

*Leuker spel
regule*

Moeders langs de lijn

HANDBOEK VOOR DE VOETBALMOEDER

SANDRA BLIKSLAGER



Moeders langs de lijn

Moeders langs de lijn

HANDBOEK VOOR DE VOETBALMOEDER
SANDRA BLIKSLAGER



Uitgeverij Tipi

Uitgeverij Tipi, Amstelveen 2010

© Sandra Blikslager, Hilversum 2010

Boekverzorging en illustraties Mirjam Roest, Quasigrafische Producties Bilthoven
Productie Totemboek

ISBN 978 90 77557 624

NUR 480

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden vermenigvuldigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

www.uitgeverijtipi.nl

www.moederslangsdelj.nl

Inhoud

VOORWOORD	7
OP VOETBAL	9
EN ZO IS HET GEKOMEN	35
IK SNAP ER GEEN BAL VAN	63
HET VOETBALMOEDER-ABC	78
DE SCHEIDS HEEFT ALTIJD GELIJK	94
'MAM WIL JE DAT NOOIT MEER DOEN!'	107
QUIZ	131
MEER ZIEN EN LEZEN OVER VOETBAL?	140
INSTANTIES	143

Voorwoord

SPORTEN IS HEERLIJK!

Het zou fijn zijn als kinderen elke dag zouden kunnen sporten, en dan niet alleen als topsporters maar ook gewoon lekker voor de lol! In een tijd waarin veel kinderen aan bewegingsarmoede lijden, kan ik niet vaak genoeg benadrukken dat ze veel meer moeten bewegen. Voetballen, rennen, klimmen, judoën. Het is niet alleen gewoon leuk om te sporten, het is ook goed voor hun motoriek én voor hun mentale ontwikkeling. Kinderen die veel sporten, zijn beter in bijvoorbeeld rekenen en leren slimmer, zo is aangetoond door onderzoekers.

Sporten is dus niet alleen machtig om te doen en prachtig om naar te kijken, het is ook van groot maatschappelijk belang. Het aantal uren 'sport en bewegen' onder leiding van een vakleerkracht op basisscholen wordt uitgebreid. Vuistregel zou moeten zijn: vijf uur sport tijdens en na schooltijd per week. Ook vind ik dat sportverenigingen en onderwijs veel meer met elkaar moeten gaan samenwerken. School nog meer bij de sport betrekken en sportverenigingen nog meer naar de school halen, zodat ze elkaar kunnen versterken en kinderen kunnen ervaren hoe belangrijk en leuk sporten is.

Maar ook ouders spelen een grote rol bij het laten bewegen van hun kroost. Door kinderen aan te moedigen, te stimuleren en te coachen in het sporten, krijgen ze plezier in hun sport. Tegelijkertijd is het goed om als ouder ook je plaats te kennen, zeker bij het voetbal, de grootste sport in Nederland. De kinderen moeten kunnen genieten van hun spel, van de sport en van het voetbal zelf. Ouders hebben daarin vooral de rol van toeschouwer. En dan zal blijken hoe inspirerend het is om jonge mensen met passie te zien voetballen. Dat is zo leuk om te ervaren.

Dit boek van Sandra Blikslager gaat over allerlei aspecten die ouders en vooral moeders over voetbal als sport moeten weten. Zo wordt het voor hen ook makkelijker om een voetbalmoeder te zijn die zelf plezier krijgt in de sport van haar kind. Daarmee draagt dit boek bij aan de missie om nog meer kinderen met plezier te laten voetballen! En wie weet, trapt moeders straks ook een balletje mee!

Ik vind dit boek een echte aanrader!

Erica Terpstra

Reservespelers krijgen een nummer vanaf 12.

Dan zijn er nog voetballers die een eigen nummer willen en krijgen. Denk maar aan Johan Crujff met nummer 14 bij Ajax, David Beckham met nummer 23 bij Real Madrid en Ronaldinho met nummer 80 bij AC Milan.

Waarom zijn er elf spelers?

Een voetbalteam bestaat uit tien veldspelers en een keeper. Dat is ergens halverwege de negentiende eeuw zo besloten. Een voetbalploeg bestond toen uit acht aanvallers, twee achterspelers en een doelman die de bal niet met zijn handen mocht pakken. Voor die tijd hanteerde iedere club eigen regels. En dáárvóór, in de zestiende en zeventiende eeuw, namen hele dorpen het tegen elkaar op en bestonden teams uit tientallen spelers. Zo'n voetbalpartij liep vaak gierend uit de hand, en daarom zijn er regels afgesproken over het aantal deelnemers, het speelveld en het doel.

