



# Van unihockey naar floorball, van spel naar sport (4)

Floorball vervolg met lessenreeks

**In dit artikel zal de (sport)competentieontwikkeling van de leerling een vervolg krijgen. Het is een vertaalslag tussen de theorie en de praktijk. Hoe kunnen we als sportleerkracht een leerling sportcompetenter krijgen? Als voorbeeld gebruiken we een lessenreeks in groep 7/8 met 28 leerlingen. Door: Jorg Andree**

Het eindspel zal zijn 4:4 inclusief keeper (zie LO 13, 2008). Er worden twee teams gemaakt. Leerlingen moeten leren om snel met elkaar te wisselen tijdens het spel. Tijdens de trainingsmomenten maken we gebruik van een halve zaal. Als afsluiting van deze taak spelen de leerlingen een toernooi. Voor richtlijnen om dit leerlingen te laten or-

ganiseren kun je informatie vinden op [www.nefub.nl](http://www.nefub.nl).

De beginsituatie van de leerlingen hebben we in de eerste les al in kaart gebracht. Door de niveau-indelingen kunnen leerlingen werken aan hun eigen ontwikkeling. Daarnaast hebben de leerlingen teams moeten maken en gezamenlijk een leerdoel moeten formuleren

voor de komende tijd. De 'lessenreeks' kan er als volgt uit zien: als team ga je de komende vijf weken trainen en spelen om je voor te bereiden voor een (inter)klassikaal floorballtoernooi.

Er zijn tot die tijd nog vier lessen. Onder begeleiding van de sportleraar kunnen jullie al spelend en door training werken aan je ontwikkeling als speler en als team.

Schema 1

Competentie	Prestatie-indicatoren
<p>Als speler functioneren in een eindspel 4:4 inclusief keeper:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• individueel leren</li> <li>• samenwerken en leren</li> <li>• begeleiden</li> <li>• analyseren</li> <li>• evalueren</li> </ul>	<p>Demonstreren van de juiste teamspirit als:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• stimuleren van andere spelers</li> <li>• hulp bieden bij toepassing van regels</li> <li>• het geven van techniek- en tactiekaanwijzingen</li> <li>• evalueren van je ontwikkeling.</li> </ul> <p>Taakbewust spelen wat betreft uitvoeren van de regels, de techniek en de tactiek.</p> <p>Lezen van de wedstrijd wat betreft:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• de mentaliteit</li> <li>• de spelregels</li> <li>• de tactiek</li> <li>• de techniek.</li> </ul>
<p>Als scheidsrechter functioneren in een eindspel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leidinggeven</li> <li>• samenwerken en leren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Het beheersen van de IFF / NEFUB spelregels en toe kunnen passen.</li> <li>• Sportief gedrag demonstreren en fair play bewaken bij (mede)spelers.</li> <li>• Samenwerken met de wedstrijdtafel (toernooi).</li> </ul>
<p>Als coach functioneren in een eindspel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analyseren</li> <li>• leidinggeven</li> <li>• begeleiden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Een floorballwedstrijd kunnen analyseren middels observatie instrument.</li> <li>• Stimuleren van leergedrag bij de medespelers.</li> <li>• Werkpatroon van coachen toepassen (training): <ul style="list-style-type: none"> <li>• coachen tijdens het spel</li> <li>• het spel bevriezen of de groep bij elkaar halen.</li> </ul> </li> </ul>

**Spelthema:** controle over de bal.

**Ensceneringthema:** het begrijpen van de speel- en omgangsregels.

- **Cognitief (tactisch)**

*Gebruikmaken van je lichaam:*

maak jezelf breed en sterk en (altijd) tussen de bal en je tegenstander instaan.

*Gebruikmaken van je stick/blad:*

deze plaatsen aan kant van de bal daar waar de tegenstander staat.

