

Duel in de zestien

Duel in de zestien

De penalty wetenschappelijk ontleed

John van der Kamp
Geert Savelsbergh

Colofon

© 2010 Uitgevers, Rotterdam 2014

Vormgeving omslag en binnenwerk: Sauerkraut LWC, Rotterdam

Zetwerk: Manipal Digital Systems, India

Druk: Ten Brink, Meppel

2010 Uitgevers ontwikkelt professionele en educatieve informatieproducten voor professionals en studenten in de gezondheidszorg en de sector sport, bewegen en gezondheid.

info@2010uitgevers.nl | www.2010uitgevers.nl

2010 Uitgevers is een multimedia uitgeverij. Veel uitgaven zijn online verrijkt met beeld, geluid of aanvullende informatie. Meer informatie: www.2010uitgevers.nl/uitgaven.

Aan de totstandkoming van deze uitgave is de uiterste zorg besteed. Voor informatie die nochtans onvolledig of onjuist is opgenomen, aanvaarden auteur(s), redactie en uitgever geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen van de opgenomen gegevens houden zij zich gaarne aanbevolen. Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3051, 2130 KB Hoofddorp, www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-pro.nl). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) van deze uitgave ten behoeve van commerciële doeleinden dient men zich te wenden tot de uitgever.

ISBN 978 94 90951 19 1

NUR 482, 480

Inhoud

Inleiding	7
Deel I Een korte geschiedenis	10
1 Het eerste seizoen penaltykicks	12
2 'Little Willie' Foulke: een penalty killer van formaat	22
Deel II De doelman is niet kansloos	30
3 Anticipatie: het lezen van de schutter	32
4 Anticipatie: het leren lezen van de schutter	44
5 Het voordeel van de snelle doelman	54
6 Het boekje van Jan Reker: voorkennis over de schutter	64
7 De schutter als marionet van de doelman	76

Deel III	Waarom de schutter zo makkelijk mist	84
8	De heerser op de stip beslist op tijd	86
9	Kijk uit!	98
10	De doelman negeren, kan dat?	108
Deel IV	De psychologie van de pingel	114
11	Stress, en hoe daar mee om te gaan	116
12	'Ik raakte 'm helemaal verkeerd'	128
13	Reputaties maken de doelman, maar breken de schutter	138
14	Als de tegenstander (geen) indruk maakt	146
Deel V	De nabespreking	154
15	De adviezen op een rijtje	156
	Illustratieverantwoording	163
	Noten	164
	Literatuur	171
	Register	187

On line verrijkingen via
<http://www.2010Uitgevers.nl/products-page/medisch-paramedisch/duel-in-de-zestien/>

Inleiding

Duel in de zestien gaat over strafschoppen, of preciezer gezegd, de wetenschappelijke studie van de strafschop. Die studie is boeiend. Dat wisten we natuurlijk al, maar met het schrijven van dit boek en het vertellen daarover – want schrijven is vooral ook vertellen over wat je schrijft – werd dat voor ons weer glashelder.

Voor ons samen begon die studie naar de strafschop zo'n vijftien jaar geleden, kort voor het EK van 2000. Het onderzoek naar strafschoppen stond toen nog in de kinderschoenen; het was fragmentarisch, niet veel meer dan een liefhebberij van een enkele wetenschapper – toentertijd meesterlijk samengevat door Gyuri Vergouw in *De Strafschop*.¹ We togen naar de Herdang in Eindhoven. Daar filmde we de beste jeugdspelers van PSV, die het weekend daarvoor onder leiding van Erwin Koeman kampioen waren geworden. Twee uur lang schoten de spelers penalty's op een leeg doel. Op de plek van de keeper stond onze camera. Zo nu en dan miste een bal het doel, maar de camera bleef gelukkig heel. Penalty's á la Neeskens waren uit den boze. Na afloop was er in de kantine soep met balletjes. In ons lab lieten we de beelden vervolgens aan keepers uit de Ere- en Eerste Divisie zien, waarbij we met een *gaze-tracker* achterhaalden waarnaar doelmannen kijken om te bepalen naar welke hoek de schutter schoot. En daar was het ons eigenlijk om begonnen – het meten van kijkgedrag – veel meer nog dan om het bestuderen van strafschoppen. Engelse collega's uit Liverpool hadden namelijk de beschikking over de toen meest geavanceerde apparatuur voor het meten van kijkgedrag – in vijftien jaar zo verouderd dat niemand die nu nog gebruikt. Zij hadden interesse in samenwerking en wij wilden de *gaze-tracker* graag testen om aan te schaffen voor ons lab. De strafschop was een geschikte taak, maar eigenlijk een bijkomstigheid. Inmiddels zijn er meer dan 150 wetenschappelijke artikelen over strafschoppen gepubliceerd. Een deel daarvan

is van onze hand, maar de meerderheid komt van andere onderzoeksgroepen wereldwijd, uit verschillende wetenschapsgebieden. We proberen in dit boek de inzichten – en vragen, want het onderzoek is zeker niet af! – van dit wetenschappelijk werk ook voor niet-wetenschappers toegankelijk te maken, zonder daarbij te veel afbreuk te doen aan de veelzijdigheid en complexiteit van dit boeiende onderzoek. We hopen dat door die veelzijdigheid en complexiteit in beeld te brengen het ontzag voor de schutters en keepers tijdens de strafschop toeneemt, ook als ze niet altijd succesvol zijn.

