jaar. Eens die leeftijd voorbij ligt het aantal mislukkingen veel hoger. Het is heel moeilijk om bij een speler van 14 jaar of ouder fouten uit het verleden te gaan corrigeren".

Dug-Out: Bent u er voorstander van om peuters naar de club te halen?

Didier Beugnies: "Neen, ik zeg aan de ouders altijd dat ze er vooral moeten voor zorgen het kind niet te destabiliseren. Niet alle clubs letten daar op. Ik denk bijvoorbeeld aan Anderlecht, dat niet aarzelt om 7- of 8-jarigen naar de club te halen. Dat is niet correct ten opzichte van de clubs waar ze de spelertjes weghalen, ten opzichte van het spelertje zelf, en van zijn ouders. Want



Een foto uit de oude doos. Daniel Van Buyten in het shirt van Charleroi. Toen Daniel een eerste keer bij Charleroi aankwam, vroeg men zich af, net als bij Philippe Albert, wat hij daar zou uitrusten. Kijk hoe het met hem gedraaid is (Photonews).

99 kansen op 100 blijft dat ventje na verloop van tijd achter met zijn verbrijzelde dromen.

De samenwerking met de kleinere clubs daarentegen verloopt steeds vlotter. Voorheen was er veel wantrouwen en beschuldigde men er ons van dat we de kleinere clubs leegrooften. Vandaag is er een klimaat van vertrouwen. Gelukkig maar!

De clubs weten dat velen zich geroepen voelen om in eerste klasse te voetballen, maar dat slechts weinigen worden uitverkoren. Zij die er niet in slagen om zich door te zetten op het hoogste niveau, keren later terug naar de clubs uit de lagere afdelingen. En zo is de cirkel weer rond, en is iedereen winnaar!"

Dug-Out: Op welke leeftijd kan men zeggen: die of die speler wordt een grote kandidaat om in het eerste te gaan spelen?

Beugnies: 'Op gelijk welke leeftijd! Een jongen van acht jaar kan gemakkelijk de mentaliteit hebben van een toekomstige profspeler. Maar dat wil nog niet zeggen dat hij later zal bevestigen. Omgekeerd kan ook: dat pas heel laat het talent komt bovendrijven. Dat was bijvoorbeeld het geval met Thibaut Detal, die zeker niet de meest getalenteerde van zijn generatie was, maar die het uiteindelijk toch gemaakt heeft.

Hij was belofteninternationaal en is al aan zijn vierde seizoen in eerste klasse toe! Vanaf de leeftijd van zestien is alles bij hem perfect gaan lopen. In die mate zelfs dat hij eigenlijk niet bij de junioren heeft gespeeld.

Voor hem hadden Van Buyten en Albert hetzelfde traject gevolgd. Toen Daniel en Philippe hier een eerste keer kwamen, vroeg men zich af wat ze bij Sporting kwamen uitrusten. En kijk hoe het met hen is uitgedraaid!"

Dug-Out: Is er nog veel natuurlijk talent bij Sporting Charleroi?

Beugnies: "Hier niet méér dan elders in België. De jongsten spelen geen voetbal meer, niet op school en niet op straat. Ze hebben de ruimte niet meer om zich op fysisch vlak te ontwikkelen. Dat is het grote verschil met de Afrikaanse spelers die je bijvoorbeeld vaak in Brusselse ploegen ziet.

De roots van Charleroi liggen weliswaar gedeeltelijk in een groep families van

Italiaanse immigranten, maar je kan vandaag niet meer zeggen dat uit die bron meer of betere talenten komen dan uit de andere. Ook de jonge Italianen zijn "besmet" door het virus van de televisie, van internet en PlayStation!"

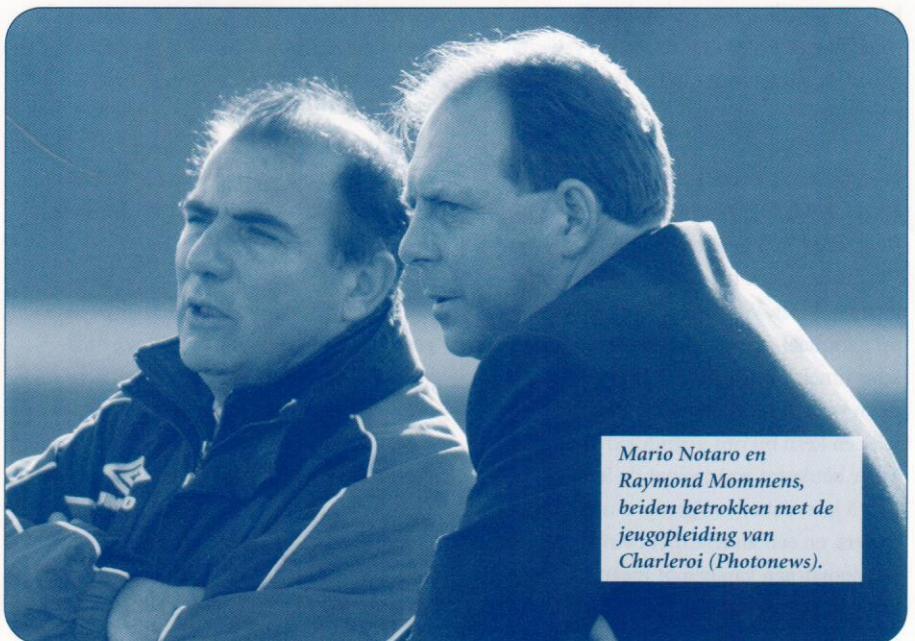
Dug-Out: Zijn de prestaties tijdens de wedstrijden volgens u belangrijker dan de inzet op training?

Beugnies: "Het enige wat ons interesseert is de inspanning van de speler om tijdens een wedstrijd toe te passen wat hij op de training heeft geleerd.

De uitslag van een wedstrijd interesseert me totaal niet. Ik zal nooit toelaten dat iemand het gedegen werk van maanden in gevaar brengt om die of gene wedstrijd te winnen. Natuurlijk moet je ook niet naïef gaan doen en alles naar voor gaan gooien wanneer je op drie minuten van het einde met 1 - 0 voorstaat, maar verder dan dat hoeft het niet te gaan.

Het is belangrijk dat de spelers het einde van een wedstrijd goed leren beheersen. Dat ze weten wat ze moeten doen, een maximale inspanning leveren om voluit geconcentreerd te blijven. Dat ze risico's vermijden, zonder elke halve minuut een bal in de tribunes te trappen, ook niet tegen Anderlecht, Club Brugge of Standard.

Iemand kan als een grotere trainer uit een wedstrijd komen als hij verloren heeft. Maar hij kan ook als een kleinere trainer uit een wedstrijd komen die hij gewonnen heeft, wanneer zijn spelers niets hebben bijgeleerd. Dan heeft hij een stukje van zijn krediet verloren".



Mario Notaro en Raymond Mommens, beiden betrokken met de jeugopleiding van Charleroi (Photonews).

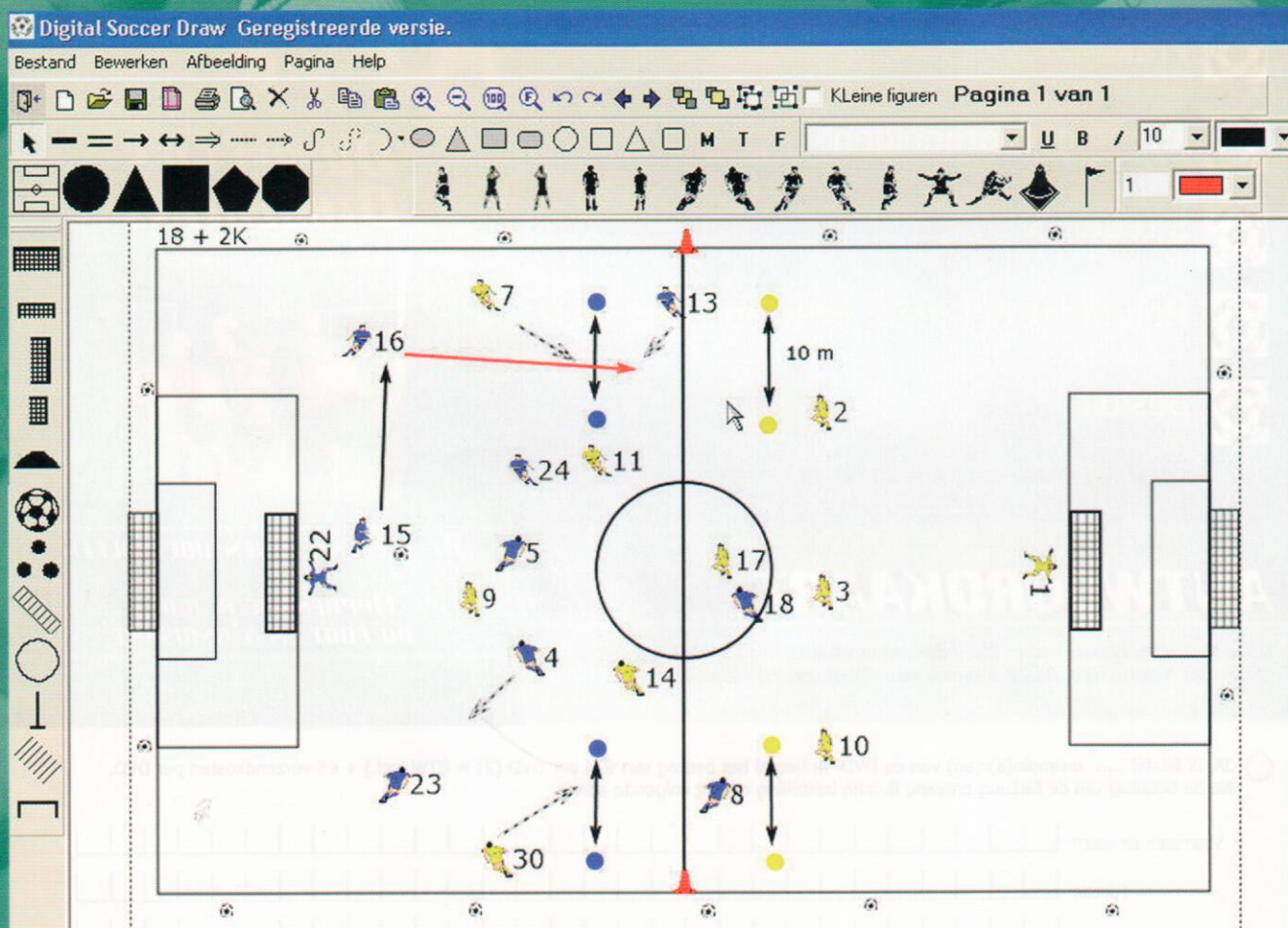
Eindelijk een handige tool om wedstrijd- en trainingssituaties snel in beeld te brengen ... weg met de borden en flipovers ... hier is ...

Digital Soccer Draw...

het online-tekenpakket voor de moderne voetbaltrainer!

Ga naar www.PartnersInSports.be, download deze professionele software en gebruik hem 21 dagen lang gratis en vrijblijvend!

- installatie: eenvoudig en snel
- gebruik: handig met talloze tekenmogelijkheden
- drietalig: Nederlands - Frans - Engels
- ontworpen door voetbaltrainers - Ontwerp: Frank Claeys - Programmatie: Willy Deconinck
- met GRATIS oefenstof



Thema:

De flankaanvallers komen niet snel genoeg naar binnen.

Organisatie:

TV1 9 + K <> 9 + K - van 16m tot 16m

Beschrijving:

Tussenvorm 9 + K <> 9 + K. Spelers kunnen gewoon scoren in groot doel of kunnen scoren door iemand aan te spelen door 1 van de poortjes op de flanken

Eindelijk ... dé DVD voor de animatie van Duiveltjes!

In het vormingsproces van de jonge voetballers is het zeer belangrijk om bij onze duiveltjes veel aandacht te schenken aan het voetbalplezier en de spelvreugde, maar steeds met als streefdoel ... het balgevoel te ontwikkelen en de algemene en specifieke motorische vaardigheden te verbeteren.