Wat is de taak van iedere speler?

Een voetbalelftal is een soort minilegertje. Een gedrild team waarin iedereen een eigen taak heeft, en dat als alles meezit, een geoliede doelpuntenmachine wordt. Gelukkig gebeurt dat zelden, want voetballers zijn ook maar mensen die ook fouten maken. Dat maakt het alleen maar leuker voor de toeschouwers.

Je hebt globaal drie functies in een voetbalteam: verdediger, middenvelder en aanvaller. Dat is al zo vanaf de F'ses.

Om te beginnen de doelman, hij is natuurlijk een verdediger. Zijn taak is te zorgen dat er geen enkele bal de doellijn overgaat. Keepers zijn als het goed is zeer communicatief - ze roepen allerlei aanwijzingen naar medespelers -, behendig en sterk.

De verdedigers, ook achterhoedespelers of mandekkers genoemd, helpen de keeper. Hun taak is te zorgen dat de aanvallers van de tegenpartij niet kunnen scoren. Desnoods door zelf in het doel te gaan staan, als ze maar met hun handen van de bal afblijven. En daarnaast zorgen

verdedigers dat de bal weer naar de eigen aanvallers wordt doorgespeeld en dat er opgebouwd kan worden naar een aanval. Achterhoedespelers zijn niet toevallig vaak fysiek sterk en groot. Ze zijn niet bang om een schouderduwtje uit te delen.

Middenvelders vormen de buffer tussen aanvallers en verdedigers. Als ze aan de bal zijn, zorgen ze voor het opbouwen van een aanval. Ze spelen de bal dan door naar de aanvaller die de beste positie heeft om een doelpunt te maken. Aanspelen kan 'over de vleugels' (langs de zijkant) of 'door het centrum' (vanuit het midden). Als de tegenpartij aan de bal is, helpt de middenvelder bij het meeverdedigen en probeert te voorkomen dat de tegenpartij doorbreekt naar de linie achter hem. Deze spelers zijn behendig, snel en creatief. Hier zitten bijvoorbeeld de spelverdelers, de jagers en de laatste mannen, die het talent hebben om met verrassende acties de tegenstander te omspelen. Sommigen ontpoppen zich ineens tot een aanvaller, anderen transformeren net zo makkelijk tot een verdediger.

Taak van de aanvallers of spitsen tenslotte is in de eerste plaats te zorgen voor zoveel mogelijk doelpunten. In de tweede plaats om te zorgen dat ze op de juiste plaats staan om te kunnen scoren. Kortom, zij zijn er om de kansen te verzilveren die hun medespelers creëren.

Opstellingen

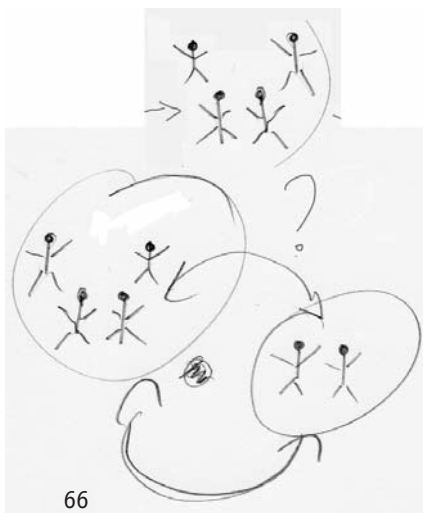
Op de tv raken voetbalexperts niet uitgepraat over de opstelling van een voetbalteam. Meestal deugt er namelijk niets van, vooral als een belangrijke wedstrijd verloren wordt of als Nederlandse voetballers in een toernooi klop krijgen. Cijferreeksen krijgen de schuld. Het 4-4-2- of het 4-3-3-systeem klopt niet. Wat bedoelen ze daar nou mee?