In feite gaat dit boek over veel meer dan de wetenschappelijke studie van penalty's. De wetenschappers die zich bezighouden met de strafschop doen dat onderzoek meestal niet om de perfecte penalty te ontdekken, maar om, meer in het algemeen, het menselijke bewegen beter te doorgronden. Ook voor ons was dat de aanleiding om de strafschop te onderzoeken: begrijpen hoe onze visuele waarneming het klaar speelt dat onze bewegingen zo geweldig goed aangepast zijn aan wat er in de directe omgeving gebeurt – meestal tenminste. Het kijken, de wijze waarop we de omgeving met de ogen afspeuren, speelt daarin een belangrijke rol. In dit boek verhalen we daarom niet alleen over de strafschop, maar proberen we de lezer ook iets mee te geven over de studie van het menselijke bewegen in het algemeen, en vooral in de sport. We hopen daarmee te laten zien dat bewegingswetenschappen een fascinerend en geinig vak is! Elk hoofdstuk sluit daarom af met een 'Zijlijn'. Daarin lichten we een aspect in het hoofdstuk eruit, bespreken dat in meer detail, of laten zien hoe het ook voor andere sporten relevant is. De lezer die uitsluitend geïnteresseerd is in de strafschop kan ervoor kiezen de 'Zijlijn' over te slaan en de tekst over strafschoppen aaneengesloten te lezen. Nu we toch met een soort leeswijzer bezig zijn: we zijn er ons terdege van bewust dat ook vrouwen voetballen en hadden dat ook graag in de tekst door laten klinken, juist ook omdat de voetbalwereld nog grotendeels een mannenbolwerk is. Niettemin, steeds opnieuw 'hij en/of zij' of 'doelman en/of doelvrouw' gebruiken is niet heel fraai. Omdat ook nog eens alle voetballers die de revue passeren mannen zijn, hebben we gekozen voor 'hij' en 'doelman', maar meestal kan daar dus net zo goed 'zij' of 'doelvrouw' worden gelezen.

In vijftien jaar hebben ontzettend veel mensen ons geholpen. In de eerste plaats tientallen studenten, vooral zij die

meewerkten aan het onderzoek, meestal in het kader van een Bachelor- of Master-afstudeerwerk, maar ook de studenten die door de jaren heen onze colleges volgden en daar de goede vragen stelden die ons aan het denken zetten. Ook de samenwerking en discussies met de vele collega's en wetenschappers uit binnen- en buitenland zijn belangrijk geweest. Om hen te bedanken zouden we eigenlijk een hele rits namen moeten noemen, maar eerlijk is eerlijk, van vele studenten en wetenschappers zijn de namen ons inmiddels ontschoten, dus dat doen we niet. In het laatste jaar hebben we wel een lijstje bijgehouden van mensen die ons op de een of andere manier hebben geholpen bij het schrijven van dit boek, soms zelfs zonder dat ze het wisten. Die bedanken we wel graag: Peter Altink, S. Baza, Nel van Beelen, Maarten Breuker, Matt Dicks, Joost Dessing, Carianne van Dorst, Rob Jackson, Jelle de Kruijf, prof. Adrian Lees, Wim van Lier, Hugo Maarleveld, Roos Malmberg, Carolina Marin, Martina Navarro, José Antonio Navia, Arne Nieuwenhuys, Marcel Nuijten, Ben Noël, Stephan Nopp, Raoul Oudejans, prof. Palacios-Huerta, Fernando Rivas, Jasper Sijtsema, Wayne Spratford, Jan Willem Theunissen, René Wormhoudt en Jesse van der Zande.