Om dit te realiseren is deze DVD samengesteld uit 6 hoofdstukken met het FUN-element als rode draad. Door een onderscheid te maken in drie ontwikkelings-niveaus is het eveneens mogelijk om wedstrijd- en spelvormen aan te passen aan het niveau en de beleavingswereld van elk kind.



Theorie



Praktijk



Trainingsvoorbeelden



5 tegen 5



Hoe moet het niet? Hoe moet het wel?

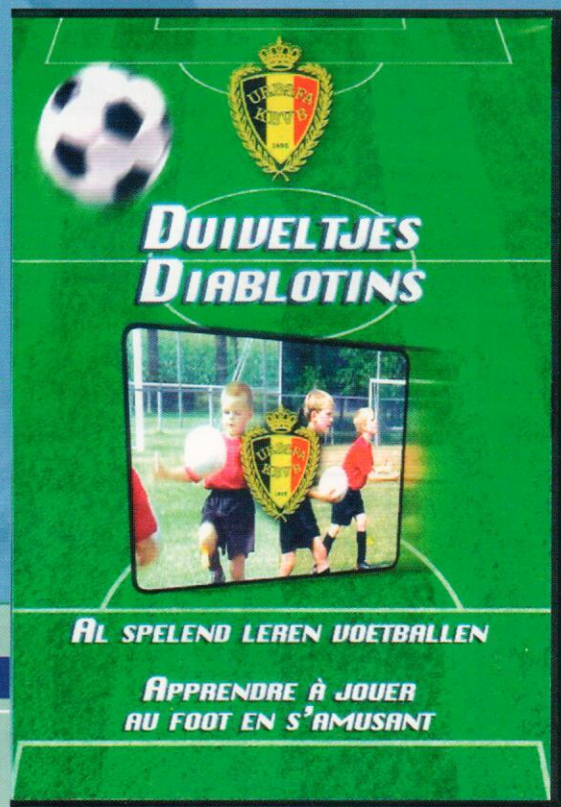


Besluit

Deze DVD is een realisatie van het Technisch Departement van de KBVB
Concept en ontwikkeling: Joost Desender

ANTWOORDKAART

Stuur deze antwoordkaart naar: F&G Partners, Leiebos 25 bus A2, 2170 Antwerpen
of fax naar +32 (0)3/294.82.20 of e-mail naar: FG-Partners@telenet.be.



- ☐ JA, ik bestel exempla(a)r(en) van de DVD. Ik betaal het bedrag van €24 per DVD (21% BTW incl.) + €5 verzendkosten per DVD.
Na de betaling van de factuur, ontvang ik mijn bestelling op het volgende adres:

Voornaam en naam: _____

Functie: _____

Straat : _____ Nummer: _____

Postcode: _____ Gemeente: _____

Tel.: _____ Fax: _____

E-mail: _____

Datum: _____ Handtekening: _____

Een must voor elke voetbaltrainer

Eindelijk een boek waarin de voetbaltheorie helder staat beschreven!
Een bestseller die je zeker in huis moet hebben!

Maar hoe breng je de theorie over?
Hoe communiceer je best met het team ... met individuele spelers?
Hét boek met pasklare antwoorden!

Voetbaltheorie

Jan W.I. Tamboer

m.m.v. Bert van Lingen en Raymond Verheijen

Dé basis voor elke goede trainer:

**- theoretische
kennis ... en**

**- hoe deze goed
overbrengen!**

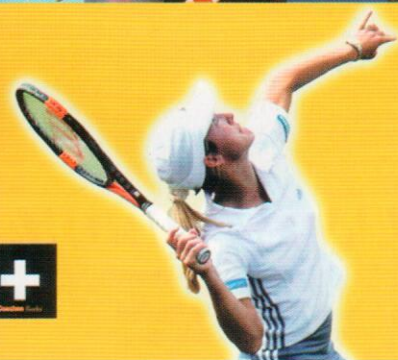
Bert De Cuyper

Communiseren moet je leren!

Praktijks voor trainers en coaches

ANTWOORDKAART

Stuur deze antwoordkaart ingevuld terug naar: F&G Partners, Lelebos 25 bus A2,
B-2170 Antwerpen of per fax naar: +32 (0) 3/294.82.20 of mail naar
FG-Partners@telenet.be. U kan ook bestellen via onze website: www.PartnersInSports.be



☐ Ik bestel hierbij ... exempla(a)r(en) van "Voetbaltheorie" aan €25,00/ex. en/of ... exempla(a)r(en) van "Communiseren moet je leren" aan €23,85/ex. Na betaling van de factuur worden mij de boeken geleverd op volgend adres:

Voornaam en naam: _____

Functie: _____

Straat: _____ Nummer: _____

Postcode: _____ Gemeente: _____

Tel.: _____ Fax: _____

E-mail: _____

Datum: _____

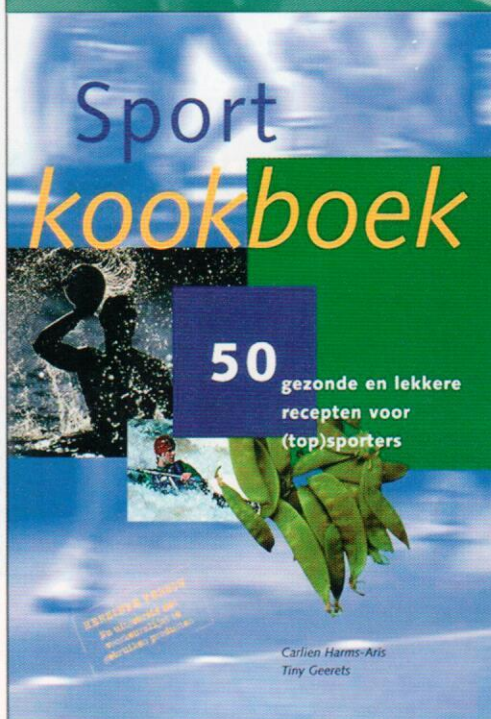
Handtekening: _____

De hier vermelde prijzen zijn inclusief 6% BTW, maar exclusief verzendkosten. De verzendkosten hangen af van het aantal exemplaren dat u bestelt, maar ze bedragen minimaal €4,84 (inclusief 21% BTW). F&G Partners behoudt zich het recht prijswijzigingen door te voeren.

Gezonde en lekkere recepten voor sporters

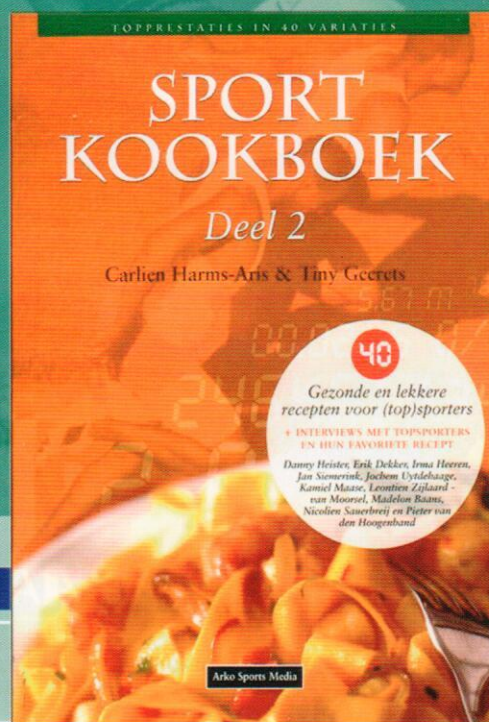
Welke (warme) maaltijden kan ik best eten voor een wedstrijd?
Wat moet ik in huis hebben en hoe maak ik ze klaar?
Hoe breng ik variatie? Wat is de voedingswaarde?

De antwoorden staan in deze 2 praktische boekjes!



Dé basis voor goede sportprestaties:

- slim trainen
en
- slim eten!



ANTWOORDKAART

Stuur deze antwoordkaart ingevuld terug naar: F&G Partners, Leiebos 25 bus A2,
B-2170 Antwerpen of per fax naar: +32 (0) 3/294.82.20 of mail naar
FG-Partners@telenet.be. U kan ook bestellen via onze website: www.PartnersInSports.be

☐ Ik bestel hierbij ... exempla(a)r(en) van Sportkookboek 1 aan €12,95/ex. en/of ... exempla(a)r(en) van Sportkookboek 2 aan €15,95/ex.
Na betaling van de factuur worden mij de boeken geleverd op volgend adres:

Voornaam en naam: _____

Functie: _____

Straat: _____ Nummer: _____

Postcode: _____ Gemeente: _____

Tel.: _____ Fax: _____

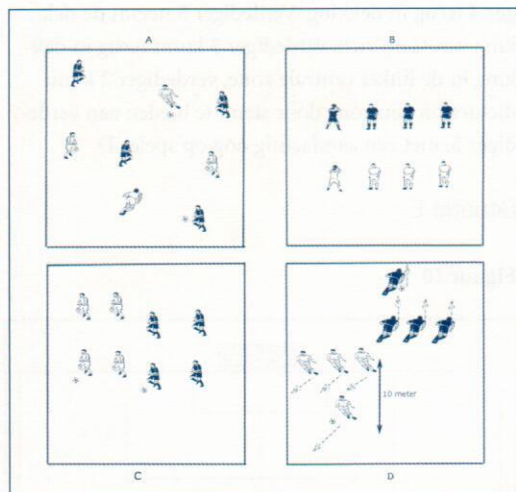
E-mail: _____

Datum: _____ Handtekening: _____

De hier vermelde prijzen zijn inclusief 6% BTW, maar exclusief verzendkosten. De verzendkosten hangen af van het aantal exemplaren dat u bestelt, maar ze bedragen minimaal €4,84 (inclusief 21% BTW). F&G Partners behoudt zich het recht prijswijzigingen door te voeren.

Oefening 3

Figuur 4



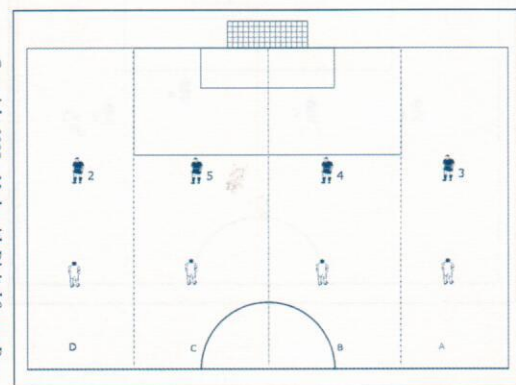
- A) De zwarte spelers spelen de bal naar elkaar toe, de witte spelers doen hetzelfde.
- B) Bij het signaal van de trainer gaan de spelers van dezelfde kleur in positie staan, de drager van de bal bevindt zich dan voorin.
- C) De vier spelers van elke ploeg spelen de bal naar elkaar toe en bewegen als blok in de richting van de trainer, terwijl ze er goed op letten de ruimte tussen de spelers en de lijnen intact te houden.
- D) De vier spelers van elke ploeg, geplaatst in een 1 - 3 positie, spelen de bal naar elkaar toe en bewegen als blok in de richting van de trainer, terwijl ze er goed op letten de ruimte tussen de spelers en de lijnen intact te houden.

Opstelling van de verdediging op een terrein dat in zones is ingedeeld

Oefening 1

Statische verschuiving van de verdediging in diagonaal.

Figuur 5

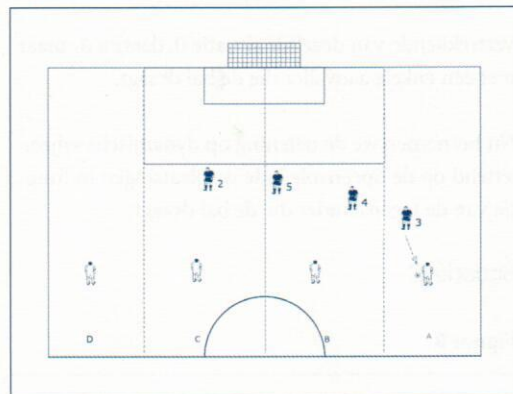


Situatie 0: de vier verdedigers (2,3,4,5) krijgen vier statische aanvallers voor zich (A,B,C,D).

Bij het begin van de oefening bevindt elke verdediger zich in zijn geliefkoosde zone.

