

HET KA-IMERTJE

Maandelijks Nieuwsbrief Jeugd KM Torhout

jaargang 2 - februari 2012



Bruggestraat 29
8820 Torhout
050 22 01 10
Stamn 822

www.kmtorhoutjeugd.be
info@kmtorhoutjeugd.be

v.u. Noël Cordie



FAIRPLAY ACTIE MIDDENBOUW

Vanaf dit seizoen zijn we bij de middenbouw gestart met een fairplay-actie voor aanvang van elke thuiswedstrijd.

We wensen de tegenstander voor de wedstrijd veel succes met een handshake.

Op foto: de handshake van de gewestelijke U13 voor de start van hun wedstrijd tegen VC Ichtegem.



MATCH DAY
=
WINNING DAY

KMT-BOWLING DAY
25/03/2012
VAN 10u TOT 22u

KMT-BBQ
30/04/2012
VANAF 19u

steun de jeugd,
breng een
bezoek aan

jeugdlokaal
DE VELODROOM

LOTING 1/16 FINALES BEKER VAN BELGIË

woensdag 14/03/2012 om 18u30: U13 KM - AFC Tubize
woensdag 21/03/2012 om 18u30: KSV Diksmuide - U15 KM
woensdag 28/03/2012 om 18u30: U17 KM - REX Virton



Internationaal 4-landentornooi van de kust U16

België - Finland - Slovenië - Oekraïne

maandag 05/03/2012 - Oostduinkerke

woensdag 07/03/2012 - Torhout (Velodroom)



vrijdag 09/03/2012 - Varsenare



BEZOEK REGELMATIG DE WEBSITE VAN DE JEUGD

<http://www.kmtorhoutjeugd.be>

Interview met Hilde Smet

EHBO-coördinator bij KM Torhout



Hilde, kan jij jezelf eens voorstellen?

Ik ben Hilde, nog even 43 lentjes jong en werk als verpleegkundige-preventieadviseur bij een externe dienst voor preventie en bescherming op het werk. Daar ben ik “coördinator eerste hulp” voor Oost-Vlaanderen. Dit betekent dat ik vele opleidingen eerste hulp geef in scholen, bedrijven, verzorgingsinstellingen... Daarnaast ben ik het aanspreekpunt voor collega's en klanten, voor al hun vragen in verband met de organisatie van de eerste hulp op het werk. Vanuit mijn achtergrond als intensieve zorgen & spoedgevallenverpleegkundige (ik werkte voordien in een ziekenhuis) vind ik dit heel boeiend om te doen.

Hoe ben jij bij KM Torhout terecht gekomen?

Mijn vriend Ivan is al heel wat jaren actief bij KM Torhout. Zo maakte ik ook kennis met het jeugdvoetbal en steek soms een handje toe aan de kassa op zaterdagochtend, tijdens het paastornooi en de jeugddag in augustus of tijdens één van jullie andere activiteiten zoals het nieuwjaarsfeest, de BBQ... In 2009 gaf ik ook al eens een initiatie “eerste hulp bij sportletsels” aan geïnteresseerde trainers, verzorgers, afgevaardigden...

Waarom is een goede basiskennis van EHBO belangrijk?

Sporten is gezond! Toch lopen heel wat voetballer(tje)s vroeg of laat een blessure op. Juiste eerste hulp is dan heel belangrijk. Vaak geven mensen, vanuit goede bedoelingen, foute of verouderde eerste hulp en verloopt het genezingsproces daardoor minder vlot of wordt het letsel soms zelfs erger. Het juist inschatten van de ernst van het letsel is niet altijd eenvoudig. Soms wil de voetballer zo snel mogelijk weer op het plein om verder te spelen, ook al heeft hij een blessure. Of misschien wil de trainer de wedstrijd zeker winnen en verwacht hij van de voetballer dat hij, ondanks de blessure en de pijn, toch verder speelt... Gelukkig zijn het meestal niet levensbedreigende situaties waarmee we te maken hebben: een neusbloeding, letsels aan de ledematen, kramp, een kleine huidwonde... Maar ook deze letsels moeten op een juiste manier verzorgd worden tijdens de wedstrijd. De laatste tijd kwamen in de media helaas ook verschillende ernstige, levensbedreigende eerstehulp situaties tijdens het voetballen onder de aandacht. Snel en efficiënt kunnen handelen is dan zeker noodzakelijk!

Wie moet er, in een voetbalclub, allemaal op de hoogte zijn van de nodige EHBO-kennis?

