

MIJN KIND WIL VOETBALLEN: De meest gestelde vragen

Daar waar de jeugd zichzelf vroeger terugbetaalde aan de kleine clubs, die beloftevolle jonge spelertjes voor fraaie bedragen konden verkopen en verhuren aan grote clubs, kunnen de topclubs het jonge talent nu gratis en voor niks weghalen. Het kan niet anders of dit moet grote gevolgen hebben voor de jeugdwerking. Velen stellen zich dan ook de vraag of de jeugdopleiding nu helemaal op de helling komt te staan, of de jeugd zichzelf moet betalen ondanks het gegeven dat vele vrijwilligers een gratis handje toesteken.

Met het afschaffen van het transfersysteem werd een einde gemaakt aan heel wat ellende in het jeugdvoetbal. Dat heeft ook zijn prijs, spelers zijn nu vrij en die vrijheid zal gekoppeld worden aan het financieel budget voor de jeugdopleiding. Toch zijn daarmee nog niet alle moeilijkheden en zwakke punten opgelost. In veel clubs zijn nog trainers aan het werk die hiervoor absoluut niet gekwalificeerd zijn, bepalen sponsors wie speelt en wie op de bank zit, is de infrastructuur allesbehalve, worden de ouders nauwelijks of niet betrokken of ingelicht bij het gevoerde beleid, is er geen sprake van een opleidingsprogramma of medische begeleiding.

Voor de vele ouders waren de zaterdagdagen rond het voetbalterrein een gelegenheid om elkaar te ontmoeten, een afwisseling voor de dagelijkse sleur en de klassieke zaterdagse inkopen. Er werd soms niet op een paar honderd frank gekeken. Het was voor een goed doel en voor de ambiance zorgden ze zelf wel. Nog steeds zijn ouders op zoek naar antwoorden op hun vragen, krijgen ze ook verschillende antwoorden bij evenveel personen, en is in de praktijk niets merkbaar terug te vinden.

Welke zijn de meest voorkomend vragen, met algemene antwoorden en **met enkele antwoorden van KM Torhout.**

Welke club moet ik kiezen?

De meeste ouders kiezen om praktische redenen voor de dichtst bijgelegen voetbalclub. Meestal gebeurt de inschrijving zonder voorafgaande vraag naar inlichtingen. Haast niemand laat zich degelijk informeren naar de reputatie van de club, en de manier waarop er gewerkt wordt, met als gevolg dat later grote teleurstellingen kunnen volgen. Om dat te vermijden, is het best om vooraf zoveel mogelijk inlichtingen in te winnen over de clubs in de regio. Ga vooraf eens een kijkje nemen naar een training, praat met ouders van aangeslotenen of met de trainers zelf.

Waar moet U op letten :

- Krijgen alle kinderen de kans om te spelen?
- Krijgen zij de kans om alle spelposities uit te proberen?
- Heeft de club een visie?
- Is er een jeugdcoördinator?
- Is er een jaarplanning?
- Is er trainingsplanning, methode of werkwijze?
- Voeren de trainers de planning uit, zijn zij kindvriendelijk, sportief gedreven....?
- Wat wordt er benadrukt : de technische ontwikkeling of het plezier?
- Wordt sportiviteit beloond?
- Hoe wordt de discipline geregeld, is er orde en tucht, is er een huishoudelijk reglement?
- Hoe worden spelers na kwetsuur/ziekte terug geïntegreerd in de groep?
- Worden er nevenactiviteiten georganiseerd?
- Krijgt U regelmatig informatie, is er een clubblaadje?
- Welke kosten zijn eraan verbonden ?
- Is de club een feitelijke vereniging of VZW of heeft ze een ander statuut?

Je mag ervan uitgaan dat het aantal "ja" antwoorden, goede parameters zijn om, althans in theorie, deze jeugdopleiding een kwaliteitslabel op te spelen.

Onze technisch verantwoordelijke jeugdopleiding (TVJO) en jeugdcoördinatoren zijn steeds bereid om op uw vragen te antwoorden. Heel veel info vind je ook via de website www.kmtorhoutjeugd.be.

Waarom en wat moet ik handtekenen ?

