



Softbal, keuzes en kansen! (2)

In het eerste artikel ben ik voornamelijk ingegaan op de mogelijke keuzes en een aantal uitgangspunten van het 'inblijven en uitmaken'. In dit artikel wil ik een paar spelvormen naar voren brengen. Door: Michel Aussems

Methodisch/didactische keuzes

Of je meer een voorstander bent van een deel (oefen-leer) methode of een totaal (speel-leer) methode en alles wat daar tussen in zit, de door ons aangeboden 'oefen' en spelvormen zijn binnen alle werkvormen te hanteren. Zelf ben ik door het nogal zwaarwegende technische aspect van het honk/softbalspel en het veiligheidsaspect een voorstander van een combinatie van regelmatig probleemgericht oefenen en daarbij passende wedstrijd- en/of spelvormen.

Bijvoorbeeld het gooien en vangen verbeteren door simpele stimulerende opdrachten als:

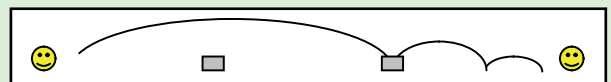
'na 10 vangballen mag je een stapje verder uit elkaar', of wedstrijdvormen als: 'wie/welke groep kan de meeste keren overgooien in een bepaalde tijd', of spelen zoals, 'over de lijn', 'koop een koe', 'boompje verwisselen', enzovoort.

Gooien en vangen

Gooien en vangen in tweetallen wordt onder het mom van 'ingooien' vaak

gedaan in de inleiding van de les. Men moet er echter rekening mee houden dat gooien en vangen zich onafhankelijk van elkaar ontwikkelen waarbij de ontwikkeling van het (hard in tegenstelling tot goed) gooien meestal ver vooruitloopt op het vangen. Bij jonge kinderen (primair onderwijs) kiezen we dan meestal ook voor het individueel gooien/vangen of het 'overgooien' via een oppervlak (muur en/of grond). Je kunt echter door spel- en wedstrijdvormpjes sturing geven aan deze ontwikkeling, ook als je per definitie niet voor oefenen op zich bent. Beschouw het gooien dan als 'mikken' en het vangen als een 'jongleren' en ontwerp vandaar uit aparte of samengestelde leersituaties.

Voorbeeld 'petje gooien'



Door 'Shuffle throw' proberen elkaars doel te raken. De doelen (honken/pillonen/petje) liggen op een derde van de onderlinge afstand. Hierdoor leert de gooiende leerling met een betere techniek (richting, balans, ritme en tempo) gooien, ongehinderd door de nog beperkte vangkwaliteiten van de ontvangende leerling, die al spelend meer vertrouwen krijgt, omdat de stuit(en) de snelheid eruit haalt. Overigens komen vooral in het begin er meer stuitende

Mikken

FOTO: ANITA RIEMERSMA

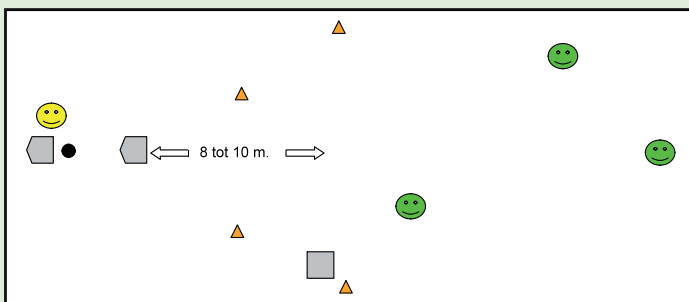


geslagen dan wel gegooide ballen voor tijdens het spelen dan ballen in vlucht.

Spelvormen

De gebruikte spelvormen zijn bij velen reeds bekend gezien eerdere publicaties. Echter soms kom ik 'onechte' spelregels of naar mijn mening verkeerde lesaccenten tegen. Uitgangspunt dient te zijn dat de indringende partij afgetikt kan worden als hij het speelveld inkomt, maar hij mag gebruikmaken van toegevoegde vrijplaatsen. Honk- en softbal zijn ons inziens niets anders dan gecultiveerde overloopspelen. Pas als er actief veldspel ontstaat (dus niet bij het gewoon maar teruggooien van de bal naar de achtervanger of werper) kan mij inziens in een latere fase het zgn. 'branden' op de honken (oftewel het tikken van de vrijplaats) worden toegevoegd.