Professor Tan: 'Als we het over een opstelling hebben, wordt de keeper niet genoemd, zijn plaats staat namelijk vast. Dus het gaat over de

verdeling van de overige tien spelers over het veld en dan per linie bekeken vanaf het eigen doel. Dus bijvoorbeeld 4 (verdedigers) - 3 (middenvelders) - 3 (aanvallers). In de opstellingen schuift de coach met de spelers op de linies van achterhoede, middenveld en aanval. Als je op de eerste linie een aanvaller weghaalt, heb je er op het middenveld of in de achterhoede een speler bij. Spelers krijgen zo'n positie ook mee: aanvallende middenvelder, diepe spits, linkervleugelverdediger.

Op die manier kom je tot een paar spelsystemen. De trainer of de coach bepaalt samen met de technische man de opstelling en houdt daarbij rekening met bijvoorbeeld de tegenstander of de beschikbare spelers. Want als je topaanvaller ziek is, dan zul je als coach toch iets moeten veranderen in je opstelling.'

Het betekent ook dat je bij een keuze voor een spelsysteem met één spits, geen ruimte meer hebt voor andere spitsen, die komen dan op de bank terecht. In het amateurvoetbal is dat overigens niet aan de orde. Daar zijn de jeugdige spelers niet zo gespecialiseerd en schuiven ze gewoon een linie op als de coach een andere opstelling verzonnen heeft.



4-4-2

Nodig:

4 verdedigers

4 middenvelders

2 aanvallers

Dit was vroeger het meest gespeelde systeem in voetballand. Met deze opstelling heb je een goede verdeling van krachten tussen de verschillende linies. Je kunt er dus alle kanten mee op: of je speelt aanvallend, of juist verdedigend. En als coach kun je daar een eigen invulling aan

geven. De vier verdedigers geven de middenvelders voldoende rugdekking bij een tegenaanval. En vanuit het middenveld kunnen de flankspelers of kan de aanvallende middenvelder meehelpen bij een aanval.

5-4-1

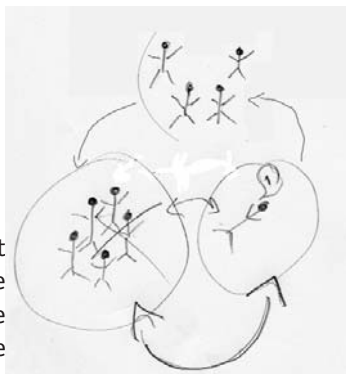
Nodig:

5 verdedigers

4 middenvelders

1 spits

Dit is het meest verdedigende systeem dat er bestaat en als coach grijp je naar deze opstelling als je tegenover een heel sterke tegenstander staat, of als je doel is de nul te houden. Hoe dan ook, het idee is dat de



tegenstander geen enkel doelpunt mag maken. Zelf probeer je via counters te scoren. Belangrijk is dat je een spits hebt die in staat is de zeldzame kansen die hij krijgt, te verzilveren.

4-3-3

Nodig:

4 verdedigers

3 middenvelders

3 aanvallers

Bij deze opstelling moet je zorgen voor een goed en sterk middenveld dat niet over zich heen laat lopen. Letterlijk. Ook aan de vleugelspitsen zul je hoge eisen moeten stellen als je wilt dat ze aan scoren toekomen. Teams die dit systeem spelen, blaken van zelfvertrouwen en houden wel van wat bluf. Zo speelt Ajax maar wat graag met deze opstelling. De club investeert dan ook gretig in goede spitsen zoals Luis Suarez en in het verleden met Marco van Basten en Klaas Jan Huntelaar. Ook het Nederlands elftal haalt dit aanvalssysteem regelmatig uit de kast.

3-4-3

Nodig:

3 verdedigers

4 middenvelders

3 aanvallers

Deze opstelling is nog aanvallender dan 4-3-3. Van groot belang is dat je achterin geen ruimte laat omdat je daar met een verdediger minder speelt. Deze extra speler gebruik je voorin bij de aanval en dit verhoogt de kans op een doelpunt aanzienlijk. Deze opstelling wil het Nederlands elftal nog wel eens gebruiken. Een team dat 3-4-3 speelt, wil naar voren, wil zoveel mogelijk scoren. Dat ziet het Oranjelegioen namelijk graag.

4-5-1

Nodig:

4 verdedigers

5 middenvelders

1 aanvaller

Een opstelling waarmee je probeert om met een sterke verdediging en een volledige bezetting op het middenveld te counteren. Het middenveld moet aansluiting vinden met de enige, snelle, spits zodat die aan scoren toekomt. Spanje won het EK 2008 met zo'n opstelling. Fernando Torres scoorde met een stiftje de belangrijke EK goal.

