



# Hockey in het bewegingsonderwijs (2)

**Hockey is een van de meest populaire sporten in Nederland. Als je hierover iets langer nadenkt, lijkt het vreemd dat minder populaire team sporten zoals softbal en basketbal vaak meer aandacht (lees uren) krijgen in het bewegingsonderwijs. Hoe komt dat? We kunnen ons afvragen wat de (on)mogelijkheden zijn om hockey op school aan te bieden. In een artikelenserie volgen enkele overwegingen op een rij. Door: Bart Neutkens**

In het vorige artikel is aan de orde gekomen: spelen als basis, het belang van de juiste ondergrond, de hockeyhouding, de balpositie en lopen met de bal, plus enkele spelvormen waarin dit naar voren komt. In dit artikel gaat het over het afspelen en aannemen van de bal, het verdedigen, tactieken en didactische werkvormen en spelvormen.

## Afspelen van de bal

‘Tegen een bal slaan is gaaf’ staat er bij ‘hot or not’ in het vorige artikel waarin leerlingen aangeven wat ze leuk vinden aan hockey. We hebben het hier echter over de meest lastige hockeytechniek. Dat is niet erg zou je denken, want de smash bij volley is ook moeilijk en gaaf. Wat het extra lastig maakt, is het gevaar wat om de hoek komt kijken. Mijn keuze? Laat het slaan achterwege in de schaarse lessen die je hebt.

Wat hebben we dan in grote lijnen nog over?

- de push (duwpass)
- de schuifslag (een push waarbij een tik hoort)
- de flats
- de tikslag.

De push is op veel niveaus de meest gebruikte afspeltechniek binnen het hockey. Het is ook de meest zekere techniek, omdat de stick dicht of tegen de bal zit op moment van afspelen. Omdat de stick niet tegen de bal ‘aanvliegt’ kost de push de meeste afspelkracht. Een groot voordeel is echter, dat je de bal op elk gewenst moment kan spelen. Linkervoet naast de bal is handig, maar niet noodzakelijk.

De schuifslag zorgt voor iets meer energie in de bal dan bij de push, omdat de stick vanuit de hockeyhouding een

stukje over de grond schuift voordat je de bal raakt.

De flats is de laatste jaren een door spelers in verenigingen veel gebruikte techniek. Deze techniek is alleen rendabel op kunstgras. Voordat de stick contact maakt met de bal wordt de stick over het kunstgras geveegd met de handen bij elkaar. Er zit veel energie in de flats, maar deze pass is op een matig niveau vaak onnauwkeurig (zowel in richting, als in snelheid). Ik raad daarom de flats af voor het gebruik in het bewegingsonderwijs.



Tek 1: Gamelijke pushen

De tikslag wordt in de sport niet zoveel gebruikt. Persoonlijk vind ik deze slag in de sport onderschat en denk ik dat je er veel mee kunt bereiken. Waarom? De handen zijn uit elkaar in de hockeyhouding en vanuit deze positie kun je met de tikslag de meeste energie in de bal stoppen. Natuurlijk zitten er ook nadelen aan. 'Schijn' is lastig, en je haalt de stick ver van de bal af, waardoor de speler even kwetsbaar is omdat de stick niet tegen de bal aan zit.

moeten we de bal 'dan maar niet aannemen' en de medespeler in de ruimte aanspelen in plaats van op de stick. Op kunstgras of in de zaal zou dit nooit lukken, omdat de bal dan sneller rolt dan dat we ooit kunnen belopen. Ik verduidelijk dit in de volgende oefening:

- 'gamelike' oefening op natuurgras. Met drietallen één bal. Opdracht: speel de bal in de ruimte aan.

team 50 % aan het verdedigen is. Als verdediger bij hockey heb je het gebruik van een stick als middel. De stick verandert op dat moment van afspeelinstrument in een afpakinstrument. Soms met alle risico's van dien. Vandaar dat het beoefenen van verdedigen best eens aandacht mag krijgen. Het zal voor meer rust en controle zorgen en zodoende wordt het spel duidelijk meer aantrekkelijk ('hot' dus).