Situatie A

Figuur 6



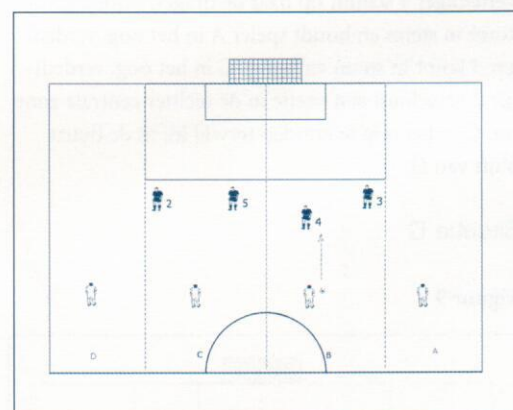
Verdediger 3 beweegt in de richting van de drager van de bal in vak A. Verdediger 4 komt in dekking van verdediger 3 en houdt B in het oog. Verdediger 5 komt in dekking van 4 in de rechter centrale zone en houdt C in het oog.

D bevindt zich in zijn zone en is niet gevaarlijk, en 2 kan in 3 of 4 seconden naar zijn positie terugkeren indien er een verre kruispas komt van A naar D.

De situatie is uiteraard omgekeerd indien het D is die aanvalt.

Situatie B

Figuur 7



Aanvaller B valt aan. Verdediger 4 gaat in dekking. Verdediger 3 verzekert de dekking in de centrale linkse zone, en houdt A in het oog.

Verdediger 5 komt mee in dekking van de hele verdediging, terwijl verdediger 2 in de rechter centrale zone komt om C in het oog te houden.

De situatie is omgekeerd indien het C is die aanvalt.

Copyright 2005 - Made with Digital Soccer Draw, a product of Homeware (www.homeware.be) and F&G Partners (www.PartnersInSports.be)

Copyright 2005 - Made with Digital Soccer Draw, a product of Homeware (www.homeware.be) and F&G Partners (www.PartnersInSports.be)

Oefening 2

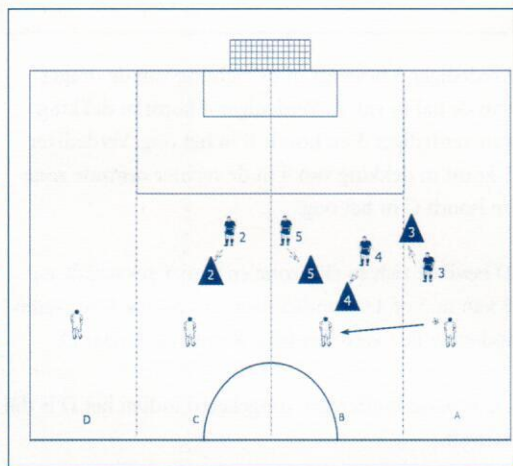
Dynamische verschuiving van posities in de verdediging.

Vertrekkende van dezelfde situatie 0, daarna A, maar met één enkele aanvaller die de bal draagt.

Nu hernemen we de oefening op dynamische wijze, lettend op de opeenvolgende verplaatsingen in functie van de tegenstander die de bal draagt.

Situatie C

Figuur 8



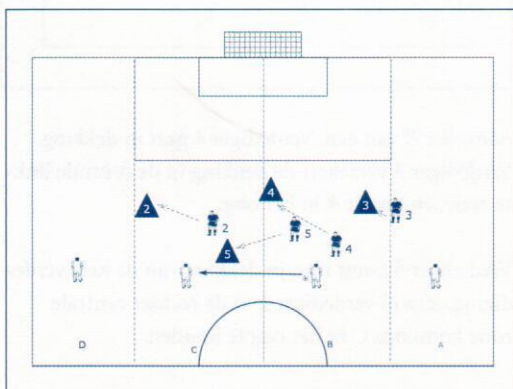
Copyright 2005 - Made with Digital Soccer Draw, a product of Homeware (www.homeware.be) and Fe-G Partners (www.PartnersInSports.be)

Tijdens de pas van A naar B "verschuiven" de verdedigers.

Verdediger 4 schuift op naar de drager, verdediger 3 komt in steun en houdt speler A in het oog, verdediger 5 komt in steun en houdt C in het oog, verdediger 2 verschuift een beetje in de rechter centrale zone om C in het oog te houden terwijl hij in de buurt blijft van D.

Situatie D

Figuur 9

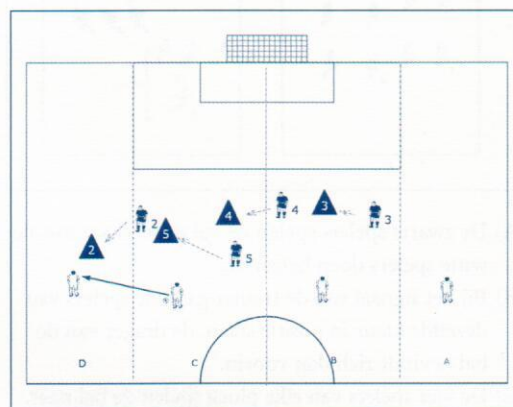


Copyright 2005 - Made with Digital Soccer Draw, a product of Homeware (www.homeware.be) and Fe-G Partners (www.PartnersInSports.be)

Ten gevolge van de pas van B naar C: in plaats van de dekking van B naar A te verplaatsen (en dus een mogelijk vrije ruimte te laten aan C), komt verdediger 4 terug in dekking. Verdediger 5 neemt de dekking van C op zich, verdediger 3 komt terug in dekking in de linker centrale zone, verdediger 2 komt dicht bij zijn zone door steun te bieden aan verdediger 5, met een aandachtig oog op speler D.

Situatie E

Figuur 10



Copyright 2005 - Made with Digital Soccer Draw, a product of Homeware (www.homeware.be) and Fe-G Partners (www.PartnersInSports.be)

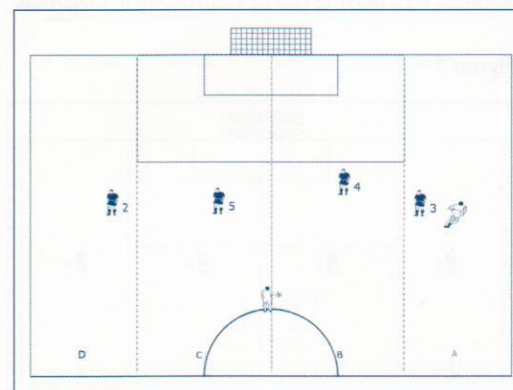
Tijdens de pas van C naar D komt verdediger 5 in dekking en houdt C in het oog, verdediger 4 schuift naar de centrale rechter zone, verdediger 3 komt in dekking van speler B.

Oefening 3

We gaan een dynamische aanvaller in het spel brengen in confrontatie met een statische drager van de bal die tussen de zones heen beweegt.

Situatie A

Figuur 11

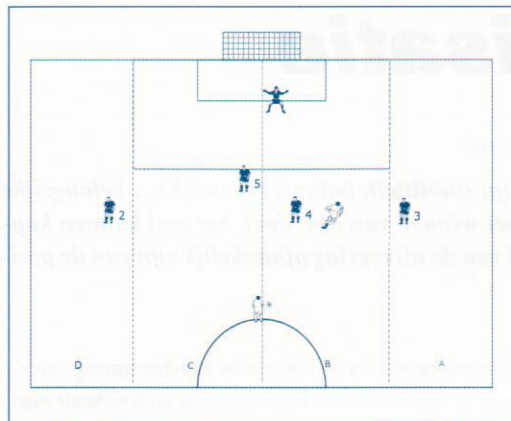


Copyright 2005 - Made with Digital Soccer Draw, a product of Homeware (www.homeware.be) and Fe-G Partners (www.PartnersInSports.be)

De aanvaller van de tegenpartij bevindt zich in de linkse zone van de verdediging. Verdediger 3 verzorgt de dekking, verdediger 4 komt uit zijn positie om mee dekking te geven, verdediger 5 en verdediger 2 staan opgesteld in functie van verdediger 3.

Situatie B

Figuur 12

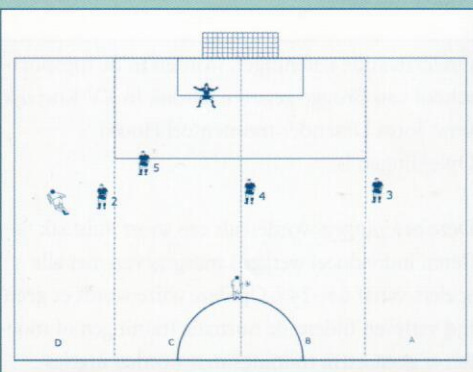
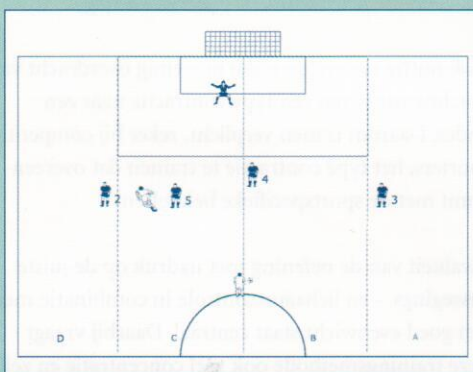


De aanvaller van de tegenpartij bevindt zich in de linkse zone van de verdediging. Verdediger 4 verzorgt de dekking, verdediger 5 komt uit zijn positie om mee dekking te geven, verdediger 3 en verdediger 2 staan opgesteld in functie van verdediger 4.

Situaties C en D

Figuur 13 & Figuur 14

Zelfde situatie als A en B, maar omgekeerd. Te noteren valt dat de doelman zijn positie aanpast in functie van de bewegingen van de aanvaller van de tegenpartij.



De mascotte Charleroi (Photonews).

Rompstabilisatie

Joost Desender, sportief technisch verantwoordelijke Jeugdopleiding KV Kortrijk

Voetbal ... een a-cyclische en zeer dynamische sport. En toch zijn stabiliteit, balans, evenwicht... belangrijke componenten in vele voetbalacties. Trappen op doel trappen, het winnen van een duel, het snel kunnen kapen en draaien, het stoppen en starten ... steeds zal de kwaliteit van de uitvoering afhankelijk zijn van de positie van het lichaam, al of niet in evenwicht.

Voetbalspecifieke acties vragen een optimaal functioneren van het bewegingsapparaat. Het juist en snel uitvoeren van een technische vaardigheid betekent vooral veel aandacht schenken aan een juist 'evenwicht' een goede 'stabiliteit' en een correcte 'bewegingscontrole' van het spiersysteem.

Het actief (= spieren), het passief (beenderen, gewrichtskapsels, ligamenten) en het neurale systeem (= het aansturingssysteem van de spieren) moeten zodanig samenwerken dat ze op een veilige en efficiënte manier de krachten die worden ontwikkeld door de spieractiviteit kunnen omzetten in functionele voetbalacties (bijvoorbeeld trappen op doel, lange passing...).

Stabiliteit verkrijgt men als drie componenten: het actief systeem, het passief systeem en het neurale systeem optimaal samenwerken.

Stabiliteit verkrijgt men als de drie componenten goed samenwerken. Een gebrek aan stabiliteit kan leiden tot een foute technische uitvoering maar evenzeer tot klachten en blessures.

Als we de spieren als geheel gaan bekijken kunnen we een onderscheid maken tussen die spieren die een beweging tot stand brengen (mobiliseren) enerzijds en spieren die een beweging tot stilstand brengen en zodoende het lichaam in balans houden (stabiliseren) anderzijds.

Mobiliserende spieren bestaan hoofdzakelijk uit snelle spiervezels en hebben als doel kracht en snelheid te leveren om een bepaald lichaamsdeel in beweging te zetten.

Stabiliserende spieren bestaan hoofdzakelijk uit trage spiervezels en hebben als doel bewegingen te controleren of een bepaalde gewrichtspositie te behouden. Het oefenen van stabiliserende spieren vinden we terug in

een doorgedreven isometrische krachttraining (noot van de redactie: in de krachttraining onderscheidt men twee soorten contracties: Men onderscheidt klassiek twee types: 1) de **isometrische of statische contractie**. De spier verkort niet en is er geen verplaatsing van een lichaamsdeel en de 2) **dynamische contractie** die gepaard gaat met een verandering van de spierlengte. Men spreekt van concentrische contractie wanneer de spier verkort en van excentrische contractie wanneer de spier verlengt.