Ook de vrouwen van het Nederlands elftal speelden een succesvol toernooi met deze opstelling tijdens het EK 2009.

4-3-2-1, de kerstboomopstelling

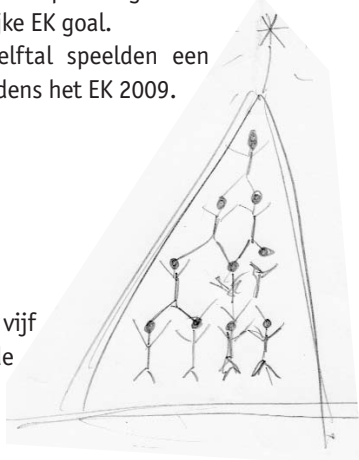
Nodig:

4 verdedigers

5 middenvelders verdeeld over twee linies

1 spits

Bij deze formatie speel je eigenlijk met vijf middenvelders. Twee ervan sluiten aan bij de



enige spits en de rest richt zich meer op verdedigen. Deze formatie werd voor het eerst in 1996 gebruikt. AC Milan speelt nog al eens met dit systeem.

Wanneer kies je eigenlijk voor een afwijkende opstelling?

'De coach neemt een besluit voor een bepaalde opstelling als hij daar het belang van in ziet. Soms moet er verdedigend gespeeld worden om er bijvoorbeeld voor te zorgen dat de tegenpartij geen doelpunten scoort. Dat is van belang bij Europese wedstrijden waar bij uitwedstrijden een doelpunt dubbel telt bij een gelijkspel. Of de coach kan besluiten om juist een extra aanvaller in te zetten om er voor te zorgen dat men in een uitwedstrijd wel scoort vanwege dat dubbeltellende doelpunt.'

Wat is het effect van een opstelling?

'Het effect van de opstelling kan zijn dat dit het beoogde resultaat oplevert. Mocht dit echter niet het geval zijn dan kan de coach zijn opstelling aanpassen met één van de vele varianten op de systemen. De coach heeft drie wisselers tot zijn beschikking om zijn strategie te wijzigen. Hij kan bijvoorbeeld een aanvaller wisselen voor een verdediger of een extra verdediger of aanvaller bijplaatsen.'

Welke aspecten neemt een coach mee in de opstelling?

'Om zijn strategie te bepalen kijkt de coach allereerst goed naar de kwaliteiten van zijn eigen spelers. Hij beoordeelt daarnaast sterke en mindere kwaliteiten van de tegenstander, de huisspeelstijl van de tegenstander en hoe belangrijk de wedstrijd is. Is het een WK-toernooi of een oefenpotje tegen FC Knudde. Al deze factoren weegt hij tegen elkaar af en dan beslist hij welke spelstrategie gespeeld gaat worden.'

Waarom wordt er bij interlands zo geheimzinnig gedaan over opstellingen?

'Bij veel belangrijke wedstrijden wil men van tevoren, bijvoorbeeld in een

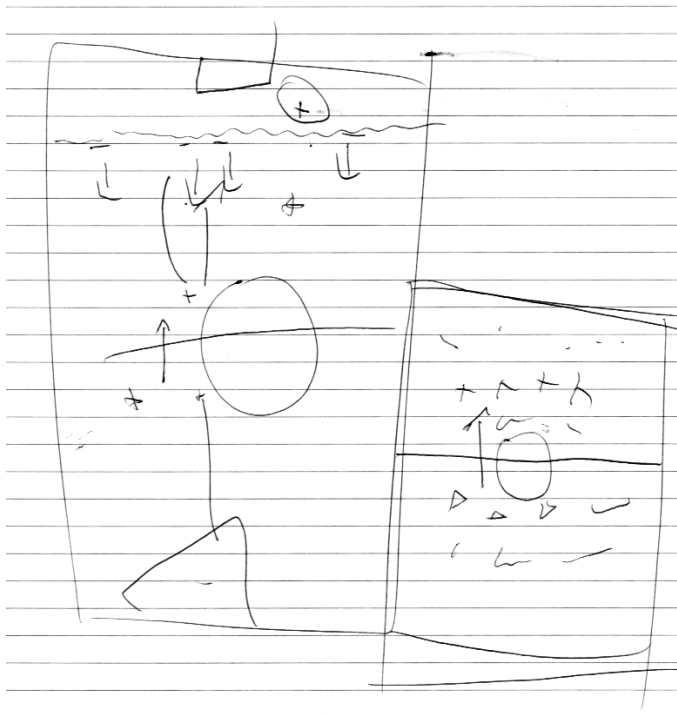
tv-interview, de opstelling niet prijsgeven omdat men de tegenstander wil verrassen met een wijziging of met een verrassende speler op een bepaalde positie. Dan is zo'n coach vooral uit op het psychologische effect van een opstelling.'