John van der Kamp en Geert Savelsbergh
Amsterdam, april 2014

Deel I

Een korte geschiedenis



1

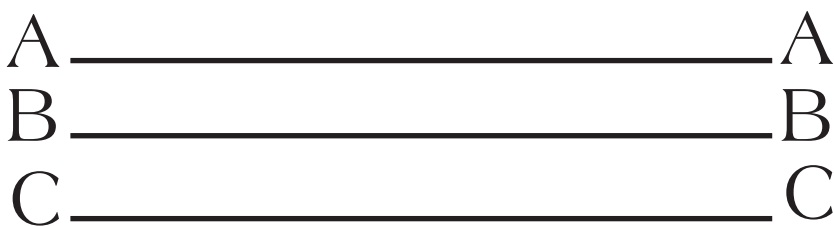
Het eerste seizoen penaltykicks

Artikel 10a

Het is die zondag 18 oktober 1891 kantje boord met artikel 10a.² De Nederlandschen Voetbal en Athletiekenbond (de voorganger van de huidige KNVB) vergadert in het chique American Hotel in Amsterdam. Het is een week voor de start van de competitie. Aan de orde is het zojuist verschenen Algemeen Reglement van de bond, met daarin ook de regels van het voetbalspel. Artikel 10a introduceert, naar Engels voorbeeld, iets ‘verschrikkelijks’: een vrije schop op twaalf passen van de goal, waarbij de bal in één schop het doel in mag. Het is de strafschop, hoewel deze in het Reglement nog niet zo wordt genoemd,³ net zo min als ‘penaltykick’ overigens. Artikel 10a luidt als volgt:

‘Heeft er, op minstens 12 pas afstand, loodrecht gemeten op de goal-lijn A A eenig *zwaar* vergrijp plaats tegen art 10, of wordt er opzettelijk “hands” gemaakt binnen die afstand, dan mag de tegenpartij den bal leggen op die denkbeeldige lijn B B (12 pas van A A) onverschillig waar, en al de spelers, behalve hij die den vrijen schop zal doen en de doelverdediger, laten het voorgelegen terrein vrij en begeven zich op 18 pas afstand van de goallijn. De bal mag dan in één schop door den goal, tellende dit als een goal.’

Er is zelfs een tekeningetje bij ter illustratie.



Figuur 1.1. Schets van de penaltykick bij Artikel 10a.

Lijn A-A geeft de achterlijn weer, waarbij de A's de hoeken van het veld zijn. Lijn B-B, op een afstand van twaalf passen van lijn A-A, is de lijn vanaf waar geschopt mag worden, zeg maar een strafschoplijn – het equivalent van de huidige strafschopstip. Alle andere spelers, dus iedereen behalve de keeper en de schutter, staan op lijn C-C, op achttien passen van lijn A-A.

Onder de aanwezigen op de vergadering bestaat grote onenigheid over het nut en de wenselijkheid van deze vrije schop. Er wordt zelfs een voorstel ingediend om heel artikel 10a te laten vervallen. De voorzitter, Pim Mulier,⁴ heeft al zijn overtuigingskracht nodig om de vergadering te overreden het Engelse voorbeeld te volgen. Uiteindelijk wordt met negen tegen zeven stemmen besloten artikel 10a te handhaven. De enige wijziging die wordt aangenomen, is een verandering van passen in yards.⁵ De penaltykick wordt vanaf twaalf yards of 10,96 meter genomen.



Figuur 1.2. De Haarlemse 'sportclub' de Damiaatjes, februari 1892. Pim Mulier, met snor, zit links van het midden.

De eerste strafschoot

Het is een fraaie samenloop van omstandigheden dat dezelfde Pim Mulier drie weken later de allereerste strafschoot op de Nederlandse velden neemt. Dat is op zondag 8 november 1891 in de wedstrijd tussen de Haagsche V.V. en Haarlemsche F.C. En de toon – althans voor het Nederlandse voetbal – is meteen gezet: Mulier mist het doel jammerlijk. De *Nederlandsche Sport* geeft een uitgebreide beschrijving van de gebeurtenis:

'[...] Hengel slaat eerst een goed shot, dat van den rechterkant wordt ingezonden, weg, en kort daarna is er een scrimmage vlak bij den goal. V.d. Bosch pakt den bal beet en de scheidsrechter, van oordeel dat hij het met opzet deed, stond een vrijen schop overeenkomstig art. 13a [sic] van het reglement toe (de zg. penalty kick). De bal werd op den vereischten afstand gelegd en al de spelers, uitgenomen de goalkeeper en degeen die den schop zou doen, plaatsten zich achter den bal. Het wekte wel eenige bevreemding dat Mulier, die niet juist de beste goaltrapper werd geacht, den schop deed. Tot groote verlichting van de toeschouwers snorde de bal over den grond een paar meter langs den linkerpaal.'