Eenmaal U een club voor uw kind hebt gekozen, moet U uw handtekening plaatsen voor een officiële aansluiting bij de koninklijke Belgische Voetbalbond. Want spelen in een voetbalclub is niet hetzelfde als lid worden van een tennisclub of turnkring. Voor 1992 was een handtekening van de ouders niet vereist. Nu wel. Aansluitingen waarbij alleen een kind tekende, werden door de rechtbanken ongeldig verklaard. Meestal zegt men "t is voor de verzekering", maar dat is helemaal niet zo. Het tekenen van een aansluitingskaart had vroeger het gevolg dat een speler tot zijn 35ste vast zat aan zijn eerste club. De club kon later hopen geld (30.000 euro) ontvangen als de speler bij een andere club een profcontract aangeboden kreeg, meestal sprak men dan van een opleidingsvergoeding.

Nu wordt Uw kind geen lid van de club maar van de KBVB en wordt hij door de KBVB toegewezen (geaffecteerd) aan een club. Uw club dient een eerste inschrijving en jaarlijks lidgeld per speler te betalen aan de KBVB. De afgelopen jaren bedroeg dit 30 euro en 7 euro.

Na een paar weken ontvangt U een brief van de secretaris-generaal van de KBVB met de bevestiging van de aansluiting.

O.a. daarvoor vraagt KM Torhout inschrijvingsgeld. Dit is niet voor alle spelers gelijk. Het is afhankelijk van de leeftijd en van het niveau waarop ze spelen. In het inschrijvingsgeld zit ook de verzekering begrepen, net als het kledingspakket.

Is mijn kind medisch geschikt om te voetballen?

Tijdens een vriendschappelijke miniemenwedstrijd in de zomer van 97 op het veld van VV Zomergem overleed de 11-jarige Maarten Story aan een hartstilstand. Het jongetje vroeg om vervanging en zakte aan de zijlijn in elkaar. Veel ouders "vergeten" bij de inschrijving van hun kind in de club, te spreken over de medische voorgeschiedenis van hun zoon, of durven verborgen ziekten niet vermelden, uit schrik dat hun kind niet zal worden opgesteld, of minder speelkansen zal krijgen. Ook clubs vragen daar niet altijd naar. Het is echter van groot belang om de trainer/jeugdcoördinator te verwittigen als uw kind astma heeft, een hartoperatie heeft ondergaan, of allergisch is voor bepaalde producten.

In een goed georganiseerde club zal men een document voorleggen, waarin wordt gevraagd: uw huisdokter, huistandarts, alle medische problemen, noodnummers en namen van personen die bij noodgeval kunnen ingeschakeld of verwittigd worden, op te geven.

KM Torhout vraagt bij inschrijving om een inlichtingsfiche in te vullen, waarop u de kans hebt om de medische gegevens die belangrijk zijn voor ons, mee te delen. Via de site www.kmtorhoutjeugd.be vind je ook de gegevens van clubdokter, kine, orthopedist, spoedgevallendienst, EHBO-coördinator.

Moet mijn kind een "echte" voetbal hebben?

Balgevoel krijgen is het voornaamste. Het spelen met een "echte" voetbal of een gewone plastic of rubberen bal, is een verschil van dag en nacht. Een kind dat nooit met een leren bal speelde en plots geconfronteerd wordt met dat harde zware ding, zal zeker in begin problemen hebben. Het helpt ook als uw kind thuis kan voetballen, zowel binnen op de tapijt met statische baloefeningen, als buiten op het gras. Voor de categorie "duivel" wordt gekozen voor een bal nr. 3 omdat de balbeheersing, vooral door oefeningen op/aan/tegen de bal, motorisch gemakkelijker zijn. Nadien worden de categorie "preminiemen - miniemen" geconfronteerd met bal nr. 4, om uiteindelijk bij de oudere jeugd over te schakelen naar een nr. 5.

KM Torhout verplicht geen enkel kind om thuis te 'sjotten', alleen stimuleren wij 'voetbalhuiswerk'. Vanaf een bepaald niveau is het wel sterk aangeraden om thuis wat bij te trainen.



Krijgen ze een outfit voor de wedstrijden?

In de meeste clubs is een trainingsoutfit in het lidgeld inbegrepen, andere clubs hebben een gewillige sponsor ervoor. De meeste clubs willen hun prestige en/of kwaliteitsopleiding uitdragen door het verplichten van het dragen van de clubtraining, kwestie van "eenvormigheid" heet het dan.