Ik ben niet op de hoogte van alle voetbalspelregels, maar vermoed dat niet zomaar iedereen het veld mag oplopen tijdens een wedstrijd... Het is dus belangrijk dat de begeleiders op het veld (de trainer, de verzorger, de afgevaardigde, de scheidsrechter...) goede eerste hulp kunnen geven bij de minder ernstige letsels, kunnen inschatten wanneer het nodig is om meer professionele hulp in te roepen bij een ernstiger letsel en in afwachting daarvan juist kunnen handelen.

Wat is de minimale inhoud van een verzorgingstas?

Om goede eerste hulp te kunnen geven op het voetbalplein, heb je helemaal niet veel materiaal nodig.

Belangrijkste eerste hulp bij letsels aan de ledematen is zo weinig mogelijk bewegen en afkoelen. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat het gebruik van een plastic zak gevuld met ijsblokjes en water, beter is dan het gebruik van koelzakjes uit de diepvries of de instant cold packs.

Bij kleine huidwonden is goed reinigen van de wonde belangrijk. Liefst onder zuiver stromend water, dus niet met een spons die de hele wedstrijd in (vuil) water (en gras?) zwemt en dan van de ene speler bij de andere gebruikt wordt. Voorzie bijvoorbeeld een apart flesje water of een “EHBO-drinkbus”, waarmee je zuiver water over de wonde kan gieten. Volgens de nieuwste inzichten van eerste hulp worden kleine, oppervlakkige huidletsels niet meer ontsmet. Voorzie een pleister of wondverband om de wonde eventueel af te dekken en zo besmetting te voorkomen. Gebruik zeker geen watten om wonden te verzorgen. Ook voor het stelpen van een neusbloeding mag je nooit watten in de neus steken.

Voor meer ernstige verwondingen kan de eerstehulpkoffer van de voetbalaccomodatie gebruikt worden. Deze kan wat meer eerstehulpmateriaal bevatten, zoals een drukverband (om bloedingen te stelpen), een driehoeksverband (om grote wonden snel af te dekken), een verbandschaar, handschoenen, ev. enkele steriele naalden om blaren door wrijving open te prikken en een naaldcontainer, een gelaatsdoekje of zakmasker ...

**BEREID OM ONZE JEUGD TE SPONSOREN?
BEKIJK ONS SPONSORAANBOD**

<http://www.kmtorhoutjeugd.be/documenten/sponsormapKM.pdf>

OM OVER NA TE DENKEN...

Nieuwjaarswensen van de voorzitter P.S.C. West-Vlaanderen

Waarde lezers,

Namens de provinciale scheidsrechterscommissie wens ik jullie allen een voorspoedig, sportief en vooral een gezond 2012 toe.

Weer een jaar verstreken en andermaal heb ik moeten vast stellen dat 2011 niet gebracht heeft wat ik ervan verwacht had. Er was niet alleen het feit dat we het hele jaar het moesten doen met een regering van lopende zaken. Ook de financiële crisis heeft ons getroffen en die is nog steeds niet opgelost. De Rode Duivels konden zich uiteindelijk dan toch niet plaatsen voor de eindstrijd van het EK. Nog steeds kregen daklozen geen of onvoldoende bescherming tegen de winterse koude. En zo kan ik nog wel een en ander naar voor brengen wat mij tot nadenken stemt.

Maar waar ik het vooral ook moeilijk mee heb, is het feit dat men nog steeds niet tot het besef is gekomen dat onze arbitrage erop achteruit gaat. Niet de kwaliteit, maar wel het slinkende aantal scheidsrechters en assistenten baart mij zorgen. Hoe dikwijls heeft de commissie niet aan de bel getrokken, hoeveel inspanningen doen we niet week na week? De vraag of beter nog de 'roep' naar verdraagzaamheid valt nog steeds in dovemans oren. De verbale agressie blijft en wordt mijn inziens nog erger met de dag.

Laat mij toe enkele recente voorbeelden te geven. Bij de start van onze nieuwe groep beginnende scheidsrechters hadden wij al na de eerste wedstrijd een ontslag. De jonge scheidsrechter werd reeds onmiddellijk geconfronteerd met de harde werkelijkheid. Aan de rust: een grote vechtpartij tussen spelertjes (miniemen) en ouders, supporters, en al wie rond het veld stond. De jongen zag het onmiddellijk niet meer zitten: je zou voor minder... Ondanks de beschermende rol van de peter is dit kunnen gebeuren. De volgende week: weer een wedstrijd, opnieuw met een beginnende scheidsrechter; zelfde scenario...