Vanuit de hockeyhouding is de afstand tot de balbezitter van belang. Een te korte afstand betekent 'happen'. Bij een te grote afstand krijgt de tegenstander teveel ruimte om zijn gang te kunnen gaan. Je kunt de juiste afstand meten door vanuit de hockeyhouding met een niet te grote uitvalpas en met de stick in de linkerhand te steken richting te bal. Met deze steek kun je balbezit veroveren of fouten afdwingen. Belangrijk is om op

	Handen	Aanloop	Toegepast in:	
			Sport	Onderwijs
Push	Uit elkaar	Tegen bal	++	++
Schuifslag	Uit elkaar	Over grond	-	+
Tikslag	Uit elkaar	Uit lucht	-	+
Flats	Bij elkaar	Over grond	++	-
Slag	Bij elkaar	Uit lucht	+	--

Tabel

### In bezit komen van de bal

Vaak wordt het afspelen van de bal gecombineerd met het aannemen van de bal. We beoefenen op dat moment zodoende twee van de drie basistechnieken ('lopen' in dit geval niet). Of dat altijd wijs is vraag ik me af. Het is duidelijker de focus op één techniek te leggen die op dat moment wordt beoefend. Een voorbeeld. De docent zegt: 'speel over met de tikslag'. De bal heeft niet altijd de gewenste richting en snelheid. Het aannemen van de bal is op dat moment hierdoor dus ook niet constant. De bal komt dan weer op de backhand, dan weer met hobbels aan, dan weer zachtjes dan weer te hard. Het aannemen van de bal is zodoende erg afhankelijk van degene die de bal aanspeelt. De docent had vooraf het idee de tikslag te beoefenen, maar het aannemen verstoortte dit in ernstige mate. Het is beter eerst de techniek van aannemen te oefenen. De coach (dat kan zeker ook een leerling zijn) rolt de ballen op maat aan, de speler neemt aan en dribbelt om een pilon weer terug naar de coach. Deze kan de actie zelfs beoordelen.

Op natuurgras is het aannemen van de bal in verband met de onregelmatige ondergrond pas echt lastig. Misschien



Tek 2, 3, 4: Hockey poortje, perk en vrije doelspelen

Spelen van spelvormen waarbij het afspelen van de bal centraal staat, zouden kunnen zijn (zie tekeningen):

- *poortjeshockey* met scoren door een teamgenoot aan te spelen 'door het doel' (tek. 2)
- *perkbal* met scoren door elkaar aan te spelen 'in het doel' (tek. 3)
- *zoek het vrije doel* met scoren op twee doelen die 'ver' uit elkaar staan. (tek. 4)

### Verdedigen, doen we dat wel eens?

In een willekeurig doelspel heeft de tegenstander gemiddeld 50% balbezit. Dat houdt automatisch in dat jouw

ieder moment weer terug te kunnen veren naar de hockeyhouding op de juiste afstand. Om de juiste afstand te bewaren is het zaak de snelheid van de aanvaller 'over te nemen'. Het liefst verdedig je met de sterkere forehand en nodig je de balbezitter aan deze forehandkant uit om te passeren.

Geschikte oefeningen hiervoor zijn:

- *één tegen één lijnhockey* waarbij iedere speler probeert met de bal aan de stick een lijn te passeren
- *twee tegen twee lijnhockey*, met dezelfde wijze van scoren maar het is verboden over te spelen. Je moet twee verdedigers passeren.

## Spelen met didactische werkvormen

In het benaderen van de leerlingen kan de docent kiezen welke vorm. Deze keuze hangt af van docent, maar zeker ook van de leerling (lees: doelgroep). Variatie toepassen kan mijns inzien, het best als er vertrouwen is en duidelijkheid wordt uitgestraald door de docent. Variatie in het spelen met diverse werkvormen maakt het spelen nog veel boeiender dan het al is. Het inziens gaat hier over een van de meest lastige competenties van de docent.

Het gaat hierbij namelijk om een gevoel te krijgen om in te spelen op de doelgroep op het juiste moment. Het risico dat het fout gaat is in een dergelijk geval altijd aanwezig, maar je wordt er zeker rijker van.