In sommige clubs krijgen ze dan een truitje/broekje/kousen. Wel te verstaan "lenen" niet krijgen. Als U geluk heeft wordt deze kledij ook gewassen door de club. Andere laten dit doen door een afgevaardigde/trainer/ouder mits een financiële compensatie of afgifte waspoeder.

Elk jaar krijgt iedere speler een kledingpakket van KM Torhout na betaling van het lidgeld. Dit kan elk jaar verschillend zijn. We verwachten dat het kledingpakket met de nodige zorg wordt behandeld. In principe krijgt elke speler om de 2 jaar een nieuw trainingspak. Dit trainingspak is verplicht bij wedstrijddagen.

Wat moet er in de voetbaltas zitten?

Zorg vooreerst voor een voldoende grote sporttas, met veel aparte vakken en plastic zakken.

Na afloop van de training kunnen voetbalschoenen flink besmeurd zijn, en als ze samen met de handdoeken en het wit onderhemdje, de tas in moeten, dan weet je het wel....

Een voetbalspeler heeft steeds de volgende zaken in zijn tas:

- douche benodigdheden, zeep/gel, 2 handdoeken (afdrogen/grond), borstel/kam, badslippers
- kledij: trainingspak, broekje, kousen, t-shirt, regenjasje, schoon ondergoed + kousen
- voetbalattributen: schoenen, beenbeschermers, reserveveters (keeperhandschoenen/petje)

Elke speler ontvangt een opleidingsbrochure waarin heel wat nuttige info staat, o.a. ook de inhoud van een voetbaltas. Deze brochure kan je ook via de site www.kmtorhoutjeugd.be raadplegen.

Is het douchen verplicht?

Zeker en vast. De jongste spelers worden begeleid door trainer/coach/afgevaardigde (liefst geen ouders in de kleedkamer), oudere spelers trekken hun plan. Bij begeleiden bedoelen we niet helpen maar "sturen", aanwijzingen geven. Spelers bouwen hiermee aan hun zelfstandigheid en maturiteit.

Anderzijds heeft het douchen ook een hygiënische reden: wie bezweet blijft rondlopen, zorgt ervoor dat het zout via de houd in de spieren kan dringen, en dat verhoogt dan weer het risico op blessures.

Vanaf een bepaalde leeftijd is douchen verplicht. We maken een uitzondering voor onze allerkleinsten.

Zal ik mijn kind naar het voetbal op tv laten kijken?

Dat is helemaal niet nodig, een kind moet aan den lijve ondervinden wat het is om te voetballen. U kan uw kind wel enthousiast maken voor een mooi doelpunt of zeker de manier waarop een speler met schijnbeweging en techniek een andere speler uitschakelt.

Enkel wanneer het kind, iets met de nodige scherpthe kan observeren, en het daarna in de praktijk wil uitvoeren, dragen mediabeelden bij tot de technische ontwikkeling van een kind.

Beelden van een speler die vol overgave zijn ongenoegen uitspuwt tegen de scheidrechter, worden dan ook (on)bewust meegedragen.

Bij nationale ploegen werken we wel met video-analyses van eigen wedstrijden, dit om bepaalde zaken te kunnen bijsturen.

Hoe zit het met de verzekering? Wat te doen bij sportongeval ?

1. Een formulier "Aangifte van ongeval " vragen aan Uw afgevaardigde of Uw trainer.
2. Een doktersvisite aanvragen bij onze clubdokter of dokter naar eigen keuze.

Vergeet niet het "Medisch Getuigschrift" van de ongevalsaangifte door de behandelende dokter te laten invullen.

Zeer belangrijk: Indien er een behandeling bij de kinesist aan te pas komt, is de voorafgaande toestemming van de verzekering vereist.

De terugbetaling van de onkosten wordt pas vanaf de datum van de ontvangst van de vraag om toelating uitgekeerd. Daarom moet deze behandeling + het aantal beurten op het "Medisch Getuigschrift " vermeld worden onder punt 7. c. Indien de kinesitherapeutische behandeling later dan bij de aangifte van het ongeval wordt voorgeschreven, moet ons onmiddellijk een fotokopie van dit voorschrift worden bezorgd. De club maakt dit dan over aan de verzekering van de K.B.V.B.