In oefenprogramma's zijn dynamische contracties het meest frequent. De kracht die ontwikkeld kan worden bij een excentrische contractie is evenwel groter dan bij een concentrische contractie. Daardoor krijgt men de indruk dat eenzelfde last lichter is tijdens een excentrische contractie (de fase met spierversneling) dan bij een concentrische contractie (spierverkorting).

Ook nuttig om weten is dat er weinig overdracht van krachtwinst is van één type contractie naar een ander. Daarom is men verplicht, zeker bij competitie-sporters, het type contractie te trainen dat overeenkomt met de sportspecifieke behoeften.

Kwaliteit van de oefening met nadruk op de juiste bewegings- en lichaamscontrole in combinatie met een goed evenwicht staat centraal. Daarbij vraagt deze trainingsmethode ook veel concentratie en zelfwerkzaamheid.

Onderstaande oefeningen worden in de topsport-school van Brugge gegeven, alsook in KV Kortrijk waar Joost Desender momenteel Hoofd Opleidingen is.

Deze oefeningen worden als een soort huistaak (leren individueel werken) meegegeven met alle spelers vanaf de -14 j. Op deze wijze wordt er geen tijd verloren tijdens de normale trainingen of moeten er geen extra trainingsuren worden ingelast.

Dit vraag uiteraard een (kleine) mentaliteitswijziging bij onze voetballers. Om beter te worden, om het maximum uit je kwaliteiten te halen, om de top te bereiken moeten de (jeugd)voetballers een voorbeeld nemen aan de individuele sporters. Dit betekent LEREN en KUNNEN individueel werken = ZELFWERKZAAMHEID en ZELFDISCIPLINE...om de TOP te bereiken.

Stabilisatie training (rompstabilisatie in bijzonder) kan de basis vormen voor een gerichte en specifieke dynamische krachttraining met gewichten, rekkers of aan fitness toestellen.

- **Blessurepreventie** en het voorkomen van **spierdysbalansen** zijn belangrijk voordelen van rompstabilisatie. Door het specifiek karakter van het voetbal worden de spieren te éénzijdig belast.
- Een ander voordeel is dat de **belastbaarheid** van de atleet groter wordt en dat er globaal meer trainingsarbeid kan verricht worden.
- Bovendien is vanuit looptechnisch standpunt het energieverlies veel minder groot wanneer er een goede **stabiliteit** en **vormspanning** van het lichaam aanwezig is.

Met andere woorden, een goed gestabiliseerd lichaam gaat veel meer rendement halen uit een bepaalde spieractie dan een niet gestabiliseerd lichaam, wat dus onrechtstreeks leidt tot prestatieverbetering ('een betere lichaams- en balbeheersing').

Stabilisatietraining vinden we ook terug in de vele proprioceptieve oefeningen.

Doel rompstabilisatie

Doelstellingen van de functionele rompstabiliserende – en spierversterkende oefeningen zijn:

- Een voldoende lichaamsevenwicht, -stabiliteit te bekomen om klachten en eventuele letsels door specifieke belasting zoveel mogelijk te voorkomen... (evenwicht-stabiliteit) = blessurepreventie
- De oefeningen zorgen voor een perfecte 'vormspanning', welke nodig is in elke voetbalactie: trappen, duel, koppen...
Verbetering van de lichaams – en balbeheersing.
- Betere stabiliteit van 'romp-bekken' tijdens het voetballen = 'stabiliteit als basis voor een betere mobiliteit'
- Kan ook de 'basis' vormen voor een voetbal-specifieke krachttraining. (re-((Re-) conditionering naar kracht toe = na blessure is het verstandig om eerst een revaliderend oefenprogramma te volgen.

Hierdoor worden de spieren opnieuw versterkt zodat zij weer volledig te belasten zijn, de belastbaarheid wordt groter).

- Stabilisatiebekwaamheid van het eigen lichaam alvorens met weerstanden te werken.
- Zelfdiscipline en zelfwerkzaamheid van de spelers = attitudevorming tot individueel werken (rompstabilisatie kan/moet immers individueel getraind worden = huiswerk voor de spelers)

Voordelen

- Rompstabilisatie oefeningen kunnen gemakkelijk met weinig materieel op een beperkte ruimte geoefend worden, wat uiteraard in kleine clubs enorme voordelen en mogelijkheden biedt.
- Er worden geen afzonderlijke spiergroepen getraind, meer in bijzonder het geheel van de houdingsspieren.

Basisprincipes

1. Oefeningen rustig uitvoeren
2. Ademhaling niet blokkeren. Rustig blijven ademen.
3. Perfecte uitvoering nastreven (kwaliteit boven kwantiteit)
4. Extra aandacht voor juiste uitvoering.
Bekkenkanteling en fixatie van het bekken.
5. Startprogramma

Elke houding 8 tot 10 tellen aanhouden. Start met de meest eenvoudige stabilisatie oefening.

Progressief aantal oefeningen en de moeilijkheidsgraad verhogen.

Progressie

- Het aantal herhalingen progressief verhogen. Op termijn reeksen van 4 tot 8 herhalingen.
- De duur van de oefening progressief opdrijven van 10 naar 20 tellen
- 6. Kwaliteit van de oefeningen is belangrijker dan de kwantiteit. Perfectie primeert boven aantal herhalingen en de duurtijd.
- 7. Kan dagelijks geoefend worden maar toch met een minimum van 3 x per week (= huistaak).



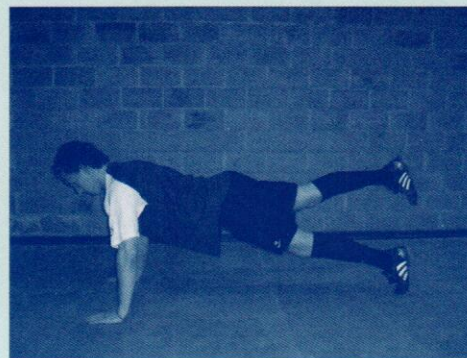
A. In 'voorlig' steun

1. Voorlig steun op de handpalmen

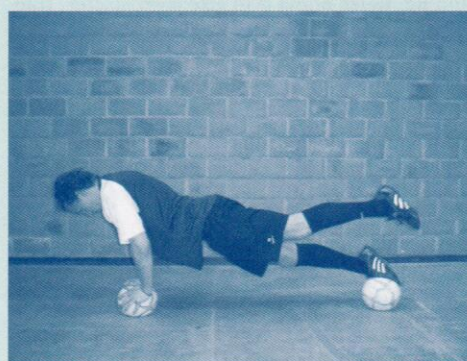
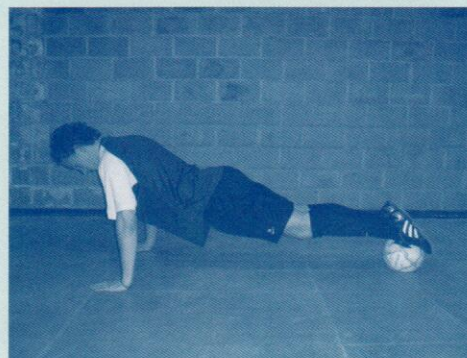
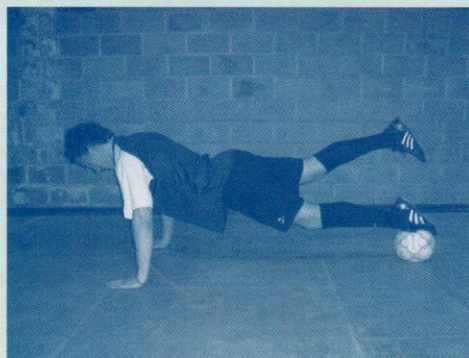
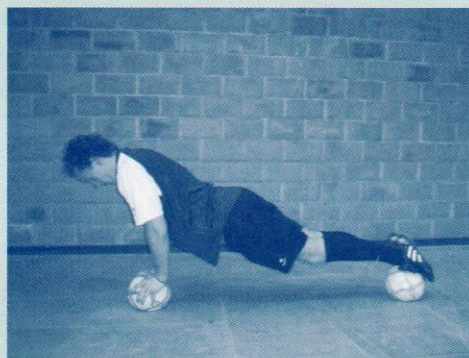
Beschrijving

- Steun op de toppen van de voeten en de handpalmen op schouderbreedte. De armen loodrecht onder de schouders. Spanning van hoofd tot voeten. Hoofd, bekken, romp op 1 lijn. Bekkenkanteling naar achter.

Basics



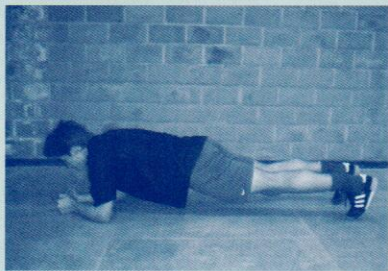
Varianten



2. Voorlig steun op de ellebogen

Beschrijving

- Lichaam is in voorlig gesteund op de ellebogen en de voetpunten. Ellebogen loodrecht op de schouders. Spanning van hoofd tot voeten. Hoofd, bekken, romp op 1 lijn. Bekken kantelen naar achter kantelen (= aanspannen van de buik – en bilspiers)



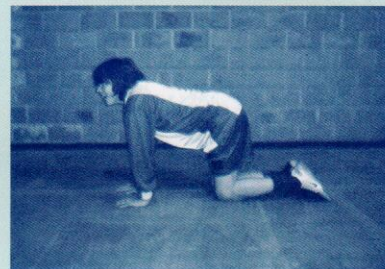
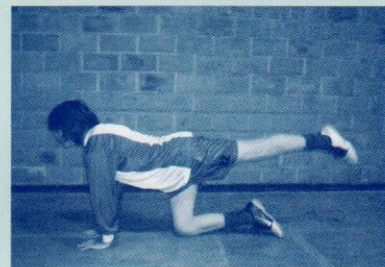
3. Voorlig steun op knie en handpalm

Beschrijving

- Het lichaam is in een voorlig steun op rechter knie en de handpalmen. Linker been wordt opwaarts horizontaal geheven. Aandacht voor de juiste bekkenkanteling. Spanning van hoofd tot voeten. Hoofd, bekken, romp op 1 lijn.

Vorbereidende oefening

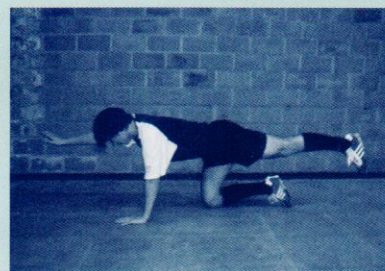
- Verbeteren van het bewegingsgevoel van de lage rug. Leer afwisselend de rug hol en bol trekken op een ontspannen manier.
- Zelfde uitgangshouding. De knieën worden lichtjes geheven (5-tal cm) .



Progressie

Rechter arm wordt voor- en opwaarts horizontaal geheven.

- Geheven arm en been wordt explosief ingetrokken en opnieuw gestrekt. Explosieve actie en snel herstellen van het evenwicht. (doel = proprioceptie)



B. IN 'RUGLIG' STEUN

4. Ruglig in rompsteun

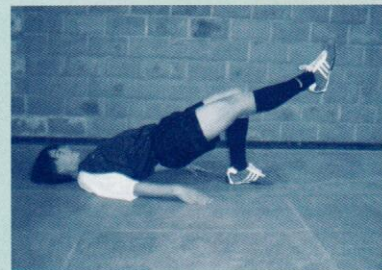
Beschrijving

- Lichaam is in ruglig gesteund op de schouders en de voeten. Voeten loodrecht onder de knieën. Onderarmen evenwijdig met de romp. Lichaam van schouders tot aan de knieën onder spanning brengen en op 1 lijn brengen.



Variante

- Eén been wordt geheven in het verlengde van de romp. Één lijn vormen met de lengte-as van het lichaam. Bekken niet laten zakken.



