

Methodiek hockey, leerjaar 1 VO (2)

Via de site Kennisnet en wikiwijs kun je toegang krijgen tot leermiddelen voor het vak lichamelijke opvoeding zowel voor primair onderwijs als voor voortgezet onderwijs. Met sterren en een keurmerksysteem staat de kwaliteit aangegeven. Eén van de leermiddelen die met een keurmerk is aangegeven is de 'Methodiek hockey voor leerjaar 1 in het VO' van Danny Wals van het Pascal College. Dit leermiddel is in samenwerking met de redactie bewerkt. In het vorige artikel is aandacht besteed aan voorfase oefeningen. Nu komen vereenvoudigde spelen (positiespelen) aan bod.

TEKST: DANNY WALIS

Vereenvoudigingen

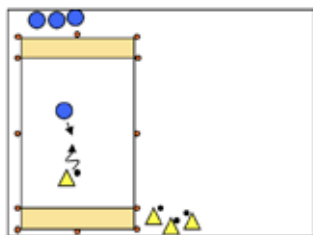
Binnen het spel elf tegen elf komt het dikwijls voor dat leerlingen niet of nauwelijks een bal kunnen passen, een bal kunnen aannemen of kunnen dribbelen. Onderstaande vereenvoudigingen garanderen dat leerlingen meerdere malen handelingen met en zonder bal moeten verrichten. Hierbij is het maken van keuzes om de spelbedoeling (winnen) te realiseren essentieel. De uitvoering van de hockeyhandelingen wordt dus continu gekoppeld aan het maken van keuzes met als doel het komen tot scoren en winnen van het spel. Hierdoor krijgen de handelingen passen, aannemen, vrijlopen en dribbelen betekenis.

1.1 Vereenvoudigingen

Het verbeteren van uitspelen van de één tegen één situatie om kansen te creëren.

1.1.0 1 tegen 1 lijndribbel / doeltje

Doel: Het verbeteren van het drijven en dribbelen met de bal.



► Er zijn twee partijen die elke keer één tegen één tegen elkaar spelen. Beide partijen kunnen scoren

door de bal over de achterlijn van de tegenstander te dribbelen en daarna te controleren. Wanneer de bal uit het spel gaat, is de poging klaar en komen er twee nieuwe spelers in het veld. De aanvallers starten hierbij elke keer met de bal.

Welke partij heeft als eerste drie doelpunten? Heeft een partij drie doelpunten? Dan wordt er gewisseld van functie. Aanvallers worden verdedigers en visa versa.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten
- de verdediger pas druk laten zetten rond de middenlijn.

Moeilijker maken:

- het veld kleiner maken
- het doelveld van de tegenpartij kleiner maken.



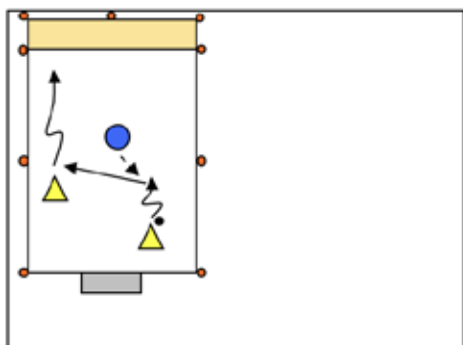


Afmetingen:

- veld van 10 meter x 15 meter
- doelvlak van 10 meter x 1 meter.

1.1.1 2 tegen 1 lijndribbel / doeltje

Doel: Het verbeteren van het drijven en dribbelen met de bal.



De aanvallers kunnen scoren door de bal over de achterlijn van de tegenstander te dribbelen en daarna te controleren. De verdediger kan scoren door de bal in het doeltje te schieten. Wanneer de bal uit gaat, wordt er gewisseld met de wachtende spelers.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de twee aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is meteen een goed moment om wachtende spelers in te wisselen. Er wordt gespeeld met corners. Deze mogen vanaf de hoekpunten genomen worden.

Wanneer er in totaal drie keer gescoord is (2-1 / 3-0) wordt er gewisseld van functie.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten
- de verdediger pas druk laten zetten rond de middenlijn.