3. De ingevulde ongevalsaangifte onmiddellijk bezorgen bij de gerechtigde correspondent van de club.

Het bedrag dat niet terugbetaald wordt door Uw mutualiteit is normaal gedekt door de verzekering indien U alle bovenstaande onderrichtingen hebt opgevolgd.

- bewijs van terugbetaling door Uw mutualiteit - onkostennota van betaling geneesmiddelen bij de apotheker (geen kasticket)

- factuur van hospitalisatie (originele factuur, geen kopie)

- een attest van de kinesist waarop alle data van de behandeling vermeld staan formulier bij ons te bekomen

*Let op :

- bij hospitalisatie is de opleg voor een 1- of 2-persoonskamer NIET verzekerd

- voor "tanden" wordt een speciale regeling getroffen

- voor geneesmiddelen waarvoor het ziekenfonds niet tussenkomt, is er ook geen terugbetaling door de verzekering (bvb. GEL).

Het bedrag dat door de verzekering wordt terugbetaald, zal, na goedkeuring, door de club aan de ouders van de speler bezorgd worden.

De procedure bij blessures wordt volledig uitgelegd via de website www.kmtorhoutjeugd.be. Ook de nodige documenten kan je downloaden en laten invullen door de te behandelen arts. Belangrijk hierbij is dat de procedure strikt gevolgd wordt. Zo niet, kan de KBVB beslissen tot niet uitbetaling van de gemaakte medische kosten. Als club heeft KM Torhout daar geen invloed op.

Via de site www.kmtorhoutjeugd.be vind je ook de gegevens van clubdokter, kine, orthopedist, spoedgevallendienst, EHBO-coördinator.

Heeft het voetbal invloed op de schoolresultaten?

Naar de specifieke invloed van voetbal op de studies is nog geen systematisch wetenschappelijk onderzoek gedaan. Wel heeft een recent Frans onderzoek aangetoond dat lichamelijke inspanning in het algemeen een positieve invloed heeft op de intellectuele en cognitieve prestaties, en dit zowel bij kinderen als bij volwassenen.

"Mens sana in corpore sano" heet het motto (een gezonde geest in een gezond lichaam). Een ander gegeven is dat voetballen tijd in beslag neemt, tijd die anders misschien voor een stukje denk- of studiewerk zou gaan. Bovendien moet u nog onderscheid maken tussen de verschillende studieniveaus, en de verschillende niveaus waarop wordt gevoetbald.

KM Torhout hecht veel belang aan de schoolresultaten van elke speler. We verwachten dat elke speler op school presteert wat binnen zijn/haar mogelijkheden ligt. Wij gaan geen spelers sanctioneren die een training overslaan omwille van toetsen, examens of schoolwerk.

Indien nodig nemen wij, na ondeling overleg met de ouders, contact op met school om samen naar een oplossing te zoeken bij eventuele problemen.



Hoeveel trainingen moet mijn kind hebben om een aanvaardbaar niveau te hebben?

Laten we ervan uitgaan dat we de maximum tijd die beschikbaar is, gaan benutten. Tijd en uren waarbij geen enkel studieprogramma in het gedrang komt. Daarvoor zijn woensdag (halve schooldag), vrijdag, zaterdag of zondag ideaal.

Wij gaan er ook van uit dat om iets aan te leren, dito het onderhouden via herhaling, de frequentie ook belangrijk is. Met 1 uur/week kan je niet leren schrijven/lezen/rekenen.

Afhankelijk van leeftijd en niveau varieert het aantal trainingen tussen de 1x en 3x per week. De duur van de training schommelt tussen 1u en anderhalf uur. Deze trainingen zijn gespreid over de hele week. Daarnaast biedt KM Torhout technische trainingen aan aan bepaalde ploegen. Deze gebeuren indoor. En ook voor de keepers zijn er speciale keepertrainingen.

Mag mijn kind buiten het voetbal ook andere sporten beoefenen?

Ja, natuurlijk, rekening houdend met de intensiviteit en duur van de sporten (liefst balsporten).