Basisspel 1: 'Cricket-softbal' of 'Single B' (1 - 3 of 3 - 3)



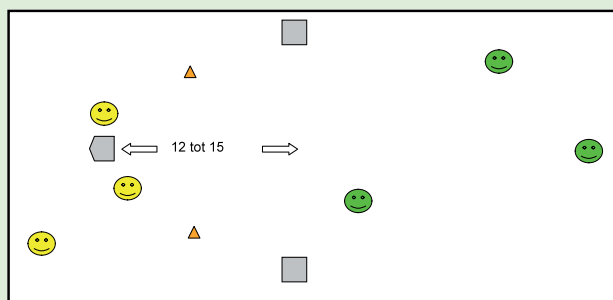
Doel: punten maken door op een goede slag heen en weer te lopen tussen honk en thuishonk. Elke geraakte vrijplaats is een punt. **Afspraken:** de bal moet tussen de pillonen en voorbij de tiplijn (vanwege veilige afstand) geslagen worden. **Veldspelers:** bevinden zich achter de pillonen.

De veldpartij probeert het scoren te beletten door de honkloper zo snel mogelijk met de bal (evt. in de handschoen) te tikken. Er wordt gewisseld na een vast aantal slagbeurten, bij 1 - 3 bijvoorbeeld drie keer, en bij 3 - 3 bijvoorbeeld allen één keer.

Enkele mogelijke variaties:

- heen en weer is een punt
- 'alles of niets', op moment van tikken moet je in contact zijn met een honk
- wat te doen bij een vangbal (situatief invoeren).

Basisspel 2: '3-Honken-Tossbal' of 'Double B'



Doel: punten maken door het thuishonk te bereiken op een goede slag van je zelf of een daaropvolgende teamgenoot.

Afspraken: de bal moet tussen en voorbij de pillonen (honken) geslagen worden.

Veldspelers: bevinden zich achter de honken voor de slag (vanwege veilige afstand).

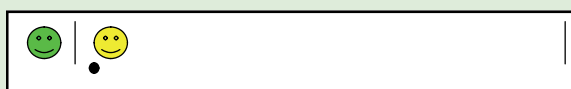
De veldpartij probeert het scoren te beletten door de honkloper zo snel mogelijk met de bal (lieft in de handschoen) te tikken. Wisselen nadat ieder één slagbeurt heeft gehad.

Bij een volgende inning slaan we in omgekeerde volgorde.

Insluiten: Nu er meer honklopers zijn komt het al snel voor dat er lopers tussen de honken geraken. Als je hier

niet actief iets aan gaat doen loopt het meestal op een deceptie uit voor de veldpartij. Honklopers zullen zich expres laten insluiten, omdat de veldspelers niet in staat zijn om iemand uit te maken en er veelal fout volgt, waardoor de loper alsnog een extra honk opschuift. Hierna een aantal 'spelvormen' die de veldspelers meer vertrouwen geven.

'Koop een koe'

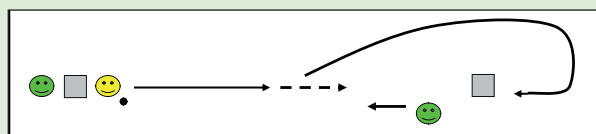


Geschikt bijvoorbeeld als klassikale inleiding.

Doel: principe van het opjagen van de honkloper (prooi) alvorens tot een aangooi over te gaan.

Uitvoering: tweetalen. Honkloper, met bal, staat op armlengte afstand van de veldspeler, die met gestrekte arm en open handschoen klaar staat. De loper legt de bal in de handschoen als startsein en sprint dan in de richting van de veilige zone. De veldspeler probeert de loper te tikken voordat deze op veilig gebied is.