Moeilijker maken:

- 2 tegen 2 spelen
- het veld kleiner maken
- het doelvlak van de tegenpartij kleiner maken.



▲
Twee tegen één

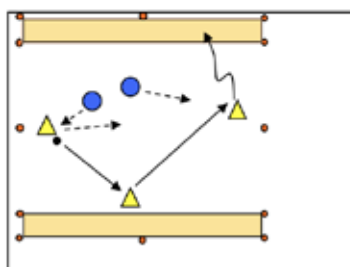
◀
Twee tegen twee

Afmetingen:

- veld van 20 meter x 15 meter
- doel 3 meter x 1 meter
- doelvlak 15 meter x 1 meter.

1.1.2 3 tegen 2 lijndribbel

Doel: Het verbeteren van het drijven en dribbelen met de bal.



Tekening 3: 3 tegen 2 lijndribbel

Beide partijen kunnen scoren door de bal over de achterlijn van de tegenstander te dribbelen en daarna te controleren. Wanneer de bal uit gaat, wordt er vervolgd met een pass of dribbel door de partij die hier recht op heeft.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de drie aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is meteen een goed moment om wachtende spelers in te wisselen. Er wordt gespeeld met corners. Deze mogen vanaf de hoekpunten genomen worden.

Wanneer er in totaal vijf keer gescoord is (3-2 / 4-1 / 5-0) wordt er gewisseld van functie.

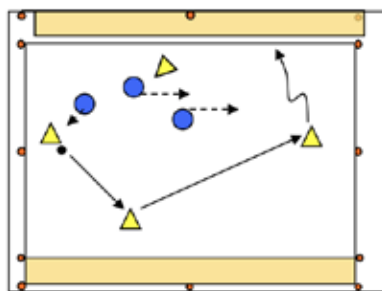
Makkelijker maken:
het veld vergroten.

Moeilijker maken:
3 tegen 3 spelen
het veld kleiner maken
het doelvlak van de tegenpartij kleiner maken.

Afmetingen:
veld van 30 meter x 20 meter
doelvlak van 30 meter x 1 meter.

1.1.3 4 tegen 3 lijndribbel

Doel: Het verbeteren van het drijven en dribbelen met de bal.



Beide partijen kunnen scoren door de bal over de achterlijn van de tegenstander te dribbelen en daarna te controleren. Wanneer de bal uit gaat, wordt er vervolgd met een pass of dribbel door de partij die hier recht op heeft.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de vier aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is meteen een goed moment om wachtende spelers in te wisselen. Er wordt gespeeld met corners. Deze mogen vanaf de hoekpunten genomen worden.

Wanneer er in totaal vijf keer gescoord is (3-2 / 4-1 / 5-0) wordt er gewisseld van functie. Aanvallers worden verdedigers en visa versa.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten.

Moeilijker maken:

- 4 tegen 4 spelen
- het veld kleiner maken
- het doelvlak van de tegenpartij kleiner maken.

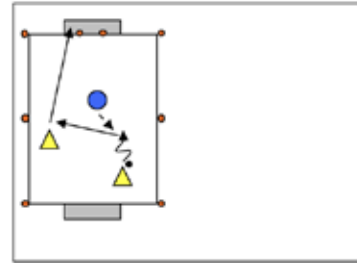
Afmetingen:

- veld van 40 meter x 20 meter
- doelvlak: 40 meter x 1 meter.

**• 1.2 Vereenvoudigingen
Het verbeteren van het scoren,
het benutten van kansen.**

1.2.0 2 tegen 1

Doel: Het verbeteren van het passen en schieten.



De aanvallers kunnen scoren door de bal tussen de pilon en de paal van het doel van de tegenstander te schieten/passen. De verdediger kan scoren door de bal in het andere doeltje te schieten. Wanneer de bal uit gaat, wordt er gewisseld met de wachtende spelers.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de twee aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is ook meteen een goed moment om wachtende spelers in te wisselen.

Wanneer er in totaal drie keer gescoord is (2-1 / 3-0) wordt er gewisseld van functie.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten
- de verdediger pas druk laten zetten rond de middenlijn.