Toch zullen enkele sporten zich niet ontleen om optimaal te kunnen voetbal. De werking en ontwikkeling van vooral de beenspieren bij voetballers is anders. Een voetballer heeft nu eenmaal verkorte (soms slappe/sterke) groep beenspieren. Wanneer sommige spiergroepen zich meer gaan ontwikkelen kan er een disbalans ontstaan, waarmee het risico tot blessures vergroot. Ga daarom voor een wedstrijd liefst niet fietsen of rolschaatsen. Ook zwemmen (chloor) doe je best na de wedstrijd. Tennis is ideaal te combineren (winter/zomer), gevechtssporten (incasseringsvermogen). We raden wel af dat een kind meer dan twee sporten beoefend. De spieren hebben ook hun rusttijd nodig.

KM Torhout heeft geen bezwaar tegen het uitoefenen van andere sporten. Het spreekt vanzelf dat wij wel niet zullen aanvaarden dat trainingen of wedstrijden worden overgeslagen omwille van de andere sport. Er moet wel een duidelijke keuze voor het voetbal gemaakt worden.

KM Torhout zal wel niet toestaan dat spelers vanaf 12 jaar deel nemen aan competities minivoetbal, en dit omwille van het groter risico op blessures.

Hebben jonge voetballers al een vaste plaats in de ploeg?

In principe tot 12 jaar niet. Binnen eenzelfde wedstrijd stellen de meeste coaches hun spelers op eenzelfde plaats op, eventueel met een wissel na de rust, en dit ondanks de roep om polyvalentie in het voetbal.

Blijkbaar is het resultaat van een wedstrijd voor veel coaches nog te belangrijk.

In het teken van onze visie op jeugdopleiding bij Torhout 1992 KM, scharen wij ons als club volledig achter de Panathlonverklaring ivm de rechten van het kind in de jeugdsport.

Eveneens gaan wij de verbintenis aan om alle jeugdspelers minstens 50% van de totale wedstrijdduur te laten spelen. Daarvoor nemen we de gemiddelde speeltijd van de laatste 4 wedstrijden.

Tot op een bepaalde leeftijd laten we de spelers op verschillende posities spelen, om zo polyvalentie te stimuleren. We vinden de vooruitgang van de speler belangrijker dan het resultaat van de wedstrijd.



Wie is wie in de club?

Een goed gestructureerde club heeft heel wat personen nodig voor de werking.

Dagelijks bestuur: voorzitter, ondervoorzitter, sportief manager, penningmeester, secretaris, gerechtigde correspondent, bestuursleden, begrotingsmanager, advocaat, voorzitters van de werkgroepen

Staf : sportief manager, hoofdtrainer, hulptrainer, keeperstrainer, doctor, kinesist, verzorger, terreinafgevaardigde

Jeugdbestuur : voorzitter, bestuursleden, jeugdcoördinator, stagemanager, tornooimanager

Werkgroepen : terreinen, gebouwen, sponsoring, kantinebeheer, festiviteiten, keukenbeheerder

Trainerswerkgroep: sportief manager of technisch verantwoordelijke jeugdopleiding (TVJO), jeugdtrainers, coachen, afgevaardigden, scouting, jeugdcoördinator, looptrainer, keeperstrainer

Onze organisatie kan je volledig bekijken via de website www.kmtorhoutjeugd.be.

Wat verwacht de trainer van ons (ouders)?

Gelukkig volgen veel ouders het voetballen van hun zoon of dochter.

Het enthousiasme van ouders is érg belangrijk voor de voetbalbeleving van kinderen. Helaas echter houden veel ouders het niet bij het aanmoedigen van hun kinderen. De kinderen worden al snel een verlengstuk van de beleving van de ouders. Aanmoedigingen worden dan ook aanwijzingen en voordat iemand het in de gaten heeft, staan er 2 keer zo veel coaches langs de lijnen als er voetballers binnen de lijnen lopen. Voor de coach de belangrijke, maar zeer moeilijke taak de ouders duidelijk te maken welke rol er voor hen op dat moment is weggelegd en welke rol de coach zelf heeft naar de kinderen. Het gaat ook nu weer om het leerproces en de spelbeleving van de kinderen. Kinderen leren het snelst in een "veilig" leerklimaat. Dat wil zeggen een sfeer waarin het kind de vrijheid heeft om het spel zelf te ontdekken. Het wordt daarbij geholpen door één persoon, de coach. Die structuur moet heel duidelijk zijn. Zo niet, dan wordt het verwarrend en begrijpen de kinderen niet meer waar zij aan toe zijn. Natuurlijk vinden ook de kleinste voetballers het fantastisch als ze worden aangemoedigd! Ouders zijn dus zeker nodig en welkom langs de lijn! Daarnaast heeft de coach vaak hulp nodig van ouders. Zodra de kinderen hun eigen schoenen kunnen "strikken", en zelf kunnen douchen, schept het rust als ouders zich ook daar niet meer mee bemoeien. Het kan worden gezien als een volgende stap naar zelfstandigheid en zelfwerkzaamheid. Geef ze de kans!