Buitenspel

Professor Tan eindigt met het moeilijkste onderwerp in het veldvoetbal. 'Buitenspel is zo belangrijk omdat een doelpunt dat gemaakt wordt door een speler die buitenspel staat, niet telt. De buitenspelregel is eigenlijk uitgevonden om het spel aantrekkelijker te maken. Omdat de vrees bestond dat spelers balletjes voor het doel gingen afwachten. Maar eigenlijk houdt buitenspel het spel enorm op omdat de scheidsrechter er vaak voor moet fluiten. Er wordt ook minder door gescoord. Overigens is de buitenspelregel in het straatvoetbal niet van toepassing. Dat maakt het spel echt veel aantrekkelijker en bovendien zie je dat het voetbal er veel ongedwongener door wordt. Kinderen kunnen lekker vrij voetballen, zoals het moet zijn. Ongedwongen voetbal.' De buitenspelregel geldt niet voor F'jes en E'tjes.

Wat is gewoon buitenspel?

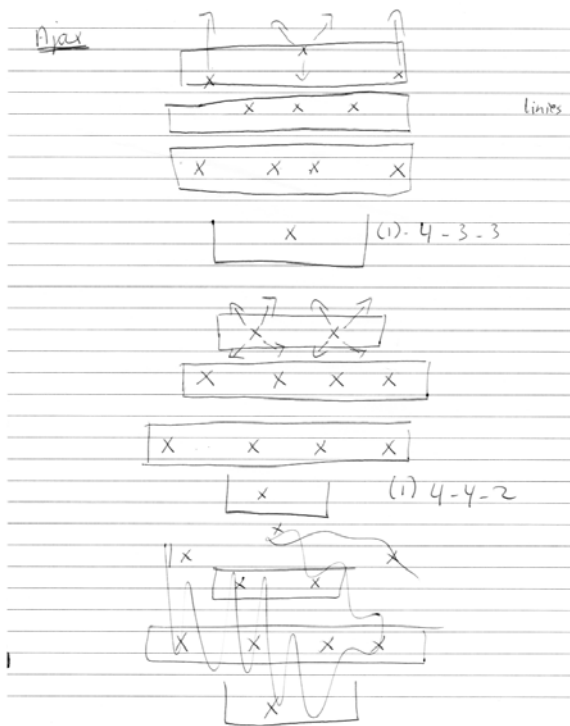
'In de normale situatie betekent buitenspel het volgende: er moet altijd tenminste één tegenstander tussen jou en de keeper van de tegenstander staan. Staat die er niet, dan sta je buitenspel. Zolang je de bal niet hebt, geeft dat overigens niks. Maar zodra een teamgenoot je de bal toespeelt, sta je buitenspel. Want het moment van het spelen van de bal is belangrijk. Precies op het moment van spelen (dus als de bal de voet van de aanvaller verlaat) moet er tenminste één speler (van de tegenpartij) tussen de aanvaller en de keeper staan, of, en dat is de algemene regel: twee spelers tussen de aanvaller en de achterlijn. De keeper is namelijk ook een speler. Je moet dus op meerdere dingen tegelijk letten. Vrouwen zijn daar heel goed in, dus dat moet geen probleem zijn. Bij buitenspel telt dus je doelpunt niet en je krijgt ook nog eens een indirecte vrije trap tegen.'



Wat is dan hinderlijk buitenspel, waar we steeds meer over horen?

'Hinderlijk buitenspel is niets anders dan dat het buitenspel staan van de speler gevolgen heeft voor het spel. Als hij de bal krijgt dus. Sta je buitenspel en krijg je de bal niet, dan is het niet-hinderlijk en heeft het dus ook geen gevolgen.

