Tik- en afgooispelen

in het voortgezet en primair onderwijs (1)

Kleine partijtjes: leuk, leerzaam en hard werken

Op iedere school voor VO en PO worden in de LO-les tik- en afgooispelen gedaan. Leerlingen zijn vaak enthousiast en (daardoor?) LO-docenten ook. Er is een goede sfeer en veel beleving. Maar wordt er ook veel geleerd en doet iedereen mee? In een serie komt een aantal tik- en afgooispelen aan bod die leuk zijn om te spelen, waar geleerd wordt met een verwijzing naar/ voorbereiding op wedstrijdsport, en waar zeer intensief wordt gewerkt.

Door: Maarten Massink



MAARTEN MASSINK

Insluitertje

Wanneer is een les een goede les? We kunnen uitgebreid observeren en evalueren en formulieren in laten vullen door leerlingen. Op een studiedag vertelde Jos van Zuylen dat het eigenlijk heel simpel is. Je moet na de les de leerlingen drie vragen stellen.

- Was het leuk?
- Wat heb je geleerd?
- Heb je hard gewerkt?

Als je op deze drie vragen volmondig en veel 'ja' krijgt dan was het een goede les. Natuurlijk kan het accent per les verschillen. Maar over alle lessen heen moeten deze drie aspecten door leerlingen in een balans beleefd worden. Maar hoe nu dit te evalueren? Gewoon vragen met handopsteken!
Dit geldt zeker voor tik- en afgooispelen. Het risico hiervan is dat het soms blijft hangen in wel leuk, maar wat leren ze ervan? Kunnen ze ook beter worden? Staan tik- en afgooispelen op zichzelf of verwijzen ze naar overeenkomstige spelprincipes in sportspelen. Zijn er wendbare leerresultaten? Kunnen ze er ook wat van leren?
En doet iedereen wel mee? Of zijn er bij klassikaal trefballen een paar leerlingen actief en is de rest 'slachtvee' in een afwachtpositie? Wordt iedereen uitgedaagd en heeft iedereen kansen om voldoende mee te doen?
In een reeks worden bekende en minder bekende tik- en afgooispelen beschreven. Het gaat om spelen in kleine partijvormen die leuk zijn, leerzaam en zeer intensief.



Eén is genoeg

Bij dit spel kunnen leerlingen door intensieve samenwerking leren als klein team (tweetal) aan te vallen en te scoren.

Arrangement
Met pilonnen twee eindlijnen aangeven van circa zes meter breed, op tien meter afstand van elkaar. Twee tweetallen per situatie. Eén tweetal is loper, het andere tweetal levert een tikker.

Opdracht
De lopers staan op een eindlijn en proberen de andere eindlijn te halen. Eén van de tikkers staat in het midden, de andere is wachter. De lopers proberen door samenwerken de overkant te halen. Als één van de lopers de overkant kan halen zonder getikt te worden hebben de lopers gewonnen. De lopers mogen niet over de zijlijn lopen, dan zijn ze uit. Je mag wel terug naar de achterlijn. Als de tikker één van de lopers tikt, hebben de tikkers gewonnen en wordt er gewisseld. Tikkers worden lopers, lopers worden tikkers. Als de lopers gewonnen hebben wisselt de tikker met zijn partner (wachter) die tikker wordt. Zodra de lopers drie keer gewonnen hebben wordt er ook van functie gewisseld.

Aanwijzingen
Het gaat hier om samenwerking van de lopers. Door de aandacht van een loper te trekken, kan de andere loper proberen de overkant te halen. Maak schijnacties als loper maar zeker ook als tikker. Dit dreigen met aanvallen waardoor een ander kan scoren is een bekend principe binnen sportspelen. Denk aan insluiten bij softbal, schijnaanvallen bij volleybal en handbal.

Aanpassingen
Leerlingen kunnen de situatie eenvoudig aanpassen door met de pilonnen te gaan schuiven. De eindlijn breder maken betekent makkelijker maken voor de lopers en moeilijker voor de tikkers. Het veld aanpassen is een belangrijk aspect binnen 'Bewegen en regelen'. Het is goed dat leerlingen het veld leren aanpassen aan hun mogelijkheden en nadenken over hoe dit te doen.