Spelregels zijn er niet alleen om structuur in een spel aan te brengen, je kunt ze ook leren te gebruiken. Ter verduidelijking hieronder een tweetal voorbeelden:

- 1 door bij balbezit je lichaam breed te maken zal een tegenstander veel moeite hebben om de bal af te pakken, immers; de stick mag niet tussen de benen komen en je mag niet uit balans worden geduwd
- 2 door je blad/stick te plaatsen tussen de bal en je tegenstander wordt de kans op balverlies kleiner, immers; je mag niet op/tegen de stick van een ander slaan.

- **Motorisch (technisch)**

*Bal dicht bij je houden:*

dit voorkomt dat een bal (eerder) wordt afgepakt en maakt het dat je sneller een actie kan uitvoeren.

*Gebruikmaken van je blad/stick (stickhandeling):*

begeleid de bal door middel van vloeiende bewegingen, probeer de bal 'aan te voelen' (mee laten veren), het blad staat rechtop. De stick wordt met twee handen vastgehouden waarbij de bovenste hand zo geplaatst moet zijn dat je op je 'horloge' kunt kijken.

- **Sociaal-emotioneel**

Omgaan met regels, gericht op veilig kunnen omgaan met stick en bal zodat dit geen gevaar oplevert. Zo kan er veilig, slim en met plezier gespeeld worden.

Omgaan met medespelers, fair play. Het creëren van een veilige leeromgeving.

- 1 Zorg dat leerlingen (binnen het team) het gezamenlijke doel kennen.
- 2 Verdeel de verschillende taken en rollen in het team en houd daarbij rekening met wat iedereen kan en wil: speler, keeper, scheidsrechter en coach.
- 3 De sportleraar geeft aan wat hij (uiteindelijk) in deze taakuitvoering wil zien. Zie schema 1
- 4 Het team en de teamleden beoordelen na afloop van het toernooi zichzelf, elkaar en worden door de sportleraar beoordeeld naar het niveau (zie niveau-indeling LO 14, 2008) dat is bereikt.

**Spelthema:** samenspelen en passeren van de tegenstander om te komen tot scoren.

**Ensceneringthema:** rekening houden met mede- en tegenspelers.

- **Cognitief (tactisch)**

*Het kiezen van je moment:*

- 1 kan ik zelf scoren. Sta ik in de juiste positie om te komen tot een doelpoging?
- 2 pass ik naar een teamgenoot. Het spelen van de bal naar mijn teamgenoten, wanneer zij beter in staat zijn een doelpoging te ondernemen. Is de weg er naartoe vrij?
- 3 of kies ik voor mijn individuele (loop)actie. Het kiezen van een moment; is er genoeg ruimte om iemand te passeren of staan er teveel tegenstanders? Iemand passeren kan op snelheid en/of door middel van een schijnbeweging te maken: schijn, inzet en versnelling (denk bijv. aan tikkertje, wat doe je om iemand te ontwijken? Door middel van: richtingverandering, een trucje en versnellen).

*Hoe kan ik iemand verdedigen? Verdedigen tussen man en goal.*

- **Motorisch (technisch)**

*Kijk 'over' de bal.* Wat gebeurt er om mij heen en wat kan ik in het spel doen? Weten waar je de bal naartoe kan en wilt spelen alvorens je deze ontvangt, leren niet continu naar de bal te kijken.

*Gericht spelen van de bal.* Zowel hard (over lange afstand) als zacht (over korte afstand) leren spelen van de bal. Letten op:

- 1 licht door de knieën, handen uit elkaar
- 2 de stick wijst in de richting waar de bal naartoe moet worden gespeeld (bal nawijzen)
- 3 indien noodzakelijk zowel de romp als de voeten gericht op het einddoel.

Uitgangshouding(1), bewegingsverloop(2), eindhouding(3).

*Hoe ben ik aanspeelbaar voor mijn teamgenoten?* Door beweegbaar te zijn. Iemand die stil staat is makkelijk te verdedigen en dus niet aanspeelbaar. Dit kan door te versnellen (bij je tegenstander vandaan), of door van richting te veranderen (schijnactie).

*Hoe kan ik iemand verdedigen?* Door te kijken naar de bal, niet naar de (schijn)bewegingen van de speler. Neem een actieve houding aan, iets door je knieën (laag zitten) en beweegbaar zijn (bewegen als een schermer).

