

Hoofdstuk 3 Al spelend oplossen van problemen

3.1 Oplossen van spelproblemen (zie hs.1: A9)

In een wedstrijd, op elk niveau en bij elke leeftijd, zie je welke technische of tactische aspecten van een spel wel of niet goed worden beheerst. Anders gezegd: je ziet welke spelproblemen er zijn. Die problemen ervaren, herkennen, verwoorden en er oplossingen voor zoeken begint bij het analyseren van een wedstrijd of eindspelvorm zoals 4-4, 7-7 of 11-11 bij voetbal.

Volgordes in het oplossen van problemen

Een spelprobleem ontstaat als spelers lijfelijk ervaren dat de bedoeling van een spel niet wordt gerealiseerd. Er wordt bijvoorbeeld niet gescoord. Die ontevredenheid en mogelijke verklaringen voor dat 'niet kunnen realiseren' worden (al of niet met hulp van de lesgever/trainer) verwoord. Het niet (goed genoeg) kunnen realiseren van een spelbedoeling en het aangeven van mogelijke oorzaken daarvoor is de eerste stap in het oplossingsproces.

Spelproblemen kunnen opgelost worden door, als een eerste oplossing, *spelregels* toe te passen, te veranderen of te maken. Als bijvoorbeeld een positie spel drie tegen twee goed loopt kan vervolgens drie tegen drie worden gespeeld. Als er moeilijk wordt gescoord kan het doel breder worden gemaakt. Dergelijke regelveranderingen zijn in het bewegingsonderwijs en in de sporttraining eenvoudig toepasbaar. Maar niet in een competitie.

Een tweede oplossing van spelproblemen is het maken van *tactische afspraken*. Door meer of sneller vrij te lopen, door het aanvalsspel 'breder' te laten verlopen, door meer en beter man tegen man te gaan spelen kunnen problemen worden opgelost. In eerste instantie gaat het om het uitvoeren van de juiste actie in de juiste situatie en op het juiste moment. Het realiseren van de bedoeling van de actie is het belangrijkste en niet zozeer het hoe. Het verbeteren van de technische uitvoeringswijze maakt de kans op een geslaagde actie nog beter mogelijk vandaar dat het technisch goed leren uitvoeren van vaardigheden niet onbelangrijk is. Het coachen van de tactiek kent de volgende volgorde in aandachtspunten:

- de opstelling van het team bij voetbal: bijvoorbeeld spelen in een 3-3- opstelling; aanvallend spelen met drie spitsen met de middelste in een vooruitgeschoven positie (**tekening 1**); verdedigend spelen we 'man tegen man' op de dichtstbijzijnde tegenspeler.
- de aanvalsacties (individueel, team, groep) bij voetbal: maak ruimte en gebruik de ruimte; zorg dat je na het afspelen van de bal direct weer aanspeelbaar wordt; zorg steeds voor twee aanvallers tegenover een verdediger.
- de verdedigingsacties (individueel, team, groep) bij basketbal; speel man tegen man aan de kant waar de bal is en pas rug- en ruimtedekking toe aan de kant waar de bal niet is (ball-side en help-side; **tekening 2**),
- de overschakeling van aanval naar verdediging en omgekeerd bij basketbal: jaag bij balverlies op de speler met de bal en zorg voor mandekking 'rondom' de balbezittende speler; neem bij het veroveren van de bal direct je positie in de aanval in; wie waar staat is (nog) niet van belang.

Een derde oplossing van spelproblemen kan plaatsvinden door het leren of verbeteren van technische vaardigheden. Het leren doelen in beweging verruimt de scoringsmogelijkheden. Wanneer in een wedstrijd een tegenspeler moeilijk gepasseerd kan worden moet dat getraind worden.

Een voorbeeld

We spelen bij basketbal een positie spel twee tegen twee met één neutrale speler die steeds met de balbezittende partij meespeelt. Deze speler mag echter niet scoren. Onderscheppen de verdedigers de bal dan moet eerst de bal voorbij de middenlijn worden gespeeld of gedribbeld voordat de aanval wordt ingezet (zogenaamde 'recht van aanval halen'). De speelregels zijn dat er man- tegen- man wordt verdedigd en er bij voorkeur met een lay-in of lay-up ('doelen in beweging') wordt gescoord.