De traditionele opbouw van een spelles geeft zekerheid en duidelijkheid, maar de vraag is in hoeverre je het spel en de leerling op de juiste waarde inschat en verrijkt.

Voorbeelden van methodes zijn:

- *traditionele methode* waarbij eerst wordt ingelopen (zonder bal) daarna volgt overspelen (bijvoorbeeld met tweetallen pushen en stoppen) en vervolgens spelen met vier tegen vier op drie veldjes
- *deel-totaal-methode* door eerst lopen met de bal individueel te doen, daarna afspelen en aannemen 'gamelijke' aanbieden (een oefening zoals we deze in het spel verwachten), en vervolgens spelen op kleine veldjes
- *totaal-deel-totaal-methode* door te spelen op kleine veldjes en de timeout 'vullen' met het aanpakken van een spelprobleem. Hierbij kan de docent gebruikmaken van een technische oefening, het arrangement aanpassen, tactiek bespreken en vervolgens weer spelen op kleine veldjes
- *totaal methode* door meteen te gaan spelen en omgaan met time-outs.

Het aanpassen van een spelarrangement gedurende de les is een hele uitdaging voor een docent, omdat hij daarmee risico neemt. Toch kan dit enorm waardevol zijn, als het spelprobleem door deze verandering wordt aangepakt. Eenvoudige voorbeelden zijn het aanpassen van de veldgrootte, de partijen

veranderen, de grootte of het aantal doelen veranderen.

## Tactieken

Indien je als docent een moment voor tactiek hebt, is het waardevol hier structuur aan te brengen. Ik schrijf bewust 'een moment', omdat tactiek pas betekenisvol wordt indien het moment zich voordoet. De docent geeft in de praktijk over het algemeen prioriteit aan organisatorische, didactische of agogische momenten.

Voorbeelden voor tactische momenten voor mij als speler kunnen zijn:

- ik ben in balbezit. Handelend volgens de spelregels kan ik met mijn techniek het volgende bereiken:
  - ik handel verstandig tussen de keuze om te gaan lopen met de bal, of deze af te spelen. Het ZAP- (Zelf-Anders-Passen) principe zou je hierbij kunnen stimuleren
  - als ik loop met de bal, kies ik ervoor om deze te beschermen met mijn lichaam, zodat de tegenstander er niet bij kan
- mijn medespeler is in balbezit. Handelend volgens de spelregels kan ik het volgende bereiken:

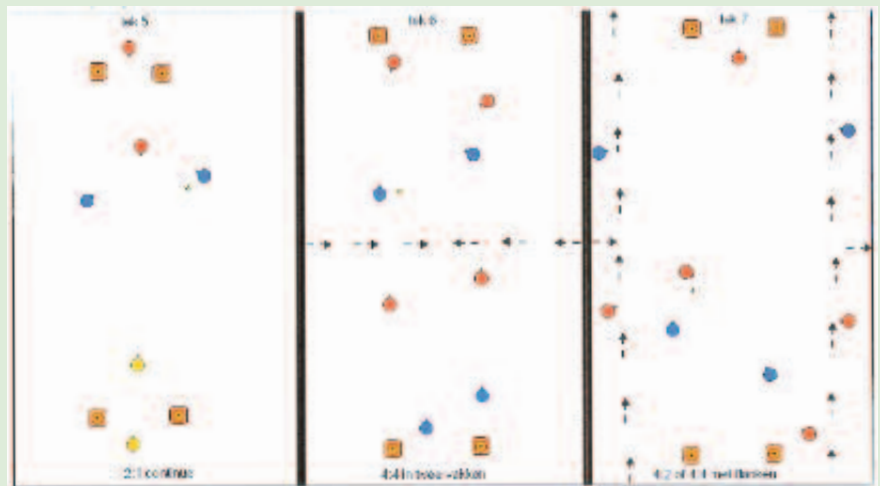
- ik zet druk op mijn tegenstander zonder te 'happen'
- een teamgenoot van mijn tegenstander is in balbezit. Handelend volgens de spelregels kan ik het volgende bereiken:
  - ik zet de aanspeellijn van de balbezitter naar mijn tegenstander dicht
  - ik zie de bal en mijn tegenstander.