- **Sociaal-emotioneel**

Samenspelen betekent afspraken maken en taken verdelen. Dit heeft als doel dat leerlingen zich veilig en gewaardeerd voelen in een team: zorg dat iedereen aan spelen toekomt.

Communiceren is samen leren:

- 1 feedback geven en ontvangen
- 2 coachen:
  - a docent coacht
  - b coach jezelf
  - c coach je medespeler (2:1)
  - d coach je team (differentiatie).
- 3 contact hebben met medespelers.

Veiligheid in samenspel, bewaken door spelers en scheidsrechter(s):

- stickblad onder heuphoogte houden
- elkaar niet hinderen/bodycheck

**Spelthema:** het als team spelen van een eindspel waarbij je komt tot scoren en het voorkomen hiervan.

**Ensceneringthema:** zorgen voor veilig en goed samenspel met behulp van scheidsrechter en coach.

• **Cognitief (tactisch)**

Het komen tot, en voorkomen van scoren. De te nemen stappen.

*Aanvallend:*

1 hoe is de opstelling?

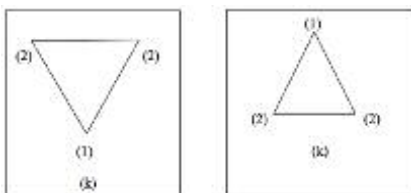
2 actie balbezitter

3 actie medespelers.

*Teamopstelling aanvallend*

De veldbezetting 4:4 met keeper kan als volgt zijn:

- een opbouwend ingestelde speler achterin (1)
- twee aanvallend ingestelde spelers voorin, een links en een rechts (2).



*Verdedigend:*

5 hoe is de opstelling

6 actie verdediger op balbezitter

7 actie overige verdedigers.

*Teamopstelling verdedigend*

De veldbezetting 4:4 met keeper kan als volgt zijn:

- twee verdedigend ingestelde spelers, achterin (2)
- een aanvallend ingestelde speler voorin (1).

• **Motorisch (technisch)**

Zie vorige spelthema's.

• **Sociaal-emotioneel**

Ensceneringrollen:

1 scheidsrechter (twee per veld)

• werkpatroon:

- a taakverdeling: zicht op de spelers bij de bal, overzicht op de overige spelers
- b bij een overtreding fluiten (wie)
- c aangeven de reden van de overtreding (wat)
- d aangeven van vervolg op spel (hoe).

2 coach (twee per team):

• werkpatroon:

- a observatie gericht op teamdoel
- b vraag naar wat goed ging
- c vraag naar wat beter kan
- d een verbeterpunt toepassen.

**aandachtspunten lessenreeks voor de docent**

De spel en ensceneringthema's zijn richtlijnen voor de sportleerkracht. Het is ondersteunend materiaal om kinderen 'beter inzichtelijk' te laten spelen. Uiteindelijk zullen deze principes bijdragen aan een competentieontwikkeling van de leerling/speler. Dit kun je toetsen d.m.v. observatie of vragen stellen. De lessen kun je gebruiken als richtlijn om kinderen te helpen bij het zoeken van oefenstof. De lessen en principes zullen samen aangeboden moeten worden. Zo kun je het beste resultaat boeken. Het is aan de sportleerkracht of je dit aanreikt (stuurt) of dat je dit begeleidt. Hiermee bedoelen we dat leerlingen zelf de stof bepalen uit het aangereikte materiaal.



Foto 1

Per les kunnen zij dan keuzes maken die het beste aansluiten bij hun teamdoel. Zo leren leerlingen om verantwoordelijkheid te nemen voor het leerproces (zie artikelen LO 14, 2008 en LO 1, 2009). Vanuit onze opvatting starten we vanuit de tactiek. Dat bepaalt welke technieken een leerling/speler nodig heeft om te kunnen spelen. De complexiteit van de spelvorm zal dan aangepast moeten worden. Zie differentiatie in lessenreeks.



Foto 2

**spelprincipes**

Stappen die nodig zijn om te komen tot een succesvol eindspel.