Moeilijker maken:

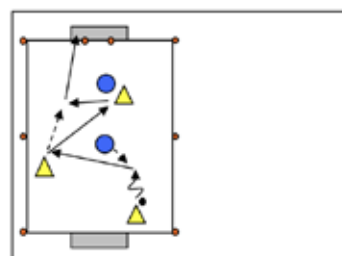
- het veld kleiner maken
- 2 tegen 2 spelen
- de scorvlakken binnen het doel van de tegenpartij kleiner maken.

Afmetingen:

- veld 20 meter x 15 meter
- doeltje 5 meter x 1 meter.

1.2.1 3 tegen 2

Doel: Het verbeteren van het passen en schieten.



De aanvallers kunnen scoren door de bal tussen de pion en de paal van het doel van de tegenstander te schieten/passen. De verdedigers kunnen scoren door de bal in het andere doeltje te schieten. Wanneer de bal uit gaat, wordt er gewisseld met de wachtende spelers.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de drie aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is ook meteen een goed moment om wachtende spelers in te wisselen.

Wanneer er in totaal drie keer gescoord is (2-1 / 3-0) wordt er gewisseld van functie.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten
- de verdedigers pas druk laten zetten rond de middenlijn.

Moelijker maken:

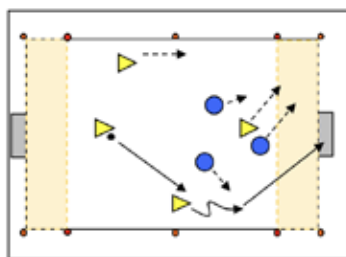
- het veld kleiner maken
- 3 tegen 3 spelen
- de scorvlakken binnen het doel van de tegenpartij kleiner maken.

Afmetingen:

- veld van 30 meter x 20 meter
- doeltje van 5 meter x 1 meter.

1.2.2 4 tegen 3 basisvorm met scorvak (cirkel)

Doel: Het verbeteren van het schieten op doel.



Beide partijen kunnen scoren door de bal in het doel van de tegenstander te passen/schieten. Het doelpunt telt alleen wanneer een speler de doelpoging onderneemt in het scoorgebied (cirkel) voor het doel van de tegenstander. Raakt een verdediger de bal hierbij aan, dan telt het doelpunt. Raakt de verdediger de bal aan, bij een doelpoging van buiten het scoorgebied en gaat de bal in het doel, dan is er sprake van een corner.

Wanneer de bal uit gaat, wordt er gewisseld met de wachtende spelers.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de vier aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is ook meteen een goed

moment om wachtende spelers in te wisselen.

Wanneer er in totaal drie keer gescoord is (2-1 / 3-0) wordt er gewisseld van functie.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten
- het doel van de verdedigers vergroten.

Moelijker maken:

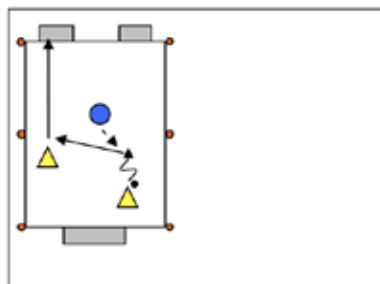
- 4 tegen 4 spelen
- het veld kleiner maken
- het doel van de verdedigers kleiner maken.

Afmetingen:

- veld van 40 meter x 20 meter
- doel van 3 meter x 1 meter.

1.3 Vereenvoudigingen Het verbeteren van het positiespel in de opbouw.

1.3.0 2 tegen 1 met 2 doeltjes / 1 doeltje



Doel: Het verbeteren van het passen, aannemen van de bal en vrijlopen.

De aanvallers kunnen scoren door de bal in 1 van de 2 doeltjes van de tegenstander te passen. De verdediger kan scoren door de bal in het grotere doeltje te schieten. Wanneer de bal uit gaat, wordt er gewisseld met de wachtende spelers.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de twee aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is ook meteen een goed moment om wachtende spelers in te wisselen.