Natuurlijk kan ik ook samen met mijn medespelers afspraken maken over wat te doen in balbezit of als de tegenstander balbezit heeft. Dat noemen we groeps- of collectieve tactiek. In onderwijssituaties vragen we in dat geval best veel van de spelers.

Aanvallend komen we meestal niet veel verder dan het spelen in een opstelling en het maken van één-tweetjes.

Verdedigend spelen we met vaste tegenstanders en zorgen we dat we tussen de man en het doel in staan.

Tactische oefenstof: spelvorm *twee tegen één continue* waarbij, als een tweetal scoort, de verdediger samen met de wachter gaat aanvallen richting andere doel (tek. 5).



Hockey spelvormen, tek 5, 6, 7

- ik loop plotseling weg uit de schaduw van mijn verdediger
- ik laat aan mijn medespeler 'zien' waar ik de bal graag zou willen hebben
- mijn tegenstander is in balbezit. Handelend volgens de spelregels kan ik het volgende bereiken:
  - ik dwing een pass af die het minst gevaarlijk is

## Omgaan met spelregels

Hockey is niet eenvoudig, maar inspireert wel. Kinderen zie je zeker spelen met een stick en een bal op straat, maar het is als sport regeltechnisch een lastig verhaal.

Om als docent om te kunnen gaan met de spelregels, moet je de basis van de hockeyregels kennen. In het kader van dit artikel ('hot or not') maak je keuzes

om wel of geen regels aan te passen. Waar heb je wat betreft de regels in onderwijssituaties zoal mee te maken:

- spelen met balans tussen aanval en verdediging. Help de aanvaller, hockey is technisch al moeilijk genoeg aan de bal. Creëer spelregels waarbij de aanvaller in een overtalsituatie is (zie spelvormen)
- spelen met gevaar. Alle spelers hebben altijd hun stick op de grond (ook al hebben ze geen balbezit)
- spelen met de platte kant. En nu wordt het spannend. Vinden we het in het onderwijs goed om ook met de bolle kant te spelen? Is de lastige techniek een te grote beperking om hockey 'hot' te maken? Als we spelen met de bolle kant, is het dan geen hockey meer? Is het een 'slechte' methodische stap?
- spelen met shoot. Is het spelen van de bal met het lichaam altijd een overtreding?
- spelen met een aanvalslijn (cirkel) of je mag direct scoren vanaf de middenlijn.