Twee weken later is er opnieuw een penaltykick. Nu krijgt het tweede elftal van de Haagse V.V. de kans tegen Rotterdamsche Cricket & Football Club Sparta. Ene W. Paramor weet deze tweede strafschoot niet te benutten. Ook de derde wordt gemist. De ongelukkige

is deze keer J.B. Kan, opnieuw van Sparta. De straf wordt toegekend na opzettelijk hands. Kan neemt de strafschop, maar ‘zendt den bal recht in Tromp’s handen en de kalme Haarlemsche goalkeeper heeft niet veel moeite om hem te stoppen en terug te schoppen’. Tromp van de Haarlemsche F.C. is daarmee de eerste Nederlandse doelman die een strafschop stopt. Tromp is echter in de vergetelheid geraakt. Dat geldt niet voor Mr. J.B. Kan, de schutter en latere minister van Binnenlandse Zaken en Landbouw. Ergens rond het begin van de jaren dertig van de twintigste eeuw schaatst hij samen met de vermaarde sportjournalist Joris van den Bergh rondjes op de baan van de Haagse IJclub. Kan vertelt dat hij de man was ‘die in ons land de eerste strafschop heeft genomen. En die was toen lastiger dan tegenwoordig, want toen moest hij van 13 meter worden genomen’.⁶ Zijn zoon Jan Kan Jr. bestrijdt het verhaal. Van den Bergh besluit het na te trekken. En hoewel Van den Bergh op een verslag stuit van een strafschop die eerder was genomen dan die door Kan,⁷ weet zijn bureaumedewerker deze strafschop jaren later niet terug te vinden. Het gevolg is dat J.B. Kan, ook nu nog (in bijvoorbeeld *Penalty! Het trauma van Oranje* van Henri van der Steen⁸), als de man die de eerste strafschop nam te boek staat. Onterecht!

Meer mis dan raak

Terug naar het eerste seizoen penaltykicks, zoals strafschoppen toen steevast werden genoemd. De jaarwisseling brengt geen verandering. Ook nummertje vier en vijf worden gemist. F. van den Bosch van de Haagsche V.V. schiet de bal naast het doel van het Amsterdamsche R.A.P. (Run, Amstel C.C. en Progress), terwijl J. Reisiger jr. van datzelfde R.A.P. tegen de Haarlemsche F.C. de bal over schiet. Pas in een van de laatste wedstrijden van het seizoen tussen Sparta en de Haarlemsche F.C. is het raak. Het is Kan die weet te scoren.

‘Reeds kort na het begin was er een heftige worsteling bij den Haarlemschen goal, de bal wordt erin gezonden en daar Tromp weg was, slaat Mulder den bal opzettelijk terug. Natuurlijk geeft de referee een penalty kick en meet de afstanden met groote zorgvuldigheid. Ademlooze stilte: aller oogen zijn gericht op Kan, die den schop zal doen. Een seconde later is er groote vreugde in de Rotterdamsche gelederen, want de bal is in een boog door den linkerhoek van den goal gezeild. Dit succes geeft den Rotterdamschen burgers moed, en ziet, nadat Timmermans en Lanschot elk vergeten hebben een fraaie kans te benutten, herhaalt zich dezelfde historie van zooeven. Mulder slaat weer den bal opzettelijk terug en Kan neemt penalty kick No. 2. Dezen keer was het nog meer een ‘demon shot’ dan de vorige maal: de bal vloog als een kogel door den goal, na de dwarslat in den linkerhoek te hebben geraakt.’

Dit is het leed en de heroïek van de strafschop. Kan en de H.F.C.-doelman Tromp stonden eerder dat seizoen al oog in oog. Tromp was die eerste keer de meerdere, maar nu kan hij alleen maar lijdzaam toezien. Kan schiet de bal tweemaal langs Tromp. Kan neemt niet de eerste in Nederland genomen strafschop, dat deed Pim Mulier, maar de eer van de eerste gescóorde strafschop komt hem wel toe.



Figuur 1.3. Het eerste officiële Nederlands elftal uit 1894, dat uitkwam tegen de Engelse club Felixstowe. Op de foto staan enkelen van de hoofdrolspelers uit 1891. Staand: links Van den Bosch (veroorzaker eerste penaltykick), derde van links Kampers (speler R.A.P., zie verderop), tweede van rechts Tromp (de eerste Nederlandse doelman die een strafschop stopte en door liet gaan) en rechts Schröder (aanvoerder R.A.P., zie verderop). Zittend: links Kan (de eerste Nederlandse voetballer die scoorde uit een strafschop).

