

That's Cricket (2)

Dit artikel beschrijft een nieuwe manier om cricket in het onderwijs aan te kunnen bieden en is een vervolg op het eerste artikel in LO 8. Waar cricket wereldwijd een gigant in de sport is, is in Nederland juist het tegenovergestelde het geval. Ook in het bewegingsonderwijs in Nederland komt cricket niet of nauwelijks voor. Terwijl veel cricketspelvormen juist uitermate geschikt zijn.

Door: Michiel Heitink en Alexander van der Wiele

Deel 2: de praktijk

Een lesvoorstel

In het artikel van vorige week is er inzicht gegeven in cricket en de opzet van het door ons gerealiseerde project. In dit tweede artikel geven we een voorbeeld van een battingoefening (slaan) en een eindvorm. De les laat twee verschillende elementen (batten en fielden) van het spel aan bod komen. Aan de hand van activiteiten worden verschillende vaardigheden zoals gooien, vangen en slaan op een leuke en speelse manier geoefend.

Overzicht van activiteiten

Tijdens de les kan een groot aantal verschillende activiteiten worden aangeboden met aan het einde van de les een afsluitende activiteit. Wanneer dit niet binnen de tijd van de les past is er natuurlijk altijd de mogelijkheid om de lesindeling naar eigen invulling aan te passen.

De onderstaande activiteiten worden in het volgende deel uitgewerkt, dit zijn mogelijke activiteiten die kunnen worden gespeeld. In de beschikbare reader zijn meerdere activiteiten opgenomen.

Batten: 'driven' van een pion, aangooien en batten.

Eindvorm: 'continuous cricket'.

Alle activiteiten zijn makkelijk realiseerbaar met één of meerdere Kwik-cricket sets. Deze plasticen set is veilig en bevat bats, wickets en zachte ballen. Meer informatie over deze



FOTO'S: MICHEL HEITINK

How to bat

set is te vinden op de site van de KNCB (www.kncb.nl).

Batten

De 'drive' is de belangrijkste slag in cricket. De slag heeft veel weg van een golfslag, echter kent de cricketversie een moment van uitstappen (in de lijn waar de bal stuitert) terwijl de golfslag statisch is. Hierdoor kent dit onderdeel twee soorten

activiteiten. De één, 'driven' van een pion. De ander, aangooien en slaan. De manier van slaan is voor veel kinderen in het begin erg wennen. De opbouw in de twee activiteiten verhelpt dit probleem. Het 'driven' van de pion is hierbij de opbouw naar de aangegooide bal. Er kunnen bijvoorbeeld eerst een aantal ballen van de pion worden geslagen voor de bal van voren wordt aangegooid. >>

Contact:

David.woutersen@kncb.nl of 030-7513789

'Driven' van een pion

Arrangement:

- in het veld staan een batsman en minimaal twee fielders
- de fielders staan ongeveer tien meter van de batsman in het veld
- een kleine pion, hier ligt de bal op
- de batsman gaat licht gespreid achter de bal staan (heupbreedte), met de pion in de baan van de slagbeweging.

Opdracht:

- 1 stap met je voorste voet uit zodat deze naast de pion komt te staan. Probeer de bal in één beweging van de pion in het veld te slaan
- 2 probeer de geslagen bal zo snel mogelijk te pakken en deze terug te rollen naar de batsman.

Regels:

- het spel begint op aangeven van de batsman
- de batsman heeft drie slagbeurten, daarna wordt er gewisseld van taken
- rol de bal over de grond terug naar de batsman.

Aanpassen

De batsman vindt het moeilijk om de bal te raken:

- de batsman kan al in slaghouding gaan staan.

De batsman raakt de bal elke slag goed:

- de batsman kan gericht gaan slaan.

Bijvoorbeeld mikken op een pion.

Deze oefening kan al snel vervolgd worden door een andere slagactiviteit.

Wat moet je weten

Op het plaatje wordt de slag links aangegeven, sla je rechts dan sta je andersom.

Aangooien en batten

Arrangement:

- één wicket, ongeveer één meter voor het wicket staat de batsman
- ongeveer één meter achter het wicket staat de wicketkeeper
- met vier pionnen is een vierkant voor het wicket aangegeven
- tien meter voor het wicket is de werpplaats aangegeven met een pion
- vier - zes spelers staan om de slagsituatie opgesteld om de bal af te vangen.

Opdracht

Feeder: probeer de bal tegen het wicket te gooien en tussen de eerste twee pionnen te laten stuiten. De aangooi start vanaf boven het hoofd. Houd de bal met gestrekte arm boven het hoofd, stap uit een probeer de bal richting het wicket te gooien.

Batsman: probeer de aangegooide bal weg te slaan, denk aan de aangeleerde techniek.

Fielders: probeer de geslagen bal te vangen en deze zo snel mogelijk terug naar de feeder te werpen.

Regels:

- het spel kan beginnen als de batsman aangegeven heeft klaar te staan
- de feeder start het spel door de bal aan te gooien
- zorg dat de bal weer terug bij de feeder komt
- als de batsman de bal drie keer raak heeft geslagen, wordt er gewisseld van taken.