5. Ruglig in brugsteun

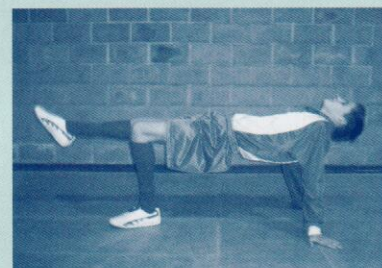
Beschrijving

- Lichaam is in ruglig gesteund op de handpalmen en de voeten. Ellebogen loodrecht onder de schouders. Lichaam van schouders tot aan de knieën onder spanning brengen en wordt op 1 lijn brengen.



Variante

- Eén been wordt geheven in het verlengde van de romp. Één lijn vormen met de lengte-as van het lichaam. Bekken niet laten zakken.



6. Ruglig in steun op de ellebogen

Beschrijving

- Lichaam is in ruglig gesteund op de ellebogen en de hielen.
- Ellebogen loodrecht onder de schouders. Lichaam van schouders tot aan de hielen onder spanning brengen en op 1 lijn brengen.



Variante

- Eén been wordt geheven in het verlengde van de romp. Één lijn vormen met de lengte-as van het lichaam.

Lieven Maesschalck: "Ons werk is compatibel met dat van fysio- therapeuten bij clubs"

Stijn Dom, sportjournalist

Voetballers die een zware blessure oplopen, zitten vol twijfels en staan er dikwijls alleen voor. Ze zijn voor langere tijd out en hun herstel bestaat regelmatig uit een parcours vol hindernissen. Begeleiding en revalidatie zijn in dat verband belangrijk. Wij legden ons oor te luisteren bij Lieven Maesschalck, een fysiotherapeut die op het gebied van revalidatie al een heleboel voetballers heeft begeleid.

De praktijk van Maesschalck op het Eilandje in Antwerpen wemelt van de bedrijvigheid. Sportief uitzijnde soortgenoten doen er allerlei motorische oefeningen waaraan wij ons liever niet wagen. Gelukkig is er op deze heldere winterdag het uitstekende uitzicht op de haven met zijn kranen, loodsen en dokken dat hen kan verstrooien. Maesschalck zelf laat even op zich wachten omdat hij met een patiënt richting Sint-Anneke is afgezakt, waar die zich in het zand mag uitleven.

Even later stapt Maesschalck uit de lift en komt hij onze richting uit. Zijn handdruk is even vastberaden als zijn tred. In zijn zog zien we Luigi Di Biagio, die met de squadra azzurra nog aan het WK '94 in de Verenigde Staten deelnam en tegenwoordig op de loonlijst van Brescia staat.

Over zijn eigen palmares heeft Maesschalck het liever niet. Het letstel en de patiënt boeien hem vooral. Dat zijn aanpak uniek is, wil hij niet gezegd hebben.

Hij werkt op zijn manier en wil daar voor het overige niet te veel woorden aan vuil maken. Daar moeten anderen maar over oordelen. Dat bekende koppen uit binnen- en buitenland zijn deur plat lopen,

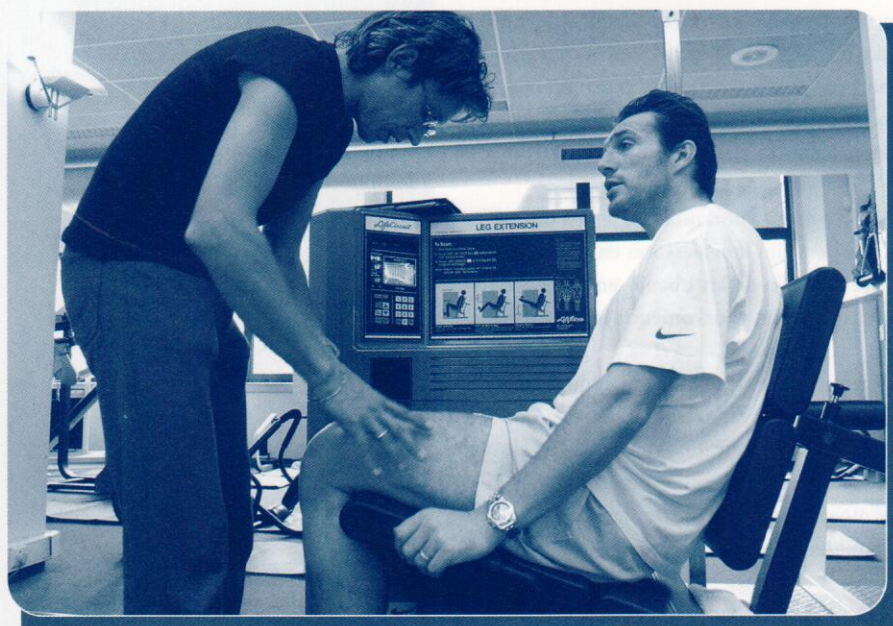
beschouwt hij als een aardige bijkomstigheid. Gelukkig voor ons en voor u wou hij het wel over het volgende hebben.

Dug-Out: Wat is eigenlijk je relatie met de voetballerij?

Lieven Maesschalck: "Het feit dat ik veel in contact kom met voetballers is vooral aan

mond-aan-mondreclame te danken. Ik heb nooit bij een voetbalclub als kinesitherapeut gewerkt en nooit bij een ploeg op de bank gezeten. Van het een komt het andere.

Voetballers komen vooral bij mij terecht via doorverwijzing van een arts of een andere patiënt, die al bij mij was geweest".



Er is een sterke relatie tussen vermoeidheid en het oplopen van blessures. Je kan door de optimalisatie van trainingsprogramma's en door het individualiseren van de trainingen vermoeidheid detecteren en letsels vermijden (Photonews).



Voetbal is en blijft natuurlijk een contactsport die heel intensief is waardoor het risico op blessures natuurlijk groter wordt (Photonews).

Heb je iets speciaals met voetbal?

Lieven Maesschalck: "Ik vind voetbal wel een leuke sport. Mijn manier van werken is "move to cure" wat actief revalideren betekent.

Als ik dan voetballers over de vloer krijg, kan ik al vroeg voetbalspecifieke oefeningen inlassen. Door met trainers te praten, trainers te observeren en vrij veel met voetballers in contact te komen, is mijn expertise inzake revalidatie voor voetballers geleidelijk gegroeid. Het is ook een vorm van interesse".

CONTACTSPORT

Wat is er zo specifiek aan voetballers?

Lieven Maesschalck: "Voetbal is een sport die locomotorisch zwaar belastend is. Dat wordt dikwijls vergeten. Voor mij is het een ideale sport om mee in contact te komen omdat er veel blessures in voorkomen die voor een kinesitherapeut een uitdaging vormen.

De twee meest voorkomende letsels bij voetballers zijn knieblessures en pubalgie. In de knie zijn de kruisband- en kraakbeenletsels de meest voorkomende blessures.

Er is een sterke relatie tussen vermoeidheid en het oplopen van blessures. Je kan door de optimalisatie van trainingsprogramma's en door het individualiseren van de trainingen vermoeidheid detecteren en letsels vermijden.

Vermoeidheid detecteren betekent dat je het recuperatievermogen en de hartslag meet. Er ligt ook een belangrijke taak bij de voetballer zelf om aan te geven wanneer hij zich niet

lekker in zijn vel voelt. Hij moet naar zijn lichaam luisteren. Er zijn clubs die hun spelers onder druk zetten waardoor zij hun lichaam en in het bijzonder hun gewrichten te zwaar belasten. In de meeste gevallen zijn insputingen uit den boze.

Ze werken op korte termijn, maar doen op lange termijn meer kwaad dan goed. Een

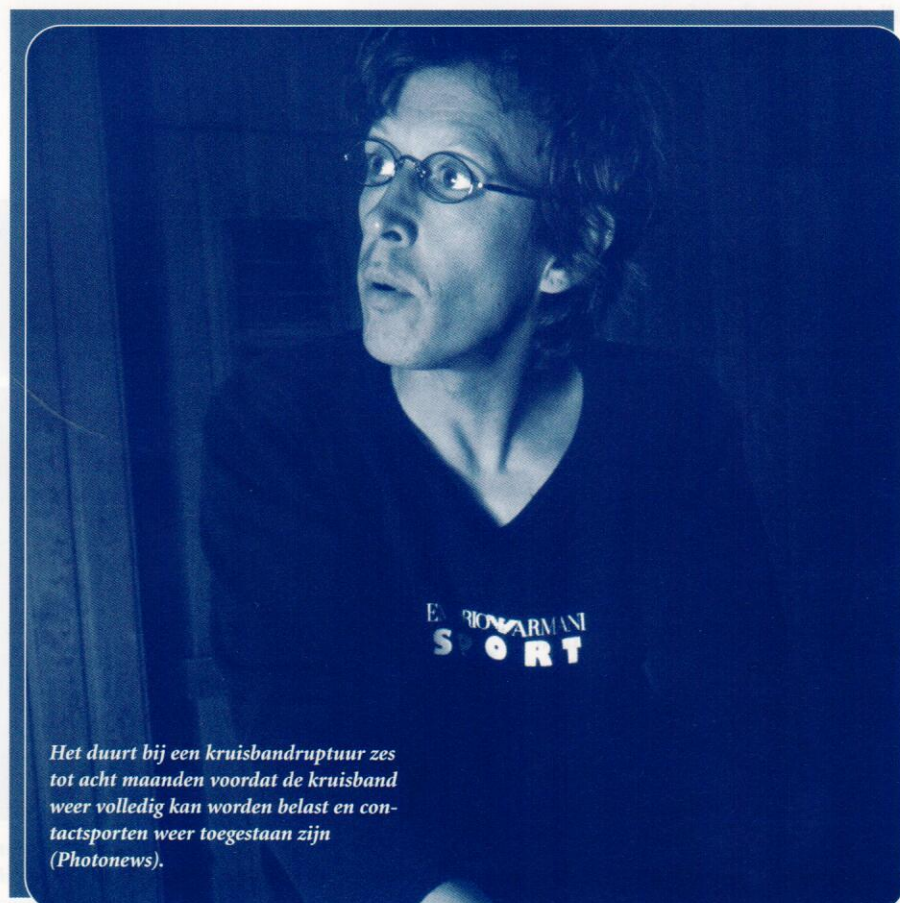
voetballer voelt dan geen pijn, maar de blessure is niet genezen en verergert dikwijls.

Voetbal is en blijft natuurlijk een contactsport die heel intensief is waardoor het risico op blessures groter wordt. Maar voor preventie en detectie van vermoeidheid moet je als trainer waakzaam zijn. Vermoeidheid kan uit verschillende dingen voortkomen: de opeenvolging van verschillende wedstrijden of trainingen. Een externe factor zoals een emotioneel of alimentair onevenwicht kan ook aan de basis van een letsel liggen".

Hoe herstel je een kruisbandletsel?

Lieven Maesschalck: "Als je opnieuw wilt voetballen is bij een kruisbandruptuur een operatie noodzakelijk. Het doel van zo'n operatie – ruptuur van de voorste kruisband komt bij voetballers het meest voort – is het herstellen van de stabiliteit in de knie. De beste methode is om een pees uit de hamstrings te nemen en die op de plaats van de kruisband in te brengen.

Daarmee kan men zonder problemen weer gaan sporten. Het risico op een kruisbandruptuur is bij voetballers groot omdat de voet stevig op de grond gefixeerd staat en de knie snelle draaibewegingen moet maken. Voetballers hebben ook dikwijls rechtstreeks contact met hun tegenstanders".



Het duurt bij een kruisbandruptuur zes tot acht maanden voordat de kruisband weer volledig kan worden belast en contactsporten weer toegestaan zijn (Photonews).

Hoe ziet een revalidatie na een kruisbandoperatie er concreet uit?

Lieven Maesschalck: "De derde dag na de operatie start de actieve revalidatie met het opnieuw leren stappen. Het begin van de revalidatie bestaat uit oefeningen ter controle van de knieschijf. De echte revalidatie begint zes weken na de operatie. In het begin is het aangeraden om bij het stappen steeds een brace te dragen. Het progressief opdrijven van het buigen van de knie is van belang en zodra 90 graden is bereikt mag er ook met fietsen gestart worden.