Zeven schoten, twee doelpunten. De oogst van het eerste seizoen penaltykicks in Nederland is schamel. Kennelijk is de penaltykick niet echt een straf. Tegenwoordig is dat wel anders. Met een score van ongeveer acht uit tien zijn de schutters van nu opvallend succesvoller. En zelfs dat stemt ontevreden: we verwachten eigenlijk dat elke bal erin gaat. En als dat herhaaldelijk niet lukt, kan dat zelfs op een nationaal trauma uitlopen, zoals bij ons in Nederland of in Engeland. Elders, zoals in Duitsland, kijkt men ietwat verbaasd naar die nationale preoccupaties met strafschoppen. *Die Mannschaft* verloor dan ook maar één keer op strafschoppen. Uli Hoeneß mist in de finale op het EK in 1976 tegen Tsjechoslowakije. Duitsers schieten als robots, zo vinden ze ook zelf.⁹ Dan lopen de emoties in Nederland en Engeland een stuk hoger op. In Engeland steeg het aantal ziekenhuisopnamen vanwege een hartinfarct met bijna 25% nadat Engeland op het WK in 1998 de *shoot-out* tegen Argentinië verloor.¹⁰ David Batty, die in deze serie de beslissende laatste strafschop miste, had er nooit eerder eentje genomen of er zelfs maar op getraind. Frank Rijkaard hilde toen hij in de spelersbus de Amsterdam ArenA verliet na de zo desastreus verlopen halve finale tegen Italië tijdens het EK in 2000. De spelers hadden in de aanloop van het toernooi zelfs ‘getraind’ door elke oefensessie af te sluiten met het schieten van twee of drie strafschoppen. Het baatte niet. Het favoriete Nederlands elftal liet in die ene wedstrijd maar liefst vijf van de zes strafschoppen onbenut; alleen Kluivert scoort, na eerder in de reguliere speeltijd de paal geraakt te hebben. Dat zijn cijfers die doen terugdenken aan dat eerste Nederlandse seizoen penaltykicks in 1891-1892!

Een strafschop nemen is een specialiteit

Hoe gemakkelijk is het om een strafschop te verzilveren? Is het een kwestie van geluk, iets wat Cristiano Ronaldo¹¹ onlangs nog beweerde en door veel andere voetbalprominenten wordt onderschreven? Of is het zo dat 'strafschoppen nemen [...] een specialiteit [is], wie niet iedereen kent', zoals Johan Cruyff het verwoordde.¹² Kortom: waarom is het zo gemakkelijk een strafschop te missen?

Voor het seizoen 1891 weten we dat eigenlijk niet. De verslagen in de *Nederlandsche Sport* maken dat niet duidelijk, maar het is belangrijk te beseffen dat het hier gaat over de oertijd van het voetbal. De Voetbalbond is pas twee jaar eerder opgericht en een georganiseerde competitie bestaat nog maar kort. Er staan inmiddels algemeen erkende spelregels op papier, maar deze zijn nog voortdurend aan verandering onderhevig. De penaltykick is in het seizoen 1891-1892 niet het enige nieuwtje. Zo wordt ook de buitenspel- of offsideregels geïntroduceerd en er komt voor het eerst een scheidsrechter. Deze mag uit eigen beweging een beslissing nemen zonder dat een van beide aanvoerders daarom vraagt.

De eerste scheidsrechters hebben het moeilijk. De regels zijn weliswaar op schrift gesteld, maar de interpretaties van de regels, inclusief die voor een strafschop, lopen nogal uiteen. Wanneer moet een vergrijp bestraft worden met een strafschop? Dat blijkt niet eenvoudig. Halverwege het seizoen kent scheidsrechter Coops (die lid is van de thuisspelende Haagsche V.V.) een strafschop toe na een overtreding die op 30 meter van het doel is gemaakt. Dit leidt tot verontwaardigde ingezonden brieven in de *Nederlandsche Sport* en tot emotionele tafereelen op de vergaderingen van de Voetbalbond. De toekenning was natuurlijk in flagrante strijd met de spelregels. Coops vond echter dat hij het herhaaldelijk in de rug springen van de tegenstander op deze manier mocht bestraffen, zelfs wanneer dit buiten het strafschopgebied plaatsvond. De strafschop wordt gemist (dit was nummertje vier), maar de sfeer is verpest. Het Amsterdamsche R.A.P. speelt onder protest de wedstrijd uit, maar de Rappe-naars – met aanvoerder Schröder voorop – blijven de scheidsrechter en de H.V.V.'ers onheus bejegenen. In de eerstvolgende *Nederlandsche Sport* staat een ingezonden brief van R.A.P.-speler Kampers, die scheidsrechter Coops keihard van partijdigheid beschuldigt. Coops vraagt de bondsvergadering Schröder te schorsen voor de op het veld geuite hatelijkheden en Kampers voor het epistel in de krant. Coops legt ook uit. Hij geeft aan dat hij het springen als ruw spel beschouwde. Coops hoopte dat het met het toekennen van een penaltykick 'uit de mode zou gaan', maar had zich vergist, want de 'afstand was te groot'. Schröder, die zich op de bondsvergadering laat vervangen, ontloopt ternauwernood een schorsing. Zijn ploeggenoot Kampers kan niet geschorst worden omdat zijn beledigingen niet op het veld waren geuit. Wel keurt de bondsvergadering het gedrag van Kampers af. Kampers betuigt openlijk zijn spijt. Zo loopt de eerste 'strafschop-gate' voor iedereen met een sisser af.