Om dat spel goed te laten lopen moet aan de volgende voorwaarden worden voldaan. Het zijn tegelijk mogelijke oorzaken als het niet wil lukken.

Er moet regelmatig (in beweging) worden gescoord,
Er moet ruimte worden gemaakt; de verdedigers moeten van de basket worden 'weggetrokken',
In eerste instantie individueel doelen na een dribbel en zonder of met een passeeractie,
In tweede instantie doelen na een give-and-go-actie,
In derde instantie doelen na inlopen en aanspelen door een medespeler.

Probleem: scoren gaat te gemakkelijk.

Het is eigenlijk meer een probleem van de lesgever/trainer hoewel ook spelers na verloop van tijd naar meer strijd en spanning verlangen. Op te lossen door van 3 tegen 2 naar 3 tegen 3 te gaan (spelregelverandering). Feller man- tegen- man te gaan spelen (tactische afspraak; speelregelverandering/-verbetering). Leren blokkeren van een schot op de basket/ leren hinderen van een doelende tegenspeler.

Probleem: scoren gaat te moeilijk

Op te lossen door van 3 tegen 2 naar 4 tegen 2 te gaan (spelregelverandering) of werken met 'beschermd (doel)gebied'. Het spel meer 'breed' houden (foto 1-Lars), de ruimte beter gebruiken, beter vrijlopen en aanspeelbaar proberen te zijn (in-and-out move; foto 2-Lars), versnellen bij het passeren, moment van inkomen om pass te ontvangen beter taxeren zijn tactische afspraken die het probleem kunnen oplossen (spelregel veranderingen). Doelen in beweging oefenen onder eenvoudiger condities (minder tegenstand).

Actiepatronen en functies

Elk spel kent actiepatronen die in het spel een bepaalde functie hebben. Zoals: aanvallen – storen bij balverlies – verdedigen – opbouwen van een aanval – scoren. Bij elk spel vind je dezelfde functies maar in verschillende mate van belangrijkheid.

Actiepatronen vervullen binnen een spel bepaalde functies. Een functiegebied is een zinvolle, herkenbare totaliteit binnen het spel. Een eenheid van nauw met elkaar samenhangende acties in overeenkomstige situaties. Elk spel kent dezelfde functiegebieden. Het belang van een functiegebied verschilt per spel en is afhankelijk van het niveau van de spelers. Van verschillen per spel is sprake als je bijvoorbeeld badminton speelt is het 'individueel scoren' belangrijker dan 'het als team uitspelen'. Dat laatste moet weer bij hockey meer aandacht moet krijgen. Van verschillen per niveau is sprake als: je al een goede voetballer bent is het 'als team uitspelen van de tegenpartij' belangrijker dan bijvoorbeeld de balbehandeling, die juist voor een beginner zo belangrijk is.

Voor het oplossen van problemen uit een probleemgebied zijn spelvaardigheden nodig. Om te kunnen scoren bij basketbal kun je bijvoorbeeld een set shot, lay in, lay up of jump shot uitvoeren.

Als problemen door een vakleraar, trainer of de speler bewust aandacht krijgt, noemen we dat een spelthema. Bij *doelspelen* kennen we de volgende spelthema's die verlopen van eenvoudig naar complex én van individueel spel naar teamspel.

1. Individueel spelen waarin de balbehandeling centraal staat.

Lopen met de bal.

Binnen een door pilonnen afgebakende veldruimte loopt een aantal spelers al dribbelend kriskras door elkaar. Buiten het vierkant lopen hun tegenstanders. Een balbezitter en een niet-balbezitter horen bij elkaar. Op teken sprinten de spelers met de bal naar een van vier zijanten. Hun tegenstanders proberen hun bal weg te tikken voor ze de zijgrenzen hebben bereikt.

2. Individueel scoren waarin de balbehandeling gericht is op het scoren.

Geplaatst, hard schieten, koppend scoren.

Een keeper verdedigt een doel (van ongeveer zes passen breed). Aan beide kanten staat een speler, die uit stand of uit loop op doel schiet. Wisselen na bijvoorbeeld drie doelpunten. Het

gaat hier om strak/hard trappen en keepen, de opstelling van de keeper in het doel en het misleiden van de keeper (doen alsof je naar links schiet en dan de bal naar rechts schieten).