Toernooivorm
Na verloop van tijd gaan we wisselen van tegenstander door het move up-move down systeem toe te passen; winnaars schuiven een veldje naar links, verliezers een veldje naar rechts en je komt een nieuwe tegenstander tegen. Als je blijft winnen kom je op het meest linkse veldje. Dit is het 'Koningsveldje'.

Eén is genoeg kan in de zaal gespeeld worden, maar zeker (beter) ook op het veld omdat daar meer te 'spelen' is met de ruimte (veld aanpassen).

Uitbreiding
Een aardige uitbreiding is de *rugbyvariant.* Deze kan eigenlijk alleen maar op het veld gespeeld worden. Er is meer ruimte nodig, zeker voor de tacklevariant.
De lopers moeten samen een bal naar de overkant brengen. Ze mogen de bal overgooien, maar alleen maar door naar achteren te passen. De tikker moet proberen de balbezitter te tikken. Als dit lukt wordt er gewisseld. Dit is een moeilijk spel voor de lopers. Het kan moeilijker gemaakt worden voor de tikkers door de eindlijn weer te verbreden. Maar het kan ook door de wijze van tikken moeilijker te maken. Van makkelijk naar moeilijk:

- de bal tikken
- de balbezitter tikken met een hand
- de balbezitter tikken met twee handen op de schouders of armen
- lintje afpakken van balbezitter die twee lintjes als 'flag' in zijn broekband draagt
- balbezitter afstoppen met rugbytackle; twee armen om de romp tussen heup en schouders.

Uiteindelijk kun je overgaan naar twee tikkers en wordt het twee tegen twee met oversteek en rugbytackle als voorbereiding op rugby.

Lijn-/trefbal

Lijnbal en trefbal in twee vakken zijn bekende spelen en worden vaak klassikaal gespeeld. In klein verband en in combinatie van lijnbal en trefbal kan dit een hele intensieve spelvorm worden waarin het evenwicht tussen aanvallen en verdedigen heel dynamisch wordt. Door gebruik van eenvoudige ››

technieken (gooien en vangen) is het voor iedereen toegankelijk.

Arrangement trefbal twee tegen twee
Een klein veldje van (drie)vier meter bij tien meter (breedte gymzaal). Het veld is in twee helften en twee vakken verdeeld. In ieder vak staat een speler van een team. Achter het vak staat een speler van het andere team (eindvakspeler).

Opdracht
Probeer met een (foam)bal de speler van het andere team in zijn vak af te gooien. Je mag samenspelen met de speler in het eindvak. Door snel overgooien en schijnbewegingen te maken kun je de af te gooien speler laten lopen. Deze mag de bal proberen te vangen of te onderscheppen en dan probeert hij de vakspeler van het andere team af te gooien en mag daarbij samenwerken met zijn eindvakspeler. Als een vakspeler is afgegooid wisselt hij met zijn eindvakspeler van functie. Alleen de vakspeler kan afgegooid worden. De eindvakspeler mag wel afgooien maar kan niet afgegooid worden.

Aanwijzingen
Hier is de samenwerking gericht op het snel overspelen van de balbezitters. Maak schijnacties waardoor de speler opgejaagd wordt.

Aanpassingen
Als er genoeg ruimte is (sporthal of veld) kan je de lopers helpen door het veldje groter te maken door pilonnen te verplaatsen. Het afgooien wordt dan moeilijker.

Toernooi
Ook hier kun je met 'move up en move down' het wedstrijdelement accentueren.

Arrangement lijnbal en lijntrefbal vier tegen vier
Over de lengte van de gymzaal wordt een toversnoer gespannen in het midden. Er worden drie gelijke velden gemaakt van zes bij tien meter waarop vier tegen vier wordt gespeeld.

Opdracht
Speel eerst *lijnbal*; vier tegen vier waarbij je kunt scoren door de (foam)bal over de lijn op de grond te gooien. Als er geen vangfouten meer worden gemaakt kun je het spel moeilijker maken door het te combineren met afgooien. *Lijntrefbal*: onder de lijn door kun je een tegenstander afgooien. Als je af bent ga je zitten op de bank. Over de lijn op de grond gooien bij de tegenstander betekent dat een speler van jouw partij die afgegooid was en op de bank zat, terugkomt. Wie maakt het eerst het vak leeg aan de andere kant?