Wanneer er in totaal drie keer gescoord is (2-1 / 3-0) wordt er gewisseld van functie.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten
- de verdediger pas druk laten zetten rond de middenlijn.

Moelijker maken:

- 2 tegen 2 spelen
- het veld kleiner maken

Contact:

D.Wals@pascalcollege.org

Foto's:

Anita Riemersma

Referentie:

Weeldenburg, G., Zondag, E. & De Kok, F. (2016).

Spelinzicht. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Siebelink, C. (2012).

Allemaal uitblinkers, F-pupillen. Zeist: KNVB.

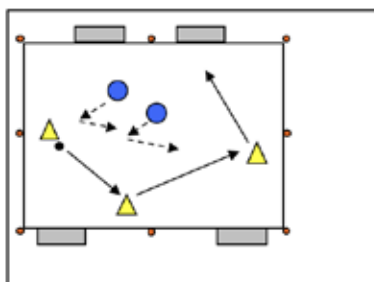
Kernwoorden:

hockeymethodiek, hockey positie spelen

- de doeltjes van de tegenpartij kleiner maken
- de doeltjes van de tegenpartij dichterbij elkaar zetten.

Afmetingen:

- veld van 20 meter x 15 meter
- doeltje (2x) van 2 meter x 1 meter
- doeltje (1x) van 5 meter x 1 meter.



1.3.1 3 tegen 2 met vier doeltjes

Doel: Het verbeteren van het passen, aannemen van de bal en vrijlopen.

Beide partijen kunnen scoren door de bal in **één van de twee** doeltjes van de tegenpartij te schieten. Wanneer de bal uit gaat, wordt er vervolgd met een pass of dribbel door de partij die hier recht op heeft.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de drie aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is meteen een goed moment om wachtende spelers in te wisselen. Er wordt gespeeld met corners. Deze mogen vanaf de hoekpunten genomen worden, maar ook van de middelste pion.

Wanneer er in totaal 5 keer gescoord is (3-2 / 4-1 / 5-0) wordt er gewisseld van functie.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten
- de doelen groter maken
- doelen van de verdedigers verder uit elkaar zetten.

Moeilijker maken:

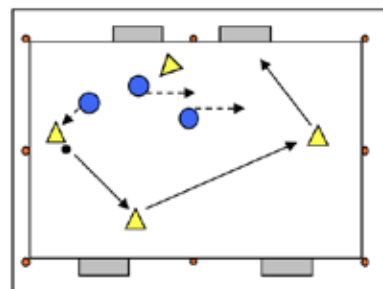
- 3 tegen 3 spelen
- het veld kleiner maken
- de doelen van de verdedigers kleiner maken
- doelen van de verdedigers dichterbij elkaar zetten.

Afmetingen:

- veld van 40 meter x 20 meter
- doel van 3 meter x 1 meter.

1.3.2 4 tegen 3 met vier doeltjes

Doel: Het verbeteren van het passen, aannemen van de bal en vrijlopen.



Beide partijen kunnen scoren door de bal in **één van de twee** doeltjes van de tegenpartij te schieten. Wanneer de bal uit gaat, wordt er vervolgd met een pass of dribbel door de partij die hier recht op heeft.

Gaat de bal achter of is er gescoord? Dan beginnen de vier aanvallers weer met de bal vanuit hun basisposities. Dit is meteen een goed moment om wachtende spelers in te wisselen. Er wordt gespeeld met corners. Deze mogen vanaf de hoekpunten genomen worden, maar ook van de middelste pion.

Wanneer er in totaal vijf keer gescoord is (3-2 / 4-1 / 5-0) wordt er gewisseld van functie.

Makkelijker maken:

- het veld vergroten
- De doelen groter maken
- Doelen van de verdedigers verder uit elkaar zetten.

Moeilijker maken:

- 4 tegen 4 spelen
- het veld kleiner maken
- de doelen van de verdedigers kleiner maken
- doelen van de verdedigers dichterbij elkaar zetten.

Afmetingen:

- veld van 40 meter x 20 meter
- doel van 3 meter x 1 meter.

In het volgende artikel wordt aandacht besteed aan partijspelen.