In principe is na drie maanden de pees voldoende ingegroeid. Ondertussen gaat het herstelproces verder en zal het peesweefsel dat werd ingebracht zich spontaan gaan transformeren naar levend en van bloedvaten voorziene gewrichtsbandweefsel.

Dit proces duurt ongeveer zes maanden. Het is dus heel belangrijk dat de nieuwe kruisband de tijd en de mogelijkheid krijgt om perfect in te groeien. Het duurt zes tot acht maanden voordat de kruisband weer volledig kan worden belast en contactsporten weer toegestaan zijn.

Een intensief oefenprogramma is er ook op gericht om de spieren rond de knie te versterken. Die moeten zoveel mogelijk de functie van de knieband overnemen zodat het kniegewricht verder kan stabiliseren".

Wat moet je als trainer in het oog houden om pubalgie te voorkomen?

Lieven Maesschalck: "Spieroefeningen voor buikspieren en ook ab- en adductoren zijn essentieel bij voetballers. Chronische pubalgie is de meest voorkomende vorm en vindt haar oorsprong in een onevenwicht in de spieren van de romp en de ledematen. Zwakke buikspieren kunnen een overbelasting ter hoogte van het schaambeentje of de lies veroorzaken, vooral bij herhaalde inspanning zoals het trappen op doel.

De spieren rond het schaambeentje moeten sterk en tegelijkertijd soepel zijn. Bij voetbal wordt er een heel explosieve kracht uitgeoefend op bij het trappen en versnellen en om die reden is het belangrijk dat onder meer de buikspieren, de adductoren en de heupbuigers goed ontwikkeld zijn. Je moet zorgen voor een balans tussen de voorste en de achterste keten en spieren en zorgen voor een evenwicht links-rechts en voor-achter. Dat kan je inbouwen in je preventieplan. Daarnaast is zeker ook van essentieel belang de correctie van de gewrichten en het ver-

soepelen van de spieren: adductoren, abductoren, rechte en schuine buikspieren. Stretching van buikspieren, adductoren en psoas is ook aangewezen".

BUITENSTAANDER

Is er een verschil qua mentaliteit tussen een voetballer en een andere sporter?

Lieven Maesschalck: "De mentaliteit per sporter is puur individueel. Je kan voetbal en wielrennen niet met elkaar vergelijken. Het feit dat voetballers luiertjes zouden zijn, is een fabeltje. Ze zijn natuurlijk begeistert door de bal. Elke sport heeft zijn specifieke eigenschappen en de voorbereiding verloopt bij iedere sport anders. De spelers wedstrijd-fit krijgen, moet de belangrijkste bekommernis van de coach zijn en al de rest is praat voor de vaak.

Voetbal is een complexe sport waarbij verschillende parameters van belang zijn: houding, snelheid, kracht, techniek, ... Dus is het een heel zwaar belastende sport. In voetbal maak je veel rotatiebewegingen waardoor bijvoorbeeld kruisbandletsel relatief en in vergelijking met andere sporten veel kunnen voorkomen.

Het schoeisel heeft een grote impact op de knie, de manier van trappen ook. Naast vermoeidheid is ook toeval een belangrijke factor in het voorkomen van blessures".

Zou je ooit bij een voetbalploeg aan de slag willen gaan?

Lieven Maesschalck: "Ik denk dat je als buitenstaander, als onafhankelijke zelfstandige, beter kan werken dan in een club. Binnen een club heb je te maken met druk van verschillende partijen. Het is veel moeilijker. De atleet komt bij ons, in alle rust en vrede. Wij behandelen tientallen zware blessures per jaar en in een club krijg je maar met een paar per jaar te maken.

Een praktijk als de mijne is compatibel met het werk van de medische staf van een club. Zij zijn vooral bezig met lichte blessures en die nemen dagelijks veel tijd in beslag".

Hoe belangrijk is preventie met het oog op het voorkomen van blessures?

Lieven Maesschalck: "Preventie is een essentieel onderdeel bij een behandeling. Enerzijds moeten de "zwakke" punten bij de voetballer weggewerkt worden door spiertoefening, stretching en houdingscorrectie waar nodig. Anderzijds moet je de voetballer

leren sportmedisch verantwoord bezig te zijn: voldoende rust, eventuele infecties behandelen, verantwoord bezig zijn met je voeding, de juiste trainingsaanpak met zeer belangrijk hierbij de voldoende recuperatie na training of wedstrijd (cooling-down) en aangepast fysiologisch trainen.

Je kan dus op vele vlakken preventief gaan werken en een uitgebalanceerde voorbereiding uitstippelen, maar voetballers trappen natuurlijk heel veel tegen een bal en voetbal is en blijft een contactsport waardoor er relatief veel blessures in voorkomen".

INDIVIDUEEL TRAINEN

Wat is volgens jou de rol van een coach inzake revalidatie?

Lieven Maesschalck: "Je kan als trainer gedifferentieerd trainen en bijvoorbeeld op het eind van de training in kleine groepen gaan trainen. Aan de hand van bijvoorbeeld hartslagzones. Daar kan een belangrijke taak weggelegd zijn voor een sportarts die de spelers gaat testen en de resultaten aan de trainer doorspeelt. Op basis van die resultaten zal de trainer de spelers dan in groepen indelen. Het gaat dan om recuperatietrainingen die aangepast zijn aan de noden van de individuele spelers.

Een voetbaltrainer is de hoofdcoach van een ploeg en moet de mogelijkheid krijgen om rond hem een team te bouwen dat goed is in een bepaald vak of niche. De droom van een trainer is te werken met fysiotherapeuten die hun vak kennen, een dokter die hoog opgeleid is en veel ervaring heeft en eventueel een mental coach.

Zo kan je op topniveau in groep trainen, maar ook spelers individueel begeleiden. Dikwijls is dat financieel niet haalbaar en dat hangt natuurlijk in grote mate ook af van het niveau waarover je spreekt. Een ploeg in de provinciale reeksen heeft nu eenmaal niet de financiële middelen van een eersteklasser".

Wat is de rol van de fysiotherapeut die bij een club actief is?

Lieven Maesschalck: "Bij de voetbalclubs zijn preventie en begeleiding belangrijk, maar daarnaast ook de lichte blessures (verrekkingen, spierscheuren, ...). Het gaat natuurlijk ook om ervaring die ervoor zorgt dat je een heleboel blessures op de juiste manier aanpakt. Als je bijvoorbeeld met een kruisbandletsel te kampen hebt, moet je



Voetbal is een complexe sport. Je moet uithouding hebben, snelheid, tactiek en voetbalintelligentie. Het is niet makkelijk om iedereen honderd procent af te stellen, maar je kan – als trainer – een individuele aanpak hebben in de groep (Photonews).

de complicaties kennen die kunnen optreden.

Ik denk dat we in onze sector evolueren naar de superspecialisaties. Revalidatie is onderdeel van de wereld van de fysiotherapie. Een fysiotherapeut bij een club heeft dertig spelers onder zijn hoede. Bij echte ernstige blessures zouden de clubs de spelers moeten uitbesteden omdat revalidatie een heel specifieke en bijzondere begeleiding vereist. Wat wij bij "Move to Cure" doen, vormt volgens mij een toegevoegde waarde op wat de therapeuten in clubverband uitvoeren".

Hebben de kinesisten die bij clubs werken, te veel om handen?

Lieven Maesschalck: "Zij hebben niet de tijd om zich, als een speler zwaar geblesseerd is, enkel en alleen met die speler bezig te houden. Clubtherapeuten hebben ook dikwijls niet de nodige ervaring als ze met hele zware letsels te maken krijgen.

Een hele interessante en ook belangrijke fase is die tussen het aflopen van de revalidatie en het begin van de groepstraining. Voor de groepsdeelname, zou zo'n speler een aparte en specifieke training en begeleiding moeten krijgen om dingen te optimaliseren. Het zou

de taak van een fysiotherapeut kunnen zijn om de speler opnieuw te integreren.

Belangrijk daarbij zijn specifieke loopoefeningen, sprongvormen en lenigheidsoefeningen op het veld die uiteraard aangepast zijn aan de fysiologie van de sporter en het letsel waarvan hij net gerevalideerd is.

De nazorg – waarbij je na de revalidatie gedurende een paar maanden oefeningen moet blijven doen ongeacht of de voetballer speelt of niet – is cruciaal. Een spiermassa heeft een bepaalde tijd nodig om zich aan te passen en de optimalisatie van de spiermassa na een letsel kost heel wat tijd".

DIFFERENTIATIE

Ligt in die begeleiding ook een taak voor de trainer?

Lieven Maesschalck: "Een trainer kan dan de beslissing nemen om een speler, na de revalidatie, een aantal weken een specifieke training te laten doen. Je kan spelers eruit pikken en apart laten trainen al naargelang hun fitheid of hun positie in het elftal. Variatie is belangrijk. Voetbal is en blijft natuurlijk een groepssport. Het is ook een complexe sport. Je moet uithouding hebben, snelheid, tactiek en voetbalintelligentie. Het

is niet makkelijk om iedereen honderd procent af te stellen, maar je kan – als trainer – een individuele aanpak hebben in de groep".

Kan roteren in dat verband blessures voorkomen?

Lieven Maesschalck: "Om vermoeidheid te voorkomen kan het rotatiesysteem helpen. Dat is ook de taak van een fysicaal trainer. Die moet alle spelers regelmatig testen en op de hoogte blijven van hun conditie. Hij moet hen dan ook begeleiden bij hun inspanningen en kunnen inschatten wanneer ze aan rust toe zijn. Alternatieve trainingen kunnen daarbij een oplossing zijn.

Voetbal is een explosieve sport. Een wielrenner zal locomotorisch veel minder kans hebben op blessures dan voetballers. Wielrenners maken vooral een cyclische beweging omdat ze niet – zoals voetballers – moeten lopen, springen, draaien en keren".

Hoe verloopt een revalidatie bij jou?

Lieven Maesschalck: "Om het letsel te bepalen voer ik eerst een onderzoek uit dat mede gebaseerd is op mijn ervaring. De oorzaak kan allerlei zijn. En dan bouw je een programma op met oefeningen dat specifiek is toegepast op de genezing. Het is niet alleen

de verantwoordelijkheid van de entourage, maar vooral van de atleet zelf.

Hij/zij moet ervoor zorgen dat de kans op blessures zo klein mogelijk wordt door goed te eten, goed te slapen en zich optimaal te verzorgen. Een goede revalidatie komt tot stand door zowel een specifieke begeleiding als de juiste ingesteldheid bij de patiënt".

Wat zijn de verschillende stappen die je onderneemt als iemand op jou een beroep wil doen?

Lieven Maesschalck: "Revalidatie naar de atleet toe is essentieel. Ik gebruik een gedoseerde aanpak en werk stap per stap. Ik zie mijn patiënten elke dag en hun programma wordt telkens aangepast aan hun conditie van de dag. Afhankelijk van de reactie van de vorige dag en rekening houdend met het letsel dat ze hebben opgelopen, verandert hun programma.

De omstandigheden moet worden geoptimaliseerd als hun letsel bijvoorbeeld meer of minder zwelling vertoont en als de patiënt meer of minder pijn ervaart. Je gebruikt de pijn als gids en als signaal voor de keuze van de oefeningen die je de sporter laat uitvoeren. Dat is belangrijk".

PIEKEREN

Is pijn per definitie slecht?

Lieven Maesschalck: "Pijn kan ook goed zijn. Stresspijn en pijn door vermoeidheid is

een indicatie die ik gebruik om het revalidatieprogramma aan te passen. Je moet vooral communiceren. Signalen vanuit de patiënt naar de therapeut zijn belangrijk zodat die inzicht krijgt in het ziektebeeld".

Is de revalidatie voor iedereen verschillend?

Lieven Maesschalck: "Er zijn parameters die je altijd hanteert en een termijn die je bij het begin van de revalidatie vooropstelt, maar hoe je die invult, kan voor iedereen verschillend zijn.

Natuurlijk verloopt niet altijd alles perfect zodat de genezingstermijn kan variëren. Maar je moet, zeker als therapeut, aan een revalidatie beginnen met de zekerheid dat het letsel genezen zal worden. En die zekerheid moet je ook naar je patiënt uitstralen".