Aanwijzingen
Maak gebruik van schijnacties. Door dreigen met de bal jaag je de tegenstander achterin waardoor je met een 'dropbal' over de lijn kunt scoren. Als verdediger sta je scherp zodat je een bal kunt ontwijken maar ook snel naar voren kunt komen om een dropbal van de grond te houden.

Aanpassingen
Als je dit gaat spelen met grotere aantallen en op een groter veld dan kun je twee ballen inbrengen en samenwerken door te dreigen met de ene bal en proberen met de andere een gerichte dropbal te plaatsen. Ook hier kun je het move up en move down gebruiken als toernooivorm.
Dit spel appelleert aan het scherp blijven bij terugslagspelen en het positiekiezen bij het snel overgaan van verdediging naar aanval. Hierbij zie je sterk het dilemma tussen kiezen voor niet afgegooid worden (achterin staan) of kiezen voor het voorkomen van 'dropballen' (meer voorin staan).

Insluitertje

In dit spel wordt de spanning beleefd van een loper insluiten die een vrijplaats moet zien te halen. Dit verwijst naar de insluitactie met een softbalspel.

Arrangement
Twee matten (honken) liggen op een afstand van twaalf meter. Bij iedere mat staat een jager. Daartussen in het midden staat een loper. Op drie meter afstand van de loper staat een jager met (foam)bal. De loper geeft een startteken en probeert een honk te halen.

Opdracht
De loper moet een mat (honk) proberen te halen. De jagers moeten de loper met de bal uittikken. De loper mag alleen tussen de matten lopen en niet meer dan een meter uitwijken.
Wordt de loper uitgetikt dan hebben de jagers een punt. Als de loper de mat haalt heeft de loper een punt. Na drie loopbeurten wordt er gewisseld. Iedere speler komt een keer aan de beurt als loper. De loopweg is voor de loper en moet vrijgelaten worden door de jagers. Dat betekent niet op of voor het honk de loper tegenhouden.

Aanwijzingen
Gooi de bal over naar elkaar buiten de looplijn. Blijf als loper altijd de bal volgen, ook als je plotseling omkeert. Laat de balweg en de loopweg elkaar niet kruisen. Probeer met schijnacties de tegenstander uit te lokken en te misleiden, als loper en als jager.
Een belangrijk tactisch principe is het opjagen van de loper door het overnemen van de honken. De eerste jager loopt achter de loper aan die een honk kiest. Als de jager de bal gooit en de loper omkeert neemt de eerste jager het honk over van de tweede jager die achter de loper aanrent. Als de tweede jager de bal naar de jager gooit bij het andere honk neemt de tweede jager dit honk over en loopt de derde jager achter de loper aan die net is omgekeerd. Enzovoort. Zo is altijd een honk bezet door een jager en wordt de loper steeds achtervolgd door een jager. Leerlingen kunnen dit zelf ontdekken. Of je kunt het aanreiken door ze eerst op deze wijze te laten 'rijtje lopen' (overgooien in drietallen of viertallen en achter je eigen bal aanlopen), en daarna de loper invoeren.
Leerlingen kunnen deze vorm ook oefenend spelen waarbij de loper zich dienstbaar opstelt door het insluiten eerst te later lukken met rustig lopen. Daarna moeilijker maken door de loopacties te versnellen en niet meer in te houden. De jagers meer onder druk zetten als hun gooi- en vangvaardigheid toeneemt (voor filmbeelden: zie *kvloweb.nl*).

Aanpassingen
Je kunt het moeilijker maken voor de jagers door een tennisbal te nemen. Het wordt nog moeilijker met een softbal en softbalhandschoenen en tikken met de bal in de handschoen. Verder kun je het moeilijker maken voor de lopers door de honkafstand te vergroten naar vijftien of achttien meter.
Hiermee zijn drie voorbeelden gegeven van tik- en afgooispelen die tikspelen iets meer meegeven dan alleen maar leuk. Ze zijn bovendien verwijzend naar spelprincipes die in doelspelen, terugslagspelen en slag- en loopspelen aan bod komen. Ze zijn niet alleen leerzaam, maar ook zeer intensief door de kleine aantallen. Intensief qua leren en qua activiteit.

Wordt vervolgd ‹‹