Onduidelijkheden waren er ook over de belijning op het veld, of beter gezegd: het gebrek aan belijning. Neem dit fragment uit het verslag van de wedstrijd tussen Sparta en de Haagsche V.V.:

'Eens was dit zelfs zoo dicht bij den goal, dat de H.V.V. een penalty kick meende te kunnen vorderen. De heer Meijer was dit niet met hen eens en schatte den afstand op twintig pas. Toen hem evenwel kenbaar werd gemaakt, dat de beruchte afstand 12 yards en niet 12 pas moest wezen, werd het geval moeilijker. Gelukkig was de heer Schuld in het

bezit van een duimstok, en het bleek dat de afstand p.l.m. een half yard te groot was. Daar de referee het boos opzet erkende, werd een vrije schop toegestaan, die evenwel op niets uitliep.’

Op foto's van Engelse wedstrijden uit het begin van de twintigste eeuw zijn op 12 en 18 yards van de doellijn lijnen over de hele breedte van het veld te zien, maar het is niet aanmerkelijk dat er in 1891 al enige belijning op de Nederlandse voetbalvelden aanwezig was. Zo begint het voetbalseizoen nog met een touw tussen de palen en wordt pas tijdens het seizoen besloten een doellat verplicht te stellen; van een net is nog geen sprake. De mooie grasmatten die we nu kennen, bestonden niet. Het was allemaal nog primitief, 'meestal een weiland, niet te ver van de stad, waar 's winters toch geen koeien liepen, wat niet wegnam dat deze nuttige viervoeters toch hun substantiële souvenirs in kleurigen pracht achterlieten'.¹³ Er is ook duidelijk verwarring over passen en yards, en er wordt vast niet altijd een duimstok gebruikt om de afstand nauwkeurig te bepalen (vandaar misschien dat J.B. Kan in zijn herinnering aan de eerste strafschop het heeft over een afstand van 13 meter). Er werd gespeeld met een zware bruinlederen voetbal, die bij regen of een nat veld nog verder in gewicht toenam. Het verzilveren van een penaltykick was daardoor nog niet zo gemakkelijk. Maar het beeld dat vooral opdoemt, is dat het er allemaal nog een beetje knullig aan toegaat. Voetbal is maar weinig meer dan bezigheid van jongemannen uit de gegoede middenklasse. De meeste spelers (die tegelijk de bestuurders van hun club en de bond waren) waren nog geen 20 jaar, en mochten lang niet altijd meespelen van hun ouders. Een elftal dat bestond uit minder dan elf spelers was geen uitzondering. Alleen Pim Mulier was iets ouder, maar in 1891 was ook hij nog maar 26 jaar. J.B. Kan schrijft over Pim Mulier in die tijd:

‘Oud? Hij kan destijds ternauwernood 25 jaar zijn geweest. Maar zijn eerbiedwaardig uiterlijk gaf aan zijn captainschap reliëf. Hij had overwicht, gelijk geen andere aanvoerder bezat. Na den wedstrijd riep hij niet three cheers for ... neen hij verzamelde zijn mannen plechtig om zich, de petten, die toen ieder nog droeg, gingen omhoog en aldus werd het beleefdheidsbetoog aan de tegenpartij gebracht. [...] Maar hoe het ook zij, discipline wist Mulier te handhaven en de fairheid van zijn elftal was spreekwoordelijk. Het is voorgekomen, dat de scheidsrechter een doelpunt aan H.F.C. toekende, maar dat Mulier 't niet wilde aanvaarden ...’¹⁴

Het is speculeren, maar misschien was het wel daarom dat Pim Mulier die allereerste penaltykick nam, ondanks zijn wankel reputatie als schutter. Het is de eervolle taak van de aanvoerder om na een zwaar vergrijp de straf uit te voeren. Dat met een betere schutter de kans op voordeel groter is, is dan irrelevant. Voor de gedachte dat het nemen van een strafschop een vaardigheid, of een specialiteit zoals Cruijff dat later verwoordt, zou kunnen zijn, bestaat simpelweg geen voedingsbodem. Ook van een verwachting dat een strafschop een (bijna) zeker doelpunt is, blijkt niets. In zo'n situatie zal stress niet snel een negatieve uitwerking hebben, als er überhaupt al sprake is van extra spanning. En trainen? Dat gebeurde sowieso amper, dus dat er op het nemen van penaltykicks werd geoefend, is uiterst onwaarschijnlijk. En misschien zit daar, ondanks alle evidente verschillen, wel de overeenkomst met het heden. Ook nu wordt door horden trainers, (ex-)voetballers en velerlei deskundigen en commentatoren

onvoldoende onderkend dat het verzilveren van een strafschop, ook tijdens de *shoot-out*, eerder een vaardigheid is dan een kwestie van geluk. Tegelijkertijd is het ook zo dat niet iedereen deze mening is toegedaan, en het idee dat het nemen van een strafschop een vaardigheid is, lijkt aan overtuiging te winnen. Echter, de consequentie van dit idee, namelijk dat men een vaardigheid kan leren beheersen en dat het nemen van een strafschop dus trainbaar is (inclusief het omgaan met de stress), is zeker nog geen gemeengoed. Dit boek laat zien dat dit onterecht is.