3. Individueel en samenspelend scoren waarin de balbehandeling gericht is op het overbruggen van een afstand om tot scoren te komen.

Geplaatst in de loop spelen met aan- en meenemen van de bal.

Er zijn twee vakken en in elk vak staan twee keepers die samen een doel verdedigen. Twee spelers combineren naar een 'middenlijn', waarna een van de spelers in beweging de rollende bal op het doel van de tegenpartij schiet. Zodra de tegenstanders de bal in bezit hebben gekregen, gaan ze al combinerend naar een 'middenlijn' en proberen te scoren. Een snelle aanval is gewenst om de tegenpartij te verrassen.

4. Individueel en samenspelend passeren en scoren waarin de balbehandeling gericht is op het overbruggen van een afstand en het passeren van een tegenstander nodig is om tot scoren te komen c.q. het voorkomen daarvan.

Alleen passeren of een-twee/give and go-actie. Naar twee zijden en/of in de diepte kunnen afspelen. Vrijlopen en aanbieden. Bal afpakken of onderscheppen. Man tegen man spelen. Op een lijn of binnen een afgebakende ruimte staat een speler, die door twee spelers gepasseerd moet worden. Dat kan door een individuele actie of door samenspel. De opdracht is: schiet na het passeren van de verdediger zo snel mogelijk op doel. De verdediger mag niet buiten het vierkant komen. Op doel staat een keeper.

5. Het als team uitspelen van een tegenpartij en tot scoren komen waarin de balbehandeling gericht is op het als team uitspelen van de tegenpartij om zo tot scoren te komen en voorkomen dat je als team wordt uitgespeeld.

Spelen in een opstelling of in posities. Speelwijze. Geven van man-, rug- of ruimtedekking Er wordt vier tegen vier zonder keepers of zeven tegen zeven met keepers gespeeld en met afronden op doel. De spelers coachen elkaar.

Spelthema 1 is eenvoudiger dan spelthema 5. De ontwikkeling verloopt globaal van 1 naar 5 en afwisselend als mogelijk probleem. Met enige regelmaat komen eerdere thema's op een hoger niveau aan bod. Bij elk thema moeten spelvaardigheden (technieken of tactieken) (beter) geleerd worden. Daarvoor hebben we basis- en eindspelvormen tot onze beschikking.

Je kunt jezelf de volgende taken geven. Om naar te kijken:

- Je krijgt informatie over de thema's die in een bepaalde periode binnen les en lessenreeks aan bod komen: wat betekent het thematiseren van spelproblemen?
- Je analyseert aan de hand van een themaoverzicht de thema's die in een les of lessenreeks en binnen een spel centraal hebben gestaan.
- Je vergelijkt aan de hand van een themaoverzicht de thema's in een les of lessenreeks en binnen een spel met elkaar.

Om zelf uit te proberen:

- Je kiest op basis van een themaoverzicht en de spelervaringen van een vorige les of het vorige spel een thema. Je vertaalt dat thema in spelvormen waarbij het leren van technische en/of tactische vaardigheden geaccentueerd worden. Je docent coacht je hierbij.

Om zelf te ontwikkelen:

- Je analyseert systematisch een lesdeel of een spel op basis van het themaoverzicht en kiest thema's voor de volgende lessen.
- Je bereid als groep samen een lessenreeks voor. Jullie kiezen thema's op basis van de speluitvoeringen in een les.

3.2 Door spelend oefenen beter spelen (zie hs.1: A 9)

Sanne is 17 jaar en speelt al sinds haar 10^e basketbal bij de basketbalvereniging in haar woonplaats. Tijdens de laatste training van het seizoen is ze door haar trainer gevraagd of ze ook met hem de mini's U12 wilde gaan trainen. Sanne zit nu op de HAVO en wil graag naar de ALO. Natuurlijk snapt Sanne dat dit goed voor haar zal zijn. Voor de groep staan, trainingen geven, contact met ouders. Wel vindt ze het behoorlijk spannend. In de vakantie denkt ze alvast een beetje na over trainingen. Een lay-up, hoe leer je die aan? Kunnen ze al dribbelen zonder naar de bal te kijken? En is de basket bij de U12 even hoog? Ze mailt alvast wat oefeningen naar haar eigen trainer Tim met wie ze ook de trainingen gaat geven. Tim vindt de oefeningen goed en vertrouwt haar de eerste training toe, gewoon proberen!