KM Torhout maakt duidelijke afspraken met ouders wat kan en wat niet kan. In ons huishoudelijk reglement en in het charter voor ouders vind je deze afspraken terug.

Krijgt mijn kind kans om te spelen?

Het gebeurt meer dan eens dat jongeren worden opgeroepen en uiteindelijk niet worden opgesteld. Zonder uitleg. Sommige ouders durven die ook niet te vragen, uit schrik dat hun kind nog meer uitgesloten wordt. De ouder die zich wel laat horen, wordt soms een "moeilijke" genoemd. Een kind dat bijna de hele match op de bank zit, zal zich verstoten voelen, en twijfelen aan zijn mogelijkheden. Er zijn kinderen die dat een heel seizoen lang moeten volhouden. Trainers houden er geen rekening mee dat de sfeer thuis daardoor soms verpest wordt en dat de schoolresultaten achteruit gaan. Veel probleemsituaties komen voor bij jongens die te goed zijn in een reeks, en er geen plaats is voor hen in een hogere reeks. Uitspraken als "niet opgeven, volgend jaar ben je er misschien bij" lossen niets op.

2x per jaar houdt KM Torhout een evaluatie-moment. Daarop worden alle spelers en ouders uitgenodigd. In dat gesprek wordt aangetoond wat de sterke en wat de minder sterke punten van de speler zijn.

In het teken van onze visie op jeugdopleiding bij Torhout 1992 KM, scharen wij ons als club volledig achter de Panathlonverklaring ivm de rechten van het kind in de jeugdsport.

Eveneens gaan wij de verbintenis aan om alle jeugdspelers minstens 50% van de totale wedstrijdduur te laten spelen. Daarvoor nemen we de gemiddelde speeltijd van de laatste 4 wedstrijden.

Tot op een bepaalde leeftijd laten we de spelers op verschillende posities spelen, om zo polyvalentie te stimuleren. We vinden de vooruitgang van de speler belangrijker dan het resultaat van de wedstrijd.



Waarom staat mijn kind niet in de A-ploeg?

Een belangrijke oorzaak van conflicten tussen trainers en ouders, is het verschil in opvatting over de mogelijkheden van de jonge voetballer. Dat ouders hun eigen kind verdedigen en trachten voorop te stellen, is een heel natuurlijke zaak. Goed overleg op basis van enkele speler-evaluaties kan hier een oplossing bieden. Als ouder hebt U het recht te weten wat er met uw kind gebeurt in de club, vraag aan de coördinator om de evaluatie van uw zoon toe te lichten. Ouders willen soms te snel resultaten. Ze willen hun kinderen zo vlug mogelijk "als een grote" zien voetballen. Vooral vaders, die zelf hebben gevoetbald, laten zich nogal eens laatdunkend uit over wat ze op het veld te zien krijgen.

2x per jaar houdt KM Torhout een evaluatie-moment. Daarop worden alle spelers en ouders uitgenodigd. In dat gesprek wordt aangetoond wat de sterke en wat de minder sterke punten van de speler zijn.

KM Torhout maakt duidelijke afspraken met ouders wat kan en wat niet kan. In ons huishoudelijk reglement en in het charter voor ouders vind je deze afspraken terug.

Hoelang duurt een wedstrijd?

U6 en U7: 2x 20' met 10' rust

U8 tot U11: 2x25' met 10' rust

U12 en U13: 2x30' met 10' rust

U14 en U15: 2x 35' met 10' rust

U16 en U17: 2x40' met 10' rust

Vanaf U19: 2x45' met 15' rust

De U staat voor Under. Dit betekent dat de spelers 1 jaar jonger zijn bij aanvang van het seizoen. Vb U10: de spelers worden allemaal 9 in het jaar waarin het seizoen begint.

Mag mijn zoon in de "goal" staan?