Aanpassen

Gebruik het vierkant als richtpunt voor batter en feeder. De eerste twee pionnen dienen als markeerpunt voor de batsman, de andere

twee pionnen als richtpunt voor de feeder. De batsman slaat de bal vaak goed weg:

- batsman gericht laten slaan, doelen aangeven waarin gemikt moet worden.

Voor de minder vaardige spelers zal het veranderen van de activiteit vooral te maken hebben met het aangooien van de bal. Een langzamer aangegooide bal zal makkelijker te slaan zijn dan een snelle bal. Het is belangrijk dat de batter naar de bal blijft kijken.

Wat moet je weten

Batten bij cricket is een complexe vaardigheid. De bal kan en mag in alle richtingen weggeslagen worden. Niet alleen tactisch wordt het hierdoor een deel van het spel waar veel vanaf kan hangen, ook technisch wordt het hierdoor ingewikkelder. Om het batten op een goede manier toe te kunnen passen in het spel, zal de bal eerst gewoon geraakt moeten kunnen worden. Wanneer dit goed lukt, kan er gekeken worden naar andere mogelijkheden. Een goede speler kan gericht proberen te gaan slaan. Nu wordt het uitstappen belangrijker. Het aangooien bij deze activiteit speelt een belangrijke rol. De officiële manier van aangooien zal voor de meeste leerlingen een



Overgooien en batten

te complexe activiteit zijn om in één les aan te leren. Wij raden daarom aan de bal op een eenvoudigere manier in het spel te brengen (zie uitleg, feeder).

Continuous cricket (eindvorm)

Arrangement:

- veld ter grootte van ongeveer een kwart voetbalveld
- in het midden staan twee wickets, ongeveer tien meter van elkaar opgesteld
- aan beide zijden van één van de wickets zijn twee pionnen geplaatst
- dit spel wordt gespeeld door minimaal zes en maximaal tien spelers
- wicketkeeper wordt batsman, en deze wordt fielder.

Opdracht

Batsman: probeer de aangegooide bal in het veld te slaan. Probeer na het raken van de bal tussen het wicket en de pion heen en weer te rennen.

Fielders: probeer de geslagen bal zo snel mogelijk te vangen of te pakken en naar de bowler terug te gooien.

Bowler: probeer de bal in het wicket te gooien. Gooi de bal onderhands met een stuit voor het wicket.

Regels:

- het spel begint wanneer de batsman aangegeven heeft klaar te staan, de bowler gooit de bal aan
- wanneer een geslagen bal gevangen wordt is de batsman uit
- de fielders proberen de bal zo snel mogelijk naar de bowler te gooien, de bowler mag de bal meteen richting het wicket werpen
- wordt het wicket geraakt dan is de batsman uit en dat betekent één punt voor de fielders
- de batsman scoort een run(punt) wanneer hij tussen het wicket en de pion heen en weer is gerend zonder dat de bal al geworpen is
- de batsman is uit zodra de bal in het wicket wordt gegooid door de bowler of de weggeslagen bal wordt gevangen door de veldpartij
- als alle batsmen een keer geslagen hebben wordt er gewisseld van taken
- de punten worden gedurende de wedstrijd bijgehouden.



Continuous cricket

Aanpassen:

Het wicket wordt weinig geraakt:

- het wicket kan verbreed worden.

Er worden weinig runs gescoord door de batsman:

- de afstand tussen de pion en wicket verkleinen.

Het aangooien lukt niet goed:

- aangooien door docent
- aangooiplaat maken voor het wicket, om plek van de stuit te markeren
- aangooi zonder stuit.

Continuous cricket kan individueel of in twee teams gespeeld worden.

Spel bevorderen

Continuous cricket is een spel dat veel weg heeft van het echte cricket. De belangrijkste elementen komen er in voor. Het is dus een mooi spel om de dag mee af te sluiten. Het is wel belangrijk dat een aantal elementen in het spel goed worden uitgevoerd. Het aangooien speelt bijvoorbeeld een belangrijke rol. Wanneer dit niet goed gebeurt is het lastig om het spel op een leuke manier te spelen. Kies er daarom voor om deze taak door iemand te laten vervullen die bal goed

kan gooien. Wanneer ook dit niet voldoende is kan ervoor gekozen worden de docent deze taak te laten uitvoeren.

De verdeling van de fielders in het veld is belangrijk. Tijdens cricket kan de bal in verschillende richtingen geslagen worden. De bal zal veelal recht het veld worden ingeslagen. Natuurlijk is het goed om rekening te houden met andere richtingen.

Tot slot

Deze twee vormen zijn slechts het topje van de ijsberg van wat cricket aan het bewegingsonderwijs kan bieden. Bij de KNCB is een module op te vragen, zijn geschikte materialen te bestellen en is er (ook buiten de module) erg veel materiaal waarmee kinderen van verschillende leeftijden aan de slag kunnen met cricket!

De reader is gratis te verkrijgen bij de Koninklijke Nederlandse Cricket Bond. Mocht je aan de hand hiervan nog meer informatie wensen of wil je een clinic van de Koninklijke Nederlandse Cricket Bond dan kun je altijd contact opnemen met David Woutersen. ◀