Na de eerste training ploft Sanne afgepeigerd neer naast Tim. Ze had de oefeningen goed voorbereid, maar ze had niet op zoveel spelers gerekend. Twaalf basketballers die barstten van energie. Ze riepen dan ook de hele training of ze partijtje mochten doen. Sanne had deze aan het eind van de training gepland. Tijdens dit partijtje zag ze pas hoeveel plezier de spelers hadden. En kleine Tina loopt met een bezweet hoofd steeds goed vrij, terwijl ze net helemaal niet zo goed was in de oefeningen. Pieter maakt een technisch slechte lay-up maar hij vliegt er wel in, wat een succes voor hem! Na een partijtje van 10 minuten zijn ze bekaf, maar wat een voldane gezichten, dit is waarvoor ze komen! Spelen! Ook Sanne heeft plezier in het partijtje, het coachen gaat haar goed af en dit kost heel wat minder energie omdat de spelers zelf zo graag willen. Ze leren zo echt van haar tips en aanwijzingen, ze kunnen deze meteen in de praktijk oefenen.

'Hoe vond je gaan?' Sanne schrikt op uit haar eigen gedachten. 'Ze willen alleen maar spelen en dat is ook het leukste', zegt Sanne. Tim geeft haar voor de volgende training de opdracht om voor de volgende basisonderdelen van basketbal spelvormen te bedenken of op te zoeken. Ook geeft hij aan voor elk spel een kernzinnetje of woord te bedenken, basisprincipes, bijvoorbeeld: tussen man en basket. Hij geeft haar de volgende onderdelen en noemt dat spelthema's.

- 1 Alleen Spelen: A. Dribbelen en B. Passen
- 2 Alleen Scoren: C. Set shot en D. Lay-up
- 3 Alleen en door samenspelen scoren: E. Samenspelen en scoren
- 4 Alleen en door samenspelen scoren en passeren (aanval) én het alleen en samen voorkomen daarvan (verdedigen): F. Samenspelen en passeren en G. Verdedigen

Sanne gaat aan de slag. Leuk die Tim met z'n opdrachten, maar als het helpt en de trainingen leuker en vooral leerzamer worden....

A. Dribbeloverlooptje

De spelers staan op de zijlijn van een half basketbalveld. Ze gaan dribbelend naar de overkant. In het midden staan twee tikkers. Als je als speler getikt bent wordt je zelf tikker. De spelers leren zo de omgeving in de gaten te houden en te dribbelen zonder naar de bal te kijken. *Basisprincipe:* Split vision

B. De pass is altijd sneller

Er staan vier spelers bij een pion in een vierkant. Er is een speler met een bal en een extra speler die ook start bij de bal. De vijfde speler loopt vijf rondjes rond het vierkant. De andere spelers passeren de bal in snel tempo rond. Als de speler klaar is wordt geteld hoe vaak de bal is rond gepast. De spelers moeten proberen het record te verbeteren, van het lopen maar ook van het passeren. De pass kan een chestpass zijn of een bouncepass. *Basisprincipe:* Een pass is altijd sneller

C. Shot-party

In de zaal zijn verschillende scoringsmogelijkheden gemaakt, bijvoorbeeld 4 baskets. Op teken wordt er gestart met dribbelen en op teken wordt gestart met scoren. Elke speler heeft een bal en er mag zelf worden bedacht hoe er wordt gescoord. (lay-up, set-shot en jump-shot) Probeer zo vaak mogelijk te scoren.

Basisprincipe: mikken op de hoek van het zwarte vierkant zodat de bal via het bord erin gaat.

D. 7-up

Er wordt gespeeld met alle spelers op een heel basketveld met twee extra baskets. De spelers hebben allemaal een bal en ze gaan dribbelend zo snel mogelijk proberen zeven lay-ups te scoren. Ze starten tegelijk. Je kan zelf afspreken hoe streng je de lay-up beoordeeld. Ook kun je de ene helft laten tellen en de andere helft laten scoren.