Snap je het nu nog niet? Nodig dan de trainer van je kind en een paar voetbalmoeders uit en laat hem het onder het genot van een hapje en een drankje nog eens uitleggen.'



En de buitenspelval?

'Dat is als alle verdedigers van de tegenspeler tegelijkertijd een paar stappen naar voren zetten zodat jij buitenspel komt te staan.'

Nog een vraag. Wat moeten we begrijpen als we naar voetbal op tv kijken?

'Probeer bij professionele wedstrijden op televisie het verhaal achter de wedstrijd te snappen. Dit kan je doen door voorafgaand aan de wedstrijd

naar de voorbeschouwing op televisie te kijken. Dan krijg je veel informatie die je een beeld geeft van de spelers in en op het veld. Ook in de krant en op internet vind je veel informatie. Bedenk bijvoorbeeld waarom een voetballer niet speelt of niet is opgesteld. Reden kan zijn dat de speler geblesseerd is, een andere speler beter in vorm is of beter in het gekozen spelsysteem past. Ook kunnen persoonlijke redenen een rol spelen zoals persoonlijk leed, of zijn gedrag in eerdere wedstrijden - hij kan een rode kaart hebben en geschorst zijn.'

En dan de allerlaatste vraag. Wat moeten we vooral niet doen?

'Moeders zijn vaak erg beschermend naar hun voetballende kinderen. Als hun kind geraakt wordt in een wedstrijd zijn moeders geneigd hun kind te gaan oplappen. Een vader denkt gewoon "Daar wordt ie hard van." Nederlandse moeders en met name moeders uit een sterker sociaal economisch niveau springen eerder voor hun kind in de bres, halen de kolen uit het vuur. Deze dames zijn over het algemeen ook nog goed gebekt. Surinaamse moeders bijvoorbeeld stappen niet zo snel op een trainer af. Zij vinden dat hun kind zijn eigen boontjes moet leren doppen.'

ADVIEZEN VAN PROFESSOR TAN



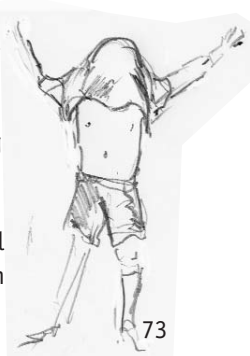
Laat je kind het wedstrijdtenue pas kort voor de wedstrijd aantrekken. Dan voelt hij zich trots dat hij het aanheeft. Het is een eer. Ook bouwt je kind er spanning mee op die de prestatie kan verhogen.



Als je kind een doelpunt maakt, laat het dat doelpunt dan vieren samen met zijn teamgenoten. Laat je kind juichen. Die goal is namelijk zijn eigen verdienste. Hij is degene die de bal er, door goede samenwerking met zijn medespelers, ingeschoten heeft.



Leer je kind plezier te hebben om het voetbalspel zelf. Soms zit het mee, soms zit het tegen in een



wedstrijd. Daar moeten kinderen mee leren omgaan. Zo leert je kind te knokken en door te zetten: niets krijg je cadeau, ook een overwinning niet.



Kinderen ontdekken tijdens wedstrijden en trainingen hun eigen spel. Vertel kinderen dus vooral niet wat ze allemaal moeten laten in een wedstrijd.



Kinderen kunnen beknopte opdrachten heel goed uitvoeren, daar leren ze snel van. Overzichtelijke opdrachten van een coach/trainer zorgen ervoor dat het kind het aangeboden blijft begrijpen. Jonge kinderen kun je beter niet lastig vallen met ingewikkelde spelsystemen.



Wees reëel in de prestaties die je kind levert. Ga niet met coaches in discussie om je kind in een hoger team te krijgen als het daar nog niet aan toe is of als de trainer vindt dat je kind er de capaciteiten niet voor heeft.



Als je het idee hebt dat de trainer te weinig uit je kind haalt, bespreek dat dan met hem op een rustig moment.



Neem je kind mee in je eigen enthousiasme en praat samen over de wedstrijden en het team. Bespreek samen de leuke kanten van het voetbal zoals teamuitjes, goede acties. Maak ook de minder leuke kanten van het voetbal bespreekbaar zoals jaloezie, ruzies, niet aan spelen toekomen, problemen binnen het gezin.



Laat je kind zijn eigen voetbaltas dragen naar wedstrijden en trainingen.