Vaardigheid (skill) en vaardig worden (skill learning)

Vaardigheid

Het nemen van een strafschop is een vaardigheid, maar wat bedoelen we daar mee? Wat is een vaardigheid en, minstens zo belangrijk, hoe wordt een sporter vaardig? Het nemen of stoppen van een strafschop, het blokken van een smash in volleybal, het retourneren van een tennisservice, het inzetten van een schouderworp in het judo, het zijn allemaal bewegingsvaardigheden. Soms noemen we ze perceptueel-motorische vaardigheden, want voor een succesvolle uitvoering is het waarnemen (naar welke hoek schiet de schutter de bal?) net zo belangrijk als het bewegen (de duik naar de hoek). Maar wat is een vaardigheid? Een vaardigheid verwijst naar het vermogen, meestal aangeleerd, om met maximale zekerheid en met zo weinig mogelijk moeite een vooropgesteld doel te bereiken of probleem op te lossen.¹⁵ Dit is abstract, maar het komt erop neer dat een vaardigheid een zekere bekwaamheid uitdrukt in het uitvoeren van een handeling of het oplossen van een probleem.

Bewegingsvaardigheden worden onderverdeeld in gesloten en open vaardigheden. Bij gesloten vaardigheden gaat het om handelingen die een min of meer vaste volgorde van deelbewegingen kennen, een vast bewegingspatroon. Bij open vaardigheden daarentegen hangt de (volgorde van) deelbewegingen of het bewegingspatroon af van wat er zich in de omgeving afspeelt. Typische voorbeelden van gesloten vaardigheden zijn het gooien van een dartpijl, de tennisservice of een turnoefening. Het gaat bij gesloten vaardigheden vaak, maar niet noodzakelijk, om een weinig veranderende, goed voorspelbare omgeving. Ook het nemen van een strafschop is, mits de schutter vooraf een hoek kiest en de acties van de doelman volkomen negeert, een gesloten vaardigheid. Probeert de schutter de bal echter in de vrije hoek te schieten, dus naar de kant die de doelman openlaat, dan moet de schutter zijn bewegingen afstemmen op de handelingen van de doelman en gaat het veel meer om een open vaardigheid.¹⁶ Het stoppen van een strafschop is natuurlijk bij uitstek een open vaardigheid, als de doelman tenminste niet simpelweg gokt. Andere voorbeelden van open vaardigheden zijn het vangen van een *fly ball* of boogbal in honkbal of het ontwijken van een tackle in rugby.

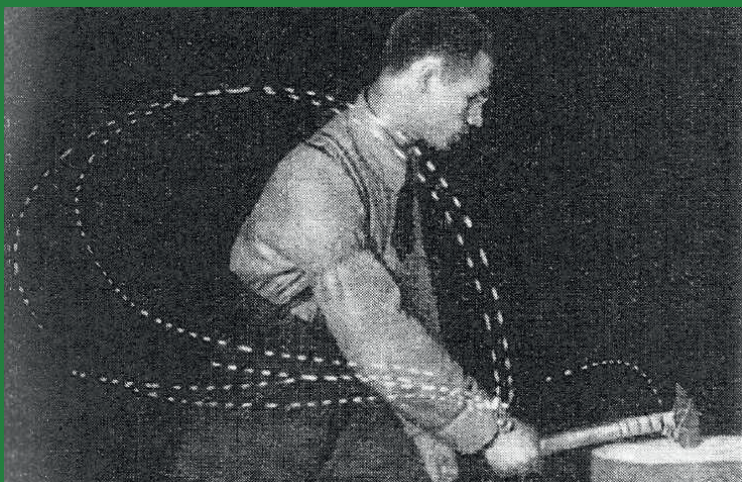
Vaardig worden

Bij al deze vaardigheden wordt een zekere bekwaamheid verondersteld. Die bekwaamheid is niet aangeboren, integendeel: het opdoen van ervaring, oefenen, is hierbij cruciaal. Hoe wordt een sporter vaardig? Grofweg zijn hierover twee

verschillende zienswijzen: een sporter moet oefenen om een ideaaltypisch bewegingspatroon te optimaliseren of hij moet oefenen om te leren een bewegingsprobleem, dat altijd weer anders is, op te lossen. Dit lijkt een beetje samen te vallen met het onderscheid tussen gesloten en open vaardigheden, maar dat hoeft niet per se.