Zitten patiënten tijdens een revalidatie soms in de put?

Lieven Maesschalck: "Het mentale aspect is uitermate belangrijk, maar er moet altijd een goede wisselwerking zijn. Als die er niet is, is de revalidatie gedoemd om te mislukken. De beleving bij de sporter is belangrijk. Als er geen vertrouwen is, moet je er niet aan beginnen. Je kan de mensen aan de telefoon niet genezen, er moet arbeid zijn.

Patiënten twijfelen tijdens een lange revalidatie ook voortdurend. Dat is ook normaal omdat ze met iets worden geconfronteerd dat nieuw is voor hen. Ze piekeren en den-

ken erover na. En daarin proberen we ze ook te begeleiden".

Zijn alle blessures te genezen?

Lieven Maesschalck: "Alle letsels van het locomotorische stelsel zijn te genezen, volgens mij. Alles wat pees, spieren en ligamenten betreft, is te genezen. Ik ben gespecialiseerd in het herstellen van functies. Wij manipuleren (manueel behandelen) delen van het lichaam maar die manipulaties moet je op lange termijn kunnen bestendigen door oefeningen".

Komen er bij jou vooral bekende sporters over de vloer?

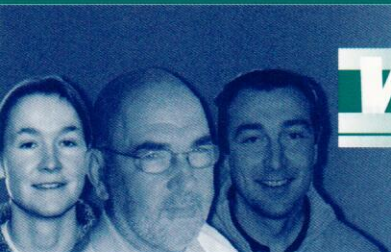
Lieven Maesschalck: "Voor mij is de naam van de patiënt niet belangrijk. Maar het letsel wel. Ik krijg ook mensen van zestig over de vloer die weer willen gaan tennissen of skiën.

En de ervaringen die ik opdoe door letsels uit verschillende sporttakken te behandelen, kan ik dan gebruiken bij het behandelen van mijn volgende patiënten. Maar de wil om te herstellen moet vanuit de patiënt zelf komen. Arbeid is essentieel om te genezen.

Het is essentieel om oorzaken van het letsel aan te pakken. De doelstelling van de revalidatie is vooral om genezing te bereiken maar ook om recidivering te vermijden. Als je goed revalideert en je hervalt niet, dan is de oorzaak van de blessure weg en dan is de revalidatie gelukt".



Patiënten twijfelen tijdens een lange revalidatie ook voortdurend. Dat is ook normaal omdat ze met iets worden geconfronteerd dat nieuw is voor hen. Ze piekeren en denken erover na. En daarin proberen we ze ook te begeleiden (Photonews).



Voetbaltrainers zijn rituele zondebokken Vakgroep Bewegings- en Sportwetenschappen, Universiteit Gent

Dra. Anne-Line Balduck, Prof. Dr. Marc Buelens, Prof. Dr. Renaat Philippaerts

Het voetbalseizoen in eerste klasse is goed op kruissnelheid en reeds meerdere trainerswissels zijn een feit. De trainerscarroussel komt stilaan op gang. De vakgroep Bewegings- en Sportwetenschappen aan de Universiteit Gent onderzoekt in het kader van een licentiaat- en doctoraatsonderzoek de vraag of het ontslag van een voetbaltrainer wel effectief en efficiënt is. Uit eerdere studies bleek reeds het korte termijneffect op de prestaties bij het ontslag van een voetbaltrainer.

Uniek aan de methode is dat niet alleen de **effectiviteit** van een ontslag onderzocht wordt (**verbeteren de prestaties van de ploeg na het ontslag van de trainer?**), maar ook de **efficiëntie** van een ontslag wordt nagegaan (**is dit wel de zuinigste weg?**).

Hiertoe werden de prestaties van de nieuwe trainer getoetst aan een controlegroep - ploegen die een gelijkaardige prestatiecrisis kennen als de ontslaggroep - maar niet overgaan tot een trainerswissel.

- ontslaggroep = groep van clubs die hun trainer ontslaan;
- controlegroep = groep van clubs die hun trainer niet ontslaan.

Deze gegevens laten ons toe de effectiviteit van een trainersontslag te bepalen. **Effectiviteit van een ontslag impliceert dat het team beter presteert na het ontslag.** De effectiviteit wordt op korte termijn bekeken, nl. 4 wedstrijden voor en na het ontslag omdat een trainerswissel meestal als doel heeft de prestatie op korte termijn te verbeteren.

De constructie van de controlegroep.

Is het ontslag van een voetbaltrainer wel efficiënt? **Efficiëntie van een ontslag houdt in dat het effect van het ontslag op de prestaties op geen goedkopere manier kan bekomen worden dan door het ontslag.** Om deze vraag te beantwoorden, wordt een controlegroep geconstrueerd: ploegen die hun trainer niet ontslaan en een gelijkaardig dalend patroon in prestatie vertonen.

Het meten van prestatie.

Trainerswissels in 5 voetbalseizoenen tijdens de periode 1998-2003 werden geanalyseerd voor alle ploegen in eerste, tweede als derde klasse A. Voetbalploegen krijgen - afhankelijk van verlies, gelijkspel of winst - 0, 1 of 3 punten. Als **prestatie** nemen we het gemiddelde aantal punten gedurende de laatste 4 wedstrijden. Hierdoor wordt een **prestatie** verkregen die aanzienlijk zal dalen in geval van een serie opeenvolgende slechte wedstrijden, aan de andere kant zal de prestatie niet te gevoelig zijn voor occasionele winst of verlies. Om te evalueren of een prestatie hoog of laag is, wordt deze **vergeleken met het normale prestatieniveau** van het team in een bepaald seizoen. Het seizoensgemiddelde wordt bepaald door het gemiddelde aantal punten per wedstrijd gedurende het huidige seizoen. Het **relatieve prestatieniveau** van een team op een bepaald moment is dus het gemiddelde van 4 wedstrijden gedeeld door het seizoensgemiddelde. De prestatie van een voetbalploeg wordt t.o.v. het seizoensgemiddelde afgemeten. Indien het **relatieve prestatieniveau hoger is dan de eenheid 1.00** (het seizoensgemiddelde) presteert het team op dat moment beter dan het seizoensgemiddelde; indien deze score **lager is dan 1.00** presteert het team **slechter** dan het normale prestatieniveau.

Resultaten

Aantal ontslagen en prestatiedips.

Tabel 1 geeft een overzicht van het aantal ontslagen en prestatiedips tijdens de periode 1998-2003. In de analyses werden 103 ontslagen en 187 dips opgenomen. Het relatieve prestatieniveau wordt berekend op basis van 4 wedstrijden. We kunnen dus een eerste prestatieniveau slechts na 4 wedstrijden berekenen. De prestatie kan dalen gedurende wedstrijden 5, 6, 7 en 8 na welke de trainer kan worden ontslagen. Een gelijkaardige situatie doet zich voor op het einde van het seizoen. Wanneer de trainer (bij 34 speeldagen) wordt ontslagen tussen speeldag 30 en 31, blijven wedstrijden 31, 32, 33 en 34 over om de relatieve prestatie te berekenen. Bijgevolg worden in de analyse alleen ontslagen opgenomen na speeldag 8 en voor speeldag 31. Dezelfde procedure geldt voor het bepalen van de prestatiedips en bij reeksen met mindere speeldagen. Om dubbele metingen te vermijden, geldt als bijkomend criterium een afstand van minstens 4 wedstrijden tussen 2 dips of tussen een dip en een ontslag.

Tabel 1: Aantal ontslagen en prestatiedips per seizoen.

Seizoen	1 ^{ste} Nationale		2 ^e Nationale		3 ^{de} Nationale A	
	Dips	Ontslag	Dips	Ontslag	Dips	Ontslag
1998-1999	15	6	11	8	12	6
1999-2000	14	8	13	9	13	3
2000-2001	12	11	11	10	12	7
2001-2002	14	5	15	9	15	2
2002-2003	10	2	11	9	9	8
TOTAAL	65	32	61	45	61	26

Effectiviteit en efficiëntie van het ontslag van een voetbaltrainer.

In dit deel vergelijken we de relatieve prestatieniveaus van de ontslag- en controlegroep voor en na datum van ontslag.

Uit tabel en figuur 2 blijkt dat de ontslaggroep daalt van het seizoensgemiddelde naar ongeveer 63 % vlak vóór het ontslag van de trainer. Na het ontslag zien we een stelselmatige stijging van de prestaties tot opnieuw het seizoensgemiddelde bereikt wordt na 4 wedstrijden. Enkel de 2 wedstrijden voorafgaand en volgend op het ontslag wijken statistisch significant (= objectief meetbaar en van betekenis) af van het seizoensgemiddelde.

De controlegroep start op een lager prestatieniveau dan de ontslaggroep. Ook hier zien we een daling in

prestatie tot de bodem bereikt wordt. Na de dip stijgt de prestatie stelselmatig tot 116% van het seizoensgemiddelde na 4 wedstrijden. Zowel de daling als de stijging is meer uitgesproken dan bij de ontslaggroep.

Bekijken we het verschil in prestatieniveau tussen ontslag en controlegroep, dan zijn alle verschillen vóór het ontslag statistisch significant: vóór het ontslag is de controlegroep er systematisch slechter aan toe dan de ontslaggroep.

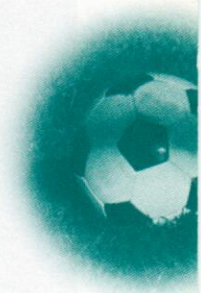
Na het ontslag worden er geen significante verschillen teruggevonden tussen beide groepen. **M.a.w. hoewel beide groepen vóór het ontslag verschillende prestatieniveaus hebben (controlegroep duidelijk lagere prestaties dan ontslaggroep), evolueren beide condities na het ontslag naar gelijkaardige prestatieniveaus.** De controlegroep lijkt zich vanaf de tweede wedstrijd zelfs beter te herstellen maar de verschillen met de ontslaggroep zijn statistisch niet significant.

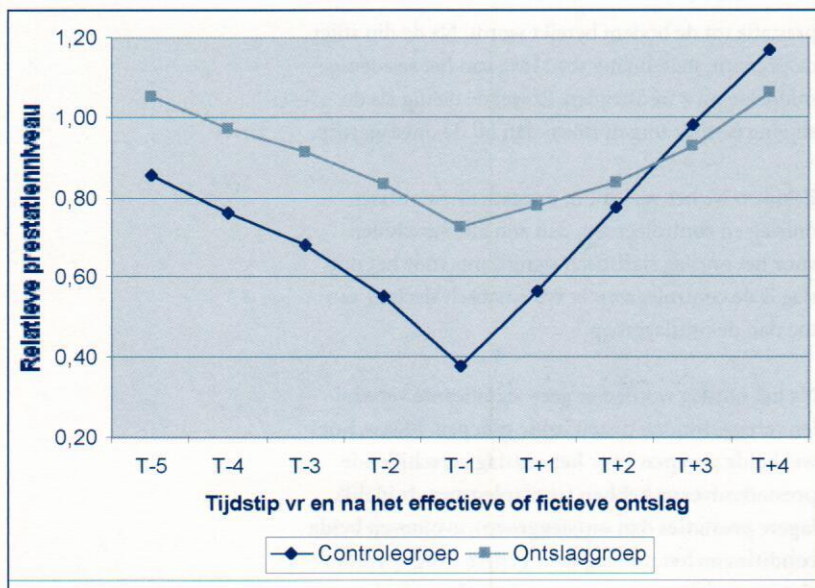
Hoewel het ontslaan van een trainer op zich betere resultaten zal teweegbrengen, wordt hetzelfde effect ook door de controlegroep bekomen. **M.a.w., een trainerswissel is niet efficiënt.** Bovendien zijn alleen

de eerste 2 wedstrijden na het ontslag van de trainer statistisch significant. Verdere analyses tonen aan dat dit effect teniet gedaan wordt. De stijging van de prestatie na het ontslag is gewoon een gevolg is van het feit dat zeer slechte prestaties op een bepaald moment niet meer kunnen dalen en dat de kleinste verbetering van de prestatie een effect zal teweegbrengen.