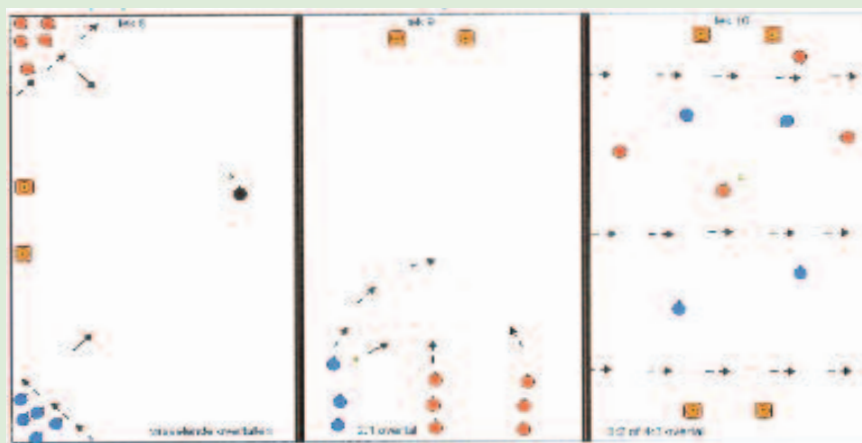
### Spelvormen op school

Spelen met verschillende spelvormen kan ervoor zorgen dat bepaalde spelproblemen wat scherper aan het licht komen. De volgende spelvormen hebben een bepaald doel in de spelvorm zelf. *Vier tegen vier in twee vakken.* Doel van dit spel is te leren het veld groot te houden. Iedere partij levert twee aanvallers en twee verdedigers. Na ieder doelpunt wisselen de aanvallers en verdedigers van taak. Wordt er binnen twee minuten geen doelpunt gemaakt dan wordt er ook van taak gewisseld. (Tek. 6). *Vier tegen twee of vier tegen vier met flankspelers.* Doel van dit spel is het veld groot en breed maken en overtal uitspelen. Op de middenstrook wordt twee tegen twee gespeeld. Op de zijstroken spelen flankspelers op de aanvalshelft. Als het scoren makkelijk gaat dan mogen ook de flankspelers elkaar aanvallen. (Tek. 7). *Overtal uitspelen met wisselende aantallen.* De bal wordt in het veld geworpen. De aanvallers mogen uit hun hoek komen. Uit de andere hoek komt een afgesproken aantal verdedigers. Bij iedere pass komt er een verdediger bij.

Als de aanvallers scoren mogen zij nog een keer aanvallen. Zoniet dan wordt er van taak gewisseld. (Tek. 8).

*Overtal uitspelen met twee tegen één.* De leerlingen worden verdeeld in drie groepen. De verdediger geeft de bal aan de aanvallers waarna de twee tegen één begint richting doel. De verdediger probeert de bal te onderscheppen. Loop via de zijkanten terug. Het kan over links en over rechts uitgevoerd worden. (Tek. 9)

*Overtal uitspelen en diepte maken.* Er wordt vier tegen vier gespeeld. Er mogen maar twee verdedigers in het verdedigingsvak komen. Eén aanvaller moet bij de achterlijn blijven. Is het te makkelijk voor de aanvallers dan mag er een verdediger bij. (Tek. 10)



Hockey spelvormen met overtal uitspelen tek 8,9 en 10

### Hockey (on)mogelijkheden: slot overwegingen

- De sport hockey is vooral populair bij de autochtone Nederlander. Gemiddeld beoefent de iets hoger opgeleide de sport, waar hij op over het algemeen goede accommodaties een groot netwerk ontmoet. De ouders vinden er over het algemeen een gemeenschap die hun kinderen goed opvangt. Je kunt in dit opzicht de sport hockey beschouwen als 'middel' in een sociaal leven.
- Unihockey (floorball) is natuurlijk een andere sport, maar heeft in korte tijd het bewijs geleverd razend populair te zijn in onderwijssituaties. Het verschil met hockey is vooral gebaseerd op eenvoudige spelregels, veiligheid en het feit dat de bal in principe lastig 'uit' kan gaan (een aerobic game!). Wat kan hockey hiervan leren, zonder de eigenwaardigheid te verliezen?

- Net zoals de andere spelen, zal ook hockey gespeeld moeten worden in vormen die de betreffende leerlingen kunnen spelen en waarin de beleving optimaal kan zijn.

De docent creëert spelsituaties die passend zijn voor de leerlingen in zijn klas, en kan hen vanuit deze situatie optimaal laten genieten van het bewegingsonderwijs.

In mijn artikel heb ik me laten inspireren door:

- de leden van de spelsectie van Fontys Sporthogeschool: Frank de Kok, Michiel Ellenbroek, Enrico Zondag, Gwen Weeldenburg, Daan Geelen en Marc Rompa

- de visie van Fontys Sporthogeschool collegae Gertjan van Dokkum en Frans Bosch
- mijn hockeyvriend Joost van Geel
- mijn hockey trainingscompagnons Marja Strijbosch, Bram Appels en Pieter Hester
- Leysen, H. (2004). What's in a game? Speldidactische verkenningen. Leuven: Acco
- van Geel, J. & Neutkens, B. (2004). Hockey on (der)wijs gaaf! Bunnik: KNHB uitgave.

Met dank aan KNHB medewerkster Kara Meijer.

*Bart Neutkens is docent aan Fontys Sporthogeschool in Tilburg.*

*Correspondentie: B.Neutkens@fontys.nl*