**lessen**

Les 1, de kennismakingsles, is beschreven in LO 1, 2009. Nu wordt vervolgd met les 2,3 en 4.

*Schema 5*

**LES 2 (zie spelprincipes)**

**Spelthema:** voorbeeld controle over de bal.

**Ensceneringthema:** het begrijpen van de spe(e)l- en omgangsregels.

*De voorkeur gaat uit naar starten vanuit een complexe taak (totaal) waarbij de focus ligt op bovenstaand thema. Als dit te complex is (b.v. 2:2 of 3:3) dan kun je teruggrijpen naar een spelvorm (deel). Zo leren leerlingen het aangereikte toe te passen in het eindspel.*

• **Spelvorm 1**

*Kriskras spelen:* alle leerlingen hebben een stick en een bal en lopen in de aangegeven ruimte door elkaar heen. Houd de bal zo dicht mogelijk bij je lichaam en probeer deze met je stick onder controle te houden (zie foto 1 en 2 en bijbehorende principes)

**LES 3 (zie spelprincipes)**

**Spelthema:** voorbeeld samenspelen en passeren van de tegenstander om te komen tot scoren.

**Ensceneringthema:** rekening houden met mede- en tegenspellers.

*Voorkeur: zie les 2*

• **Spelvorm 1**

*Schipper mag ik overvaren:* alle leerlingen hebben een stick en een bal m.u.v. de 'schipper'. Probeer over te steken zonder de bal te verliezen aan de schipper.

**Differentiatie**

Complexer: meerdere schippers neerzetten.

Eenvoudiger: laat de leerlingen meerdere kanten opbewegen. Bijvoorbeeld een keuze maken uit vierhoeken (matjesloop).

• **Spelvorm 2**

*Doelenspel:* in het veld staan meerdere pionnen opgesteld (zijn doeltjes). In tweetallen moeten de leerlingen de bal overspelen door een van doeltjes in het veld (een punt). Alle tweetallen mogen de bal bij elkaar wegtikken (punt eraf).

**Differentiatie:**

Complexer: minder doeltjes in het veld. Aantal tikkers (met stick, zonder bal) aanwijzen om de bal af te pakken. Oefening in drietallen spelen, nadat de bal door een doeltje is gespeeld moet de derde man worden ingespeeld (dus de persoon die de bal nog niet heeft aangeraakt).

Eenvoudiger: meer doeltjes plaatsen.



Foto 4

• **Spelvorm 3**

Samen spelen en komen tot scoren vanuit een 3:2 waarbij de verschillende principes aan bod kunnen komen.

**Differentiatie**

Complexer: meer weerstand (3:3) of de verdedigers kunnen scoren om een lijn te passeren. Hierbij komt een thema als omschakeling er extra bij.

Eenvoudiger: minder weerstand (3:1). Zo hebben de leerlingen meer tijd om de bal te spelen.

**Eindspel 3:3 of 4:4 met keeper**

Coaches en scheidsrechters begeleiden het eindspel. Let op de gezamenlijke doelstelling.

**Differentiatie**

Complexer: je mag proberen de bal bij elkaar weg te tikken. Voorkom dat dit bij jou gebeurt!

In een hoger tempo lopen waarbij de bal met beide kanten van de stick wordt gespeeld (links/rechts) en er (passeer)trucs worden toegepast.

Waarbij er (meerdere) tikker(s) zijn. Eenvoudiger: de bal mag niet meer worden weggetikt, ieder loopt voor zich door de ruimte.

Op teken versnellen naar de ruimte.

• **Spelvorm 2**

*Douanespel:* twee groepen, drie vakken. In het middenvak zijn twee rijen pionnen (horizontaal ten opzichte van de vakken).

Groep 1 (lopers) moeten vanuit het eerste vak om de pionnen rennen met de bal aan de stick, groep 2 (tikkers) staat in het derde vak en mag in

het middelste vak komen wanneer groep 1 hier ook in staat en gaat proberen

zoveel mogelijk ballen af te pakken met de stick. Na een aantal beurten wisselen de leerlingen van taak. Groep lopers bezit tweederde van het leerlingenaantal.