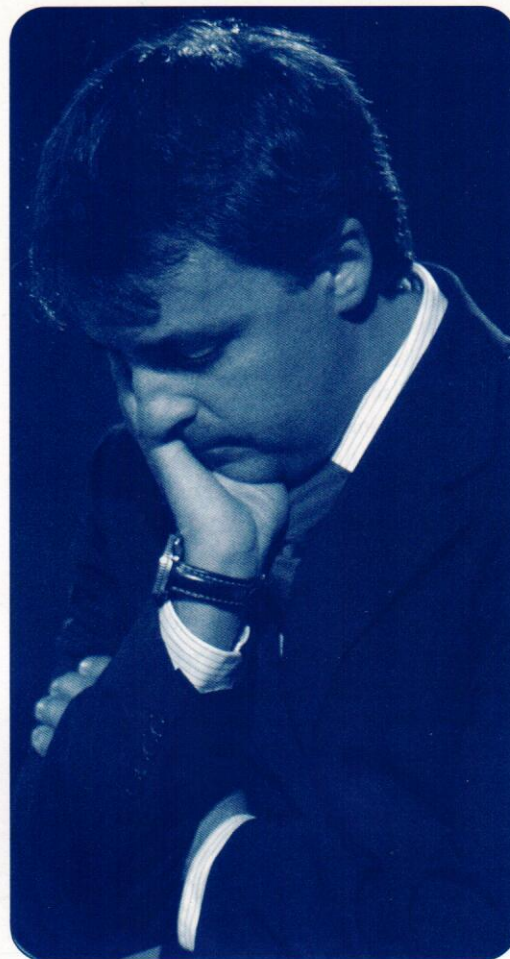
De stijging van de prestatie bij de ontslaggroep na het ontslag mag dus niet toegeschreven worden aan de nieuwe trainer en berust teveel op toeval.

Bij de controlegroep mag de stijging van de prestatie wel toegeschreven worden aan de(zelfde) trainer en ze berusten niet op toeval. **M.a.w. een trainerswissel is niet effectief.**





Figuur 1: Relatieve prestatieniveau van de ontslag- en controlegroep.



Emilio Ferrera, vroegtijdig op straat (Photonews).

Tot slot

Hoewel er altijd uitzonderingen bestaan op de regel, blijkt gemiddeld dat een trainer ontslaan noch effectief, noch efficiënt is. Trainersontslag is natuurlijk wel te verantwoorden wanneer er duidelijke fouten gebeuren op trainingstechnisch en -tactisch vlak, waardoor er een onherstelbare schade optreedt in de verstandhouding tussen de spelersgroep en de trainer. Dit is trouwens ook het geval in de bedrijfs-wereld. Maar toch kan de trainerscarrousel in het voetbal grotendeels verklaard worden door de "rituele zondebok theorie". Onder druk van allerlei actoren (sponsors, media, supporters,...) dient het bestuur een schuldige te vinden voor de ondermaatse prestaties van de ploeg. Het is de taak van de trainer om de spelers in ploegverband maximaal te laten renderen. Het niet slagen in deze opdracht maakt hem de zondebok bij uitstek. En omdat de prestaties bij aanstelling van een nieuwe trainer over het algemeen verbeteren, wordt dit vaak bekrachtigd met een "Zie je het wel...". Dat het ontslag vaak inefficiënt is en dikwijls heel veel financiële middelen kost, wordt dan maar vergeten. De zondebok is gevonden.

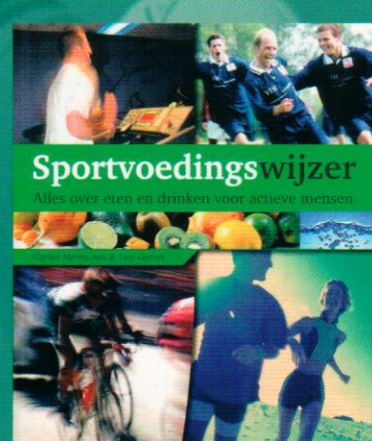
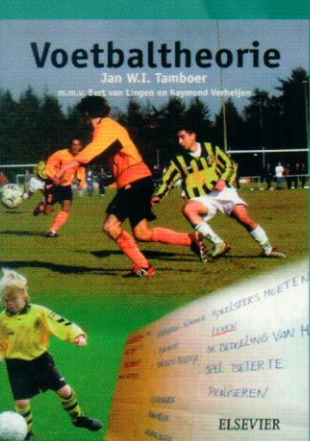
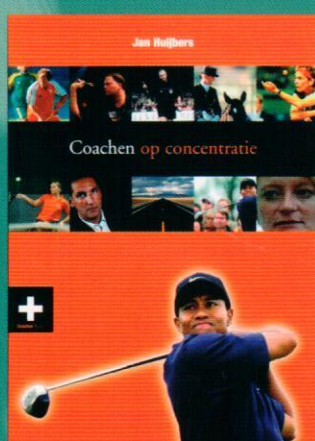
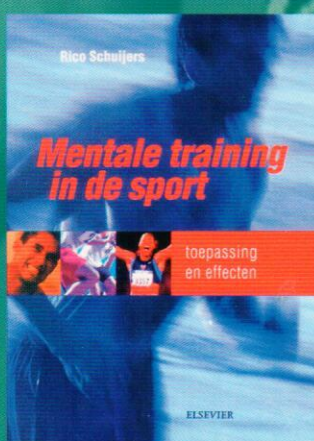
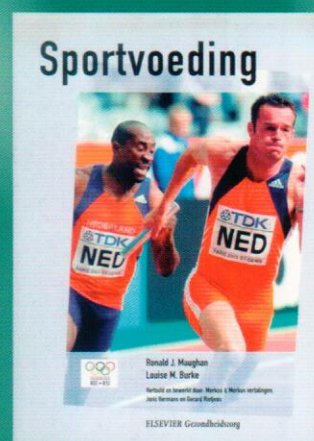
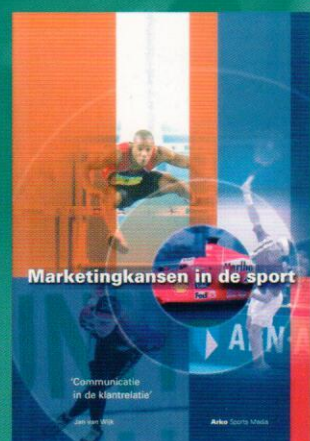
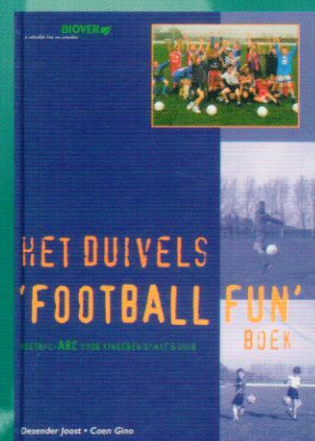
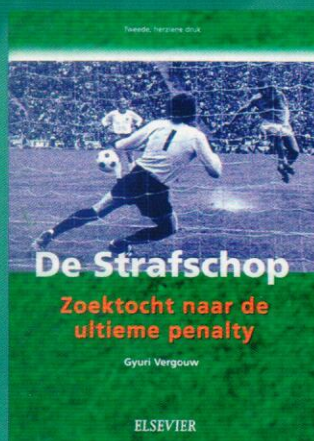
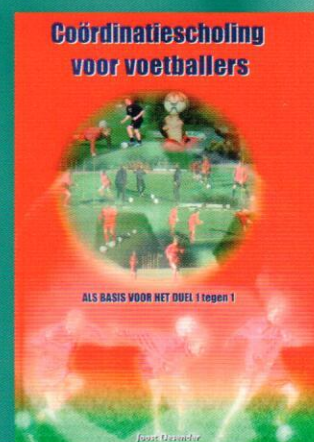
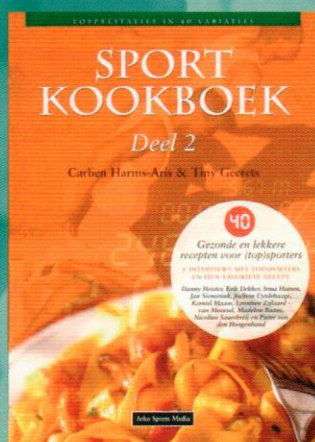
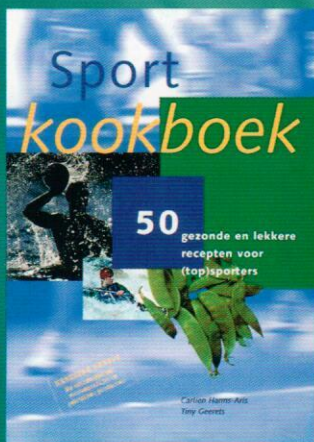
Meer info?

Anneline.Balduck@UGent.be
Renaat.Philippaerts@UGent.be



Marc Brys was één van de trainers in eerste klasse die zijn koffers vroegtijdig mocht pakken (Photonews).

**Op zoek naar een degelijk boek over sport
en alles wat erbij komt kijken?
Kijk dan snel op www.PartnersInSports.be ...**



**www.PartnersInSports.be ...
dé website voor de echte sportfanaat!**

F&G Partners ... uw partners in sports!

F&G Partners, Leiebos 25 bus A2, 2170 Antwerpen, tel. 0476/51.00.89, fax 03/294.82.20

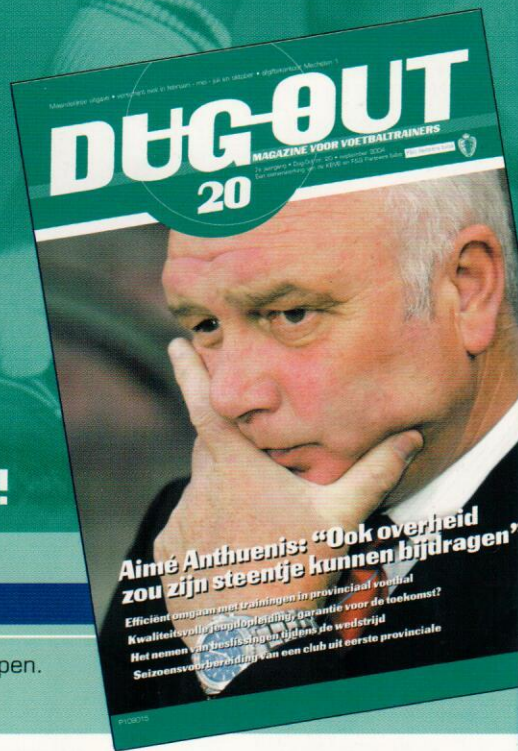
Dug-Out

het lijfblad van de Belgische voetbaltrainer!

Haal nu uw eigen exemplaar in huis!

ANTWOORDKAART

Stuur dit bestelformulier naar F&G Partners, Leiebos 25 b A2, B-2170 Antwerpen.
Of e-mail naar FG-Partners@pandora.be.



- ☐ Ja, ik wil mijn eigen exemplaar van Dug-Out ontvangen. Ik neem een abonnement op het vakmagazine Dug-Out. Ik betaal nu slechts € 75,88 en ontvang 8 keer per jaar mijn eigen exemplaar van Dug-Out.

Voornaam en naam: _____

[illegible]

Straat : _____ Nummer: _____

[illegible]

Tel.: | | | | | | | | | | Fax: | | | | | | | | | |

F&G Partners bvba

E-mail: _____

Datum:

Handtekening:

Het abonnement loopt voor 1 jaar en wordt stilzwijgend verlengd tot wederopzegging.

Verzendkosten en BTW inbegrepen. Prijswijzigingen voorbehouden. Betaal pas na ontvangst van de factuur.

De door u verstrekte gegevens worden opgenomen in het bestand van F&G Partners, Leiebos 25 b v2, 8-2170 Antwerpen. Deze gegevens zullen gebruikt worden in het kader van uw contractuele relatie met ons en dienen ons toe te laten u regelmatig op de hoogte te houden van onze producten en diensten. Wij kunnen uw gegevens eveneens overmaken aan derden voor direct marketing doeleinden.

De Privacy-Wet verleent u een recht om kosteloos mededeling en verbetering van uw gegevens te vragen

☐ Ik wens geen informatie te ontvangen m.b.t. de producten en diensten van F&G Partners BVBA en/of van derden.

100