Uchi komi, een veelgebruikte oefenvorm in het judo waarbij een worp herhaaldelijk wordt ingezet zonder de tegenstander te werpen, is een goed voorbeeld van het zoeken naar een optimaal bewegingspatroon. Het is een bijna monotone oefenvorm, waarbij de judoka leert om voet-, arm- en rompbewegingen nauwgezet en in vaste volgorde uit te voeren. Tientallen, liefst honderden keren per training. De herhaling heeft als doel het bewegingspatroon als het ware in te slijpen, zodat de worp zonder nadenken uitgevoerd kan worden. Ook het optimaliseren van de nauwkeurigheid van het gooien van een dartpijl, een vrije worp in basketbal en misschien het nemen van een strafschoep (als deze al wordt getraind) wordt vaak met dit type repeterende oefenvormen getraind. De gedachte achter deze oefenvormen is, dat de basis van elke handeling een neurale netwerk is dat functioneert als een motorisch programma, een soort computerprogramma met een blauwdruk of sjabloon van de beweging dat voorschrijft hoe de beweging in tijd en ruimte verloopt.¹⁷ Door het steeds opnieuw herhalen van de handeling, samen met feedback over het succes van de uitvoering of de bewegingsvorm, wordt het motorische programma geavanceerder. Zo ontstaat langzamerhand een gedetailleerde blauwdruk van het optimale bewegingspatroon. Voor gesloten vaardigheden, met een min of meer vaste volgorde van deelbewegingen, zou zo'n blauwdruk inderdaad kunnen voldoen. Bij open vaardigheden daarentegen moet het bewegingspatroon voortdurend worden aangepast aan een veranderende omgeving. Dat vraagt om een stuk improvisatie. Het formeren van een gedetailleerde blauwdruk voor een optimaal bewegingspatroon is dan niet heel zinvol.¹⁸ Sterker nog: Nikolai Bernstein, een van de grondleggers van de moderne bewegingswetenschappen, liet al in 1922 zien dat zelfs bij typische gesloten vaardigheden als het hameren door een zeer vakkundige ambachtsman geen beweging hetzelfde is.¹⁹ Filmopnamen laten weliswaar zien dat de hamerbewegingen ongeveer dezelfde vorm hebben, maar tegelijkertijd dat ze niet identiek zijn. Een bedreven ambachtsman of sporter bereikt, met een op het oog onzichtbare aanpassing in de beweging, steeds opnieuw het beoogde resultaat van de handeling. Dit gaat automatisch, zonder bewuste sturing. Een gedetailleerde blauwdruk van een optimaal bewegingspatroon is dan niet zinvol, want *het* optimale bewegingspatroon bestaat niet. De handeling is telkens weer anders.

Vanuit deze zienswijze is vaardig worden niet het leren van een optimaal bewegingspatroon, maar het leren oplossen van een bewegingsprobleem. Vaardig worden is het leren de bewegingen te organiseren naar de steeds weer veranderende omstandigheden – niet alleen de veranderingen in de omgeving, maar ook die van de (gemoeds-) toestand van de persoon zelf, zodat het vooropgestelde doel bereikt wordt. In plaats van het voortdurend herhalen van dezelfde oefening, zoals bij de *uchi komi*, is het



Figuur 1.4. Een zogenoemd cyclogram van het slaan met een hamer.

variëren van een oefening dan een geschiktere trainingsmethode. Het idee is dat een sporter dan meermalen geconfronteerd wordt met een nieuw bewegingsprobleem en zo vaardig wordt in het oplossen daarvan, zonder dat hij er uitdrukkelijk bij hoeft na te denken. Variatie in de oefening is dan de sleutel. Een judoka kan een worp oefenen op verschillende uitvoersnelheden, met tegenstanders die verschillen in lengte of gewicht, of met een tegenstander die steeds een andere mate van weerstand biedt. Ook kan hij verschillende worpen door elkaar oefenen en zelfs op het oog onlogische variaties (zoals het inzetten met één arm of op één been, of vanuit instabiele uitgangsposities) in de oefeningen aanbrengen.²⁰

De penalty

Het nemen van een strafschop is een vaardigheid, een specialiteit. Dat betekent dat het nemen van een strafschop een zekere bekwaamheid vergt, die verder reikt dan het zomaar hard of nauwkeurig op doel schieten. De doelman moet immers ook worden gepasseerd. Het nemen van een strafschop vraagt van de schutter daarom ook strategisch kijkgedrag en het op tijd nemen van een beslissing over de hoek waarin geschoten wordt. Vaak is er spanning en vermoeidheid, maar de kwaliteit van het schot mag er niet door worden beïnvloed. Dit alles komt niet vanzelf: een specialiteit is niet aangeboren. Alleen door oefenen kan een voetballer zich bekwamen in het nemen van de strafschop, alleen dan wordt het een vaardigheid. Daarin lijkt een deel van de huidige profvoetballers nog steeds op Mulier en zijn makkers in de begintijd van het Nederlandse voetbal: het nemen van een strafschop wordt nog steeds te veel beschouwd als het simpelweg knallen van een bal op doel.