Triestig, verliezen met 14-0 en om de haverklap de bal uit de netten moeten halen. Kinderen kunnen daarbij hard zijn: ze zoeken al snel een zondebok, en niet zelden is dat de doelverdediger. Het is evenmin leuk om een hele wedstrijd in de kou moeten staan, terwijl de ploegmaats aan de andere kant van het veld het mooie weer maken. Eigenlijk denken weinigen na over de consequenties van een "definitieve" keuze. Niet iedereen komt in aanmerking om het doel te verdedigen. Een doelman moet om te beginnen specifieke karaktereigenschappen hebben, durf, lef, stoutmoedigheid. Een doelman mag niet bang zijn. Hij moet stressbestendig zijn, koelbloedig blijven, zelfvertrouwen uitstralen, zijn verdediging organiseren, bevelen uit delen, lenig en snel zijn, zin voor timing hebben, voldoende doorzicht in het spel om te anticiperen, reactiesnelheid..... Stille en verlegen kinderen komen dus best niet in aanmerking. Wij laten daarom best (bij weinig weerstand) de keeper meevoetballen in het middenveld, of sturen hem door tot de middellijn om daar "laatste man" te spelen.

KM Torhout promoot het meevoetballen van de keeper. De technische trainingen staan daarom ook open voor de keepers van die ploegen die daarvoor in aanmerking komen. We stimuleren de keepers ook om, indien mogelijk, zoveel mogelijk deel te nemen aan wedstrijdjes op training zodat hun voetballende kwaliteiten ook getraind worden.

Er is iets mis, maar ik weet niet wat het is.

Een kind groeit. Volwassenen lijken dat nogal eens te vergeten. Groeien vraagt veel energie: kinderen krijgen af en toe een inzinking, die enkel en alleen te wijten is aan de groei.

Groeien gebeurt niet gestadig, maar kent stilstaande fases en zogenaamde "groeispurten".

Vooraf tijdens deze spurten kan het zijn dat het kind zoveel energie verbruikt, dat zijn fysiek rendement tijdelijk beduidend minder is. Groeipijnen kunnen op ieder ogenblik beginnen, meestal komen ze voor tussen 3 en 5 jaar en 8 en 12 jaar, de pijnen verdwijnen gewoonlijk na een jaar. Een kind met groeipijn is gezond en er is geen aanwijzing voor een onderliggende kwaal. Soms is het zo storend dat het kind nachten lang wakker ligt. Een goed opgebouwd stretchprogramma, lichte massage en warme baden, blijken een gunstig effect te hebben.

In uiterste gevallen kan een pijnstiller (type paracetamol) de oplossing bieden.

Onwetendheid en gebrek aan vakkundige begeleiding zijn in vele gevallen de basisoorzaak van overbelasting tijdens de groeiperiode. De trainer moet weten dat hun "carrosserie" nog fragiel is.

Van elke trainer wordt verwacht dat hij de basisgegevens van EHBO kent. De meeste trainers bij KM Torhout hebben echter een degelijke opleiding gekregen. In deze opleiding komt dit aspect ook aan bod. Onze club beschikt ook over een clubarts, een kine en een EHBO-coördinator.

Wat is een Meniscus?

In voetbaltermen "de voetbalknie" genoemd. Dit letsel vindt zijn oorsprong bij het plotseling draaien van het bovenbeen met een gefixeerd onderbeen, bij een gebogen knie. In het kniegewricht zitten twee grote kraakbenige schijven (halve maantjes), een in de binnenkant, een in de buitenkant. Een afbrokkelend stukje van dat kraakbeen dat niet tijdig aangroeit, kan hevige pijnen veroorzaken zodat de knie niet verder gestrekt kan worden. Indien dat niet goed behandeld wordt (bij oudere spelers chirurgisch verwijderen) kan dat een hypotheek leggen op de toekomstige fysieke toestand van de speler.

De enige raad die we meegeven: raadpleeg een sportarts.

Is koppen gevaarlijk?

Net als bij boksen krijgt bij voetbal het hoofd het hard te verduren. Een kopstraining waarbij 50 ballen worden gekopt, is af te raden. Koppen moet je aanleren in verschillende stappen, als de trainer weet hoe het moet, dan verminder je de risico's.

We streven ernaar om binnen onze club trainers aan te stellen die de nodige opleiding genoten hebben en dus over de juiste kennis beschikken. Veel van onze trainers zijn in het bezit van een getuigschrift en/of diploma uitgereikt door de KBVB.