Basisprincipe: Dicht naar de basket

E. Vakbal

Er spelen twee teams tegen elkaar op een half basketbalveld. Elk team heeft een achtervak in de breedte van de gehele achterlijn, waarin het andere team kan scoren. Een team start in het eigen vak. Door de bal samen te spelen moeten ze proberen te scoren door iemand van hun eigen team aan te spelen in het vak van het andere team. Als dit is gelukt is en gescoord dan neemt het andere team de bal uit vanuit dit eigen vak. In het vak is een speler in principe vrij. Er mag dus geen verdediger in staan om de bal weg te tikken. Door het hele vak te kunnen gebruiken leren ze ook om vrij te lopen. Een uitbouw van dit spel is snel gemaakt door het vak kleiner te maken (de basket is ook niet een heel vak groot) en om de bal weer terug te spelen naar een andere speler van het team (rebound). Ook kan er worden gekozen om niet te dribbelen en alleen maar te passen. Zo krijg je meer snelheid in het spel zie basisprincipe spel B.

Basisprincipe: Er zijn altijd twee mensen nodig (samenspelen) om te scoren.

F. Vijfbal

Er spelen twee teams tegen elkaar op een half basketbalveld. Binnen het eigen team wordt er geprobeerd om vijf keer over te spelen. Als er vijf keer is overgespeeld zonder dat de bal is onderschept dan is er een punt gescoord. Het andere team neemt achter de zijlijn de bal uit. Er mag worden gedribbeld om vrij te komen. Het spel heeft als doel om de aanvallers in beweging te krijgen en de ruimte op te laten zoeken om aangespeeld te worden (samenspelen). Een accent op de technieken pivoteren en bouncepass kunnen hier goed worden uitgelicht. In een freeze-situatie ('bevrozen van de situatie die zich net heeft voorgedaan') is heel snel duidelijk te maken wat de functie van deze technieken is. Dit doe je door vragen te stellen en de leerlingen zo tot een oplossing voor het passeren te laten komen. Het spel kan worden uitgebouwd door er tienbal van te maken en het dribbelen eruit te halen.

Basisprincipe samenspelen: zoek de ruimte en zorg steeds voor twee afspeelmogelijkheden.

Basisprincipe passeren: versnel bij het passeren of versnel versnel bij het passeren ná een plotselinge schijnactie.

G. Vaste mannetjes-vijfbal

Er spelen twee teams tegen elkaar op een half basketbalveld. Binnen het eigen team wordt er geprobeerd om vijf keer over te spelen. Als er vijf keer is overgespeeld zonder dat de bal is onderschept dan is er een punt gescoord. Het andere team neemt achter de zijlijn de bal uit. Iedere speler heeft een vaste man. Er wordt gestart met een sprongbal waarin vanaf het eerste moment de vaste man wordt verdedigd. Belangrijk is om de vaste man maar ook de bal in de gaten te houden. Er moet worden geprobeerd om de passlijnen dicht te houden. Dit is in een kort instructiemoment duidelijk te maken door 2 spelers een echte passlijn (touw) vast te laten houden en de verdedigers er tussen te laten komen. Er kan ook alvast aangeleerd worden om als verdediger de hand in de passlijn te houden.

Basisprincipe: man tegen man én balgericht verdedigen.

Vaste mannetjes-recht van aanval-basketbal

Er spelen twee teams tegen elkaar op een half veld. Er wordt basketbal gespeeld met recht van aanval. Dit recht van aanval wordt gehaald achter de driepuntslijn. De spelers verdedigen een vaste man. Er kan worden gescoord op de basket en dit moeten de verdedigers zien te voorkomen. Het accent ligt op het onderstaande basisprincipe:

Basisprincipe: Verdedig tussen man en basket of hou de basket altijd in je rug.

Tim kijkt tevreden naar de Sanne haar werk. 'Je bent behoorlijk creatief', zegt hij met een grote glimlach. Sanne kijkt op en geeft aan dat ze er wel heel lang mee bezig is geweest. "Het was best wel veel werk, zou ik dit op de ALO voor alle sporten moeten gaan uitwerken?". Tim die ook als docent LO

werkt moet lachen. 'Zou je dit dan alleen maar voor basketbal kunnen gebruiken Sanne ?' Die Tim ook altijd met zijn vragen, maar toch leert ze veel van hem.