**Differentiatie**

Complexer: tikkers en lopers zijn een even aantal, er zijn minder pionnen en staan verder weg van het vak (lopers). Eenvoudiger: pionnen dichterbij vak zetten (lopers) waarbij de lopers aantal seconden voorsprong krijgen.

• **Eindspel 3:3**

Coaches en scheidsrechters begeleiden het eindspel. Let op de gezamenlijke doelstelling.



Foto 3

#### LES 4 (zie spelprincipes)

**Spelthema:** het als team spelen van een eindspel waarbij je komt tot scoren en het voorkomen hiervan.

**Enceneringthema:** zorgen voor veilig en goed samenspel met behulp van scheidsrechter en coach.

##### • Spelvorm 1:

*Lijnenspel:* samen en overspelend komen tot scoren (3:2) door met de bal aan de stick over een aangegeven lijn te dribbelen. Bij drie onderscheppingen of scores wisselen de aanvallers met de verdedigers. Lijndribbel kan ook worden gespeeld in de 'King of the court' variant (ter afsluiting van een les).

##### Differentiatie:

Complexer: minimaal vijf keer overspelen alvorens te scoren.

Verplicht en/of maximaal drie balcontacten voordat er mag worden overgespeeld.

Eenvoudiger: een verdediger weghalen (3:1). Meerdere lijnen aangeven waarover mag worden gescoord.

##### • Spelvorm 2

*Tienbal:* probeer de bal tien keer over te spelen zonder dat deze wordt onderschept. Gelukt? Wisselen met de verdediger(s).

##### Differentiatie

Complexer: even aantal aanvallers en verdedigers laten spelen in een kleine ruimte.

Eenvoudiger: verdedigers in ondertal, spelend in een grote ruimte.

##### • Spelvorm 3

*Vierkantspel:* (4:2) waarbij de aanvallers in overtal zijn. De aanvallers moeten proberen de bal te passen naar een medespeler die in het vierkant staat, midden in het speelveld. Een aanvaller mag maximaal drie seconden in het vierkant staan en moet de bal na ontvangst weer terugspelen naar een medespeler. Dit levert een punt op. De verdedigers moeten de bal zien te onderscheppen waarbij ze niet in het vierkant mogen komen. Bij een score van drie punten of bij drie onderscheppingen wordt er van functie gewisseld.

##### Differentiatie

Complexer: het toevoegen van een derde verdediger.

Eenvoudiger: de bal bij een medespeler krijgen in het vierkant is voldoende voor het scoren van een punt.

##### Eindspel 4:4 met keeper

Coaches en scheidsrechters begeleiden het eindspel. Let op de gezamenlijke doelstelling.

Na elke les zullen de leerlingen terugblikken op de les. Zo kunnen ze sturing geven aan hun competentieontwikkeling. Dit zal je als sportleerkracht aan moeten passen aan jouw doelgroep. Het doel van het evalueren/reflecteren is dat de leerlingen bijhouden waar ze staan in hun niveau-ontwikkeling en meer verantwoordelijk zijn voor hun functioneren. De leerling(en) zal op die manier dan ook betrokken worden bij zijn eigen beoordeling. Een voorbeeld van een evaluatieformulier voor leerlingen staat op de site van de KVLO.

Dit laatste artikel is tot stand gekomen in samenwerking met studenten van het Instituut voor Sportstudies aan de Hanzehogeschool Groningen. Voor mij was dit een uitdaging en een manier om te toetsen hoe we het begrijpelijk kunnen maken. Ik wil hierbij Melissa van Dommelen en Geertje Hiemstra bedanken voor de interessante

gesprekken en hun bijdrage aan de lessenreeks. Een korte terugblik van deze studenten is te lezen op de site.

*Jorg Andree is docent aan de Hanzehogeschool Groningen: Instituut voor Sportstudies.*

*Correspondentie: j.andree@pl.hanze.nl*

**Het e-mail adres bij het artikel over Stree-running in Lichamelijke Opvoeding nummer 1 moet zijn: mvijfhuizen@gmail.com**