Is er doping in het jeugdvoetbal?

Afgelopen jaar, bij een bevriende club, dook alweer het verhaal op van ouders die beweerden dat hun zoon door de trainer verplicht werd om voor een wedstrijd een klontje suiker met enkele druppels ether te nuttigen. Om zulke praktijken tegen te gaan en aan te klagen, dienen zowel trainer als ouders, op de hoogte te zijn van de "verboden" middelen.

In principe worden er ook in de jeugdreksen dopingcontroles gehouden, maar dat gebeurt uiterst zelden. Het is aan te raden een aantal geneesmiddelen NIET te nemen binnen de drie dagen voor een wedstrijd. Wie over voldoende gezond verstand beschikt, laat een ziek kind helemaal geen wedstrijd spelen. Zo simpel is dat.

Volledigheidshalve geven we hier een lijstje van verboden medicijnen :

- Beta-blokkers : tegen hartkloppingen
- Efedrine en derivaten : opletten bij druppels en siropen
- Coffeïne vanaf 12ug/ml urine: ook Gurosan bevat coffeïne
- Cortisone: opletten met zalven, oog- en neusdruppels
- Hormonen: testosteron, anabole steroïden, schildklierhormoon, erytropoëetine
- Waterafdrijvende middelen
- Narcotica, morfine, cannabis, xtc.....
- Hoesmiddelen: Actifed, Broncosedal, Paracodine
- Neusdruppels: Vibrocil
- Oogdruppels: opletten met Visine, Pranox

KM Torhout onderschrijft de panathlonverklaring, de charters en de principes van de fair-play opgesteld door de KBVB. Je kan ze bekijken via de website www.kmtorhoutjeugd.be.

Mijn zoon is vegetariër.

Voedingsdeskundigen raden al jaren aan minder vlees en meer groenten en fruit te eten, en minder vet. Het is dan ook verstandig bij diëten (en vegetariërs) die bv vlees totaal verbannen, bepaalde voorzorgsmaatregelen te treffen. Hoe strenger het dieet, hoe moeilijker het is om alle levensnoodzakelijk ingrediënten op te nemen, zeker als men ondertussen intensief aan sport doet. Vegetarisch eten vergt planning en voorzichtigheid. Eiwitten en proteïnen die in vlees voorkomen zijn niet dezelfde als in ei en melk. Vooral kinderen hebben nood aan proteïnen en calorieën. In EEN zakje chips zit 150 Kcal in. Een goede energie bron, ware het niet dat 40% van de energie door vet wordt aangebracht. Als je weet dat bij de eerste 90 minuten van een voldoende inspanning, de energie geleverd wordt door de koolhydraten (suikers en zetmeel) en pas daarna het lichaam zijn vetreserves aanspreekt, dan weet je.....vet.....te mijden.

KM Torhout hecht veel belang aan een gezonde voedingsgewoonte van de spelers. Op regelmatige basis worden spelers (en hun ouders) ingelicht over gezonde voeding.

Mag ik als ouder op het terrein komen?

Nee.

Moeders (en ook vaders) langs de zijlijn: een echte bezienswaardigheid. Gaat u maar gerust eens naar de duiveltjes kijken. U zal evenveel plezier beleven aan het observeren van de moeders als aan het voetbalspel zelf. Het gebeurt meer dan eens dat een bezorgde moeder door de scheidrechter van het terrein gewezen wordt, omdat ze tijdens het spel over de omheining gaat om hun huilende kind bij te staan na een harde tackle.

KM Torhout maakt duidelijke afspraken met ouders wat kan en wat niet kan. In ons huishoudelijk reglement en in het charter voor ouders vind je deze afspraken terug.



De wondermiddel "de spons".

Het gebeurde tijdens een wedstrijd: de magische spons werd bovengehaald bij een hevig bloedende knie. Met die spons werd achteraf een slachtoffer in volle gelaat verzorgd. In het aidstijdperk is dat niet alleen een kwestie van gebrek aan hygiëne, het houdt een zwaar risico in.

Weg met die spons.

Ook onze afgevaardigden kennen de basisprincipes van EHBO. Er zijn op regelmatige basis bijscholingssessies voor trainers en afgevaardigden.