'Achter de aangooi aanlopen'



Doel: het leren de balweg te vervolgen, zodat altijd een honk gedekt is, het leren maken van de toss en het opstellen bij het honk.

Uitvoering: drietalen. Speler 1 rent naar de overzijde en tost de bal bovenhands op borsthoogte aan. Speler 2 doet hetzelfde enzovoort.

Accent:

- 1 achter aangooi aanlopen
- 2 loop zo hard mogelijk
- 3 bovenhands tossen
- 4 opstellen aan dezelfde zijde van het honk
- 5 opstellen één meter voor/naast het honk
- 6 ontvanger beslist 'ja'
- 7 belangrijk is géén 'fake's' (nep aangooien) maken, want wie houdt je voor de gek?

'Eén aangooi'



Doel: het leren maken van zo min mogelijk aangooien.

Uitvoering: drietalen. Speler 1 fungeert als loper (handschoen mee) en staat op armlengte

van speler 2, die op het honk staat.

Speler 1 legt de bal in de uitgestrekte handschoen van speler 2 en start naar het andere honk.

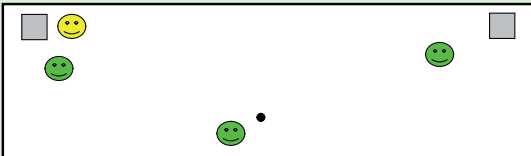
Speler 2 start de insluitactie en probeert samen met speler 3 met maximaal één

aangooi speler 1 uit te maken. Daarna wisselen van functie.

Accent:

maken van zo min mogelijk aangooien timing van moment en van roepen/aangooi.

'3 - 3 Insluitspel'



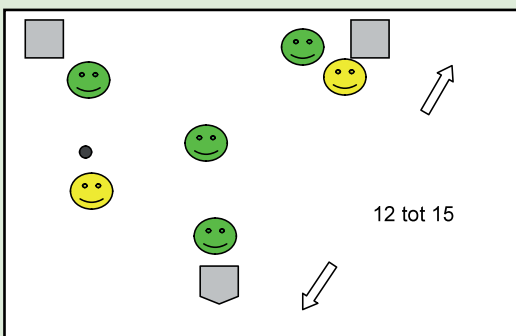
Doel: verbeteren van de insluitactie in een wedstrijdspecifieke situatie.

Uitvoering: 3 - 3. Zie boven, echter de bal wordt door een derde veldspeler (bijv. pitcher) ingebracht. De loper start vanaf het honk. Als een loper geweest is gaat de volgende loper. Nadat allen geweest zijn wisselen aanval/verdediging van functie.

Puntentelling: een 'uit' gemaakt met maximaal één aangooi scoort twee punten. Een 'uit' na meerdere aangooien scoort één punt.

Als de nul *niet* valt scoort de honkloper drie punten voor zijn team. Voor deze puntentelling is gekozen zodat als er één loper 'safe' is gelijkspelen het hoogst haalbare is voor de verdedigende partij indien de tegenstander iedereen uitmaakt.

'Boompje verwisselen'



Doel: verbeteren insluitactie in een wedstrijdspecifieke situatie, waarbij meerdere honklopers aanwezig zijn.

Uitvoering: 2 - 4. Drie veldspelers staan in de buurt van een honk opgesteld. Eén veldspeler staat centraal in de driehoek. Eén van de lopers staat op een honk naar keuze en de andere loper staat met de bal aan één van de zijden van de driehoek.

Zodra de bal in de driehoek wordt gebracht start het spel. De veldspelers moeten beide lopers zo snel mogelijk zien uit te maken. Voor elk aangeraakt honk scoren de lopers één punt.

Hopelijk heb ik met deze artikelen je gestimuleerd om nog eens positief

kritisch naar je lessen 'inblijven en uitmaken' te kijken. Tenslotte gaat het om een veilige, zinvolle en plezierige beleving van softbal door jouw leerlingen.

Michel Aussems,
Vakleerkracht LO Primair Onderwijs
Andijk
Docent LO OPDC West-Friesland
Sporttechnisch medewerker KNBSB

Correspondentie:
michelaussems@planet.nl



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Kan dat zo lukken?