De trainer die uit zijn dak gaat en de jongen bedreigt. Het was pas nadat de peter was tussengekomen dat de trainer kon bedaard worden. Het heeft bloed, zweet en tranen gekost om deze scheidsrechter te overtuigen verder te doen. Wij als commissie hebben andere dingen te doen dan voortdurend daarmee te moeten bezig zijn. Het feit dat steeds minder jongens en meisjes de cursus kandidaat scheidsrechter volgen is hier het gevolg van. Niemand is blijkbaar in staat om dit een halt toe te roepen. Ook de gezagsdragers van onze federatie slagen er niet in of doen misschien te weinig inspanningen om dergelijke zaken te voorkomen. Zou het geen goede zaak zijn om de aankomende jeugdtrainers een cursus scheidsrechter te laten volgen en wedstrijden te laten arbitreran? Zo zouden ook zij eens weten wat het is om in het midden te staan en voortdurend uitgescholden te worden. Ik denk soms dat de eerste les in de opleiding voor trainer volgend item bevat: "Wat moet je doen om de scheidsrechter te ambeteren en hem het leven zuur te maken". Bijna overal is het hetzelfde: problemen beginnen met de houding van de trainer en begeleiders, nadien volgen de ouders en grootouders. Al te vaak vergeet men dat ook de jongen of het meisje die de wedstrijd leidt een vader en een moeder heeft die ook naar de wedstrijd komt kijken. Als deze zoon of dochter niet naar het terrein gevoerd wordt, is er immers geen scheidsrechter. Misschien is het dat wat jullie clubleiders willen: wedstrijden zonder jeugdreks? Wel, laat het mij weten, dan hoeven wij onze kostbare tijd niet te verspillen met het beste van onszelf te geven voor deze opleiding.

...

Luc Matthys

<http://www.pscwvl.be/>



Strafschop tegen? Tips voor de keeper:

1. Een keeper kan het stoppen van strafschoppen trainen door zich niet alleen op z'n reflexen te richten, maar vooral op de signalen die spelers afgeven. Goede anticipatie kan blijkens onderzoek worden aangeleerd, waarbij het resultaat met tientallen procenten verbetert. Belangrijke signalen die spelers afgeven zijn standbeen, zwaairichting van de armen, de aanloop en de lengte en snelheid van de aanloop.
2. Succesvolle penaltykillers maken er een spel van. Zij halen spelers uit hun ritme door met ze te praten, voor ze te gaan staan, te vertragen... Let wel: dat moet geen doel op zich worden, maar gericht zijn op het uit de concentratie halen van de spelers. De speler moet na gaan denken over de strafschoop. Nota Bene: hou het wel leuk. Doe alleen datgene dat binnen de regels van beschaving en het spel blijven.
3. Een keeper moet zo lang mogelijk blijven staan. Gokken op een hoek heeft geen zin, zolang de bal nog niet geschoten is. Dit levert minder rendement op dan welke andere strategie dan ook.
4. De meeste spelers prefereren de rechterhoek (= links van de keeper).
5. Analyseer welk type voetballer tegenover je staat. Is het een stijve, harkerige verdediger, dan is de kans groot dat de bal hard en hoog (hoger) word ingeschoten. Bij dit soort spelers is een snellere reactie nodig dan bij de spitsen, die vaak sierlijker willen scoren en meer gebruik maken van schijnbewegingen. Daar past wachten beter.
6. Probeer de eigen zwakke hoek te compenseren door krachttraining van het zwakke afzetbeen. Minder goede punten zijn wel degelijk weg te werken door hard te trainen.
7. Is de speler links- of rechtsvoetig? Besef dat een linksvoetige strafschoopnemer moeilijk te 'lezen' is, omdat deze nu eenmaal veel minder vaak voorkomen. Probeer zoveel mogelijk 'voorkennis' te vergaren over de spelers die de strafschoop gaan nemen. In tijden van stress zullen zij altijd voor hun sterke hoek kiezen.
8. Verdedigers schieten anders dan aanvallers. Verdedigers nemen minder risico's en maken ook minder schijnbewegingen dan aanvallers.
9. De stand van de schouders en bovenlichaam geeft een indicatie over of de bal hoog of laag word ingeschoten. De stand van de heup en de benen op de richting van het schot.
10. Wees niet bang voor joker te liggen/staan. In wezen heb je als keeper niets te verliezen en alles te winnen.