Schema met spelthema's. Hierboven staan bij die thema's spelvormen genoemd waarmee spelproblemen (bijvoorbeeld passen) door de spelers makkelijker kunnen worden opgelost...

1 Alleen Spelen
2 Alleen Scoren
3 Alleen en door samenspelen scoren
4 Alleen en door samenspelen scoren en passeren (*aanval*) én het alleen en samen voorkomen daarvan (*verdedigen*)

3.3 Door spelend oefenen beter spelen! (2) (zie hs.1: A9)

'Ze willen alleen maar het eindspel spelen en dat is ook het leukste'. Dit was het probleem wat in het vorige verhaal centraal stond. Natuurlijk vinden ze dat het leukste maar kan dat ook anders? Ja, niet meer sturend en vaardigheid gerichte oefeningen. Maar basis spelvormen voor problemen die ontstaan. Hierbij staat één principe centraal. In dat basisspel moet een spelidee zitten. Dan is het leuk, en als het leuk is wordt er pas echt geleerd!

Sanne heeft bij de verschillende basisonderdelen van basketbal spelvormen bedacht en is hier mee aan de gang gegaan! Dit deed ze aan de hand van de 5 spelthema's.

Spelthema 1 Alleen Spelen
Spelthema 2 Alleen Scoren
Spelthema 3 Alleen en door samenspelen scoren
Spelthema 4 Alleen en door samenspelen scoren en passeren (aanval) én het alleen en samen voorkomen daarvan (verdedigen)
Spelthema 5 Eindspel

Dribbel overlooptje naar de overkant, shot party voor een perfecte set shot en 7-up voor een nog betere lay-up. Ze hebben plezier in de spelvormen die Sanne heeft ontwikkeld.

Ze is begonnen met het passen, een vaardigheid die je nodig hebt om te basketballen: '*Als ze niet goed kunnen dribbelen en passen komt er geen spel en als ze niet scoren is er geen succes beleving!*'

Na een aantal weken ziet ze dat haar eigen basketbal groep beter wordt. Ze denkt dat dit komt door de spelvormen in plaats van oefeningen gericht op de vaardigheid. Ze hebben meer plezier en dit motiveert! Ze komt na een middag training geven met plezier thuis en de kinderen roepen allang niet meer dat ze alleen het eindspel willen spelen.

Sanne is inmiddels begonnen op de ALO. In het eerste jaar wordt ze gelijk in het diepe gegooid en mag ze stage lopen op een middelbare school! Ze heeft er zin in maar vindt het spannend. "Wat zullen de leerlingen van mijn lessen vinden" en "ik ben maar een paar jaar ouder!" Gelukkig heeft ze een goede stagecoach en mag ze beginnen met lessen basketbal. Iets wat haar goed ligt, ze speelt het zelf!

Tijdens de lesvoorbereidingen denkt ze aan wat Tim haar heeft verteld:

'Voor de basisonderdelen van basketbal spelvormen (basisspelen) bedenken of opzoeken aan de hand van *spelthema's*. En voor elk spel een kernzinnetje of woord bedenken, een *basisprincipe*. Bijvoorbeeld: altijd verdedigen tussen man en basket.'

Tijdens de eerste les begint ze met het eindspel. Hierdoor kan ze zien wat de leerlingen al kunnen, wat gaat er goed en wat kan er beter? Ze verteld dit aan de groep en laat zien waar er de komende periode aan gewerkt kan worden.

Ze komt tot de conclusie dat veel passen niet aan komen en er weinig wordt gescoord. Iets wat de klas ook erkent. Daarnaast wordt er weinig samengespeeld om tot scoren te komen.

De tweede les begint ze met een basisspel gericht op het passen. "een pass is altijd sneller," Er staan vier spelers bij een pion in een vierkant. Er is een speler met een bal en een extra speler die ook start bij de bal. De vijfde speler loopt vijf rondjes rond het vierkant. De andere spelers passen de bal in snel tempo rond. Als de speler klaar is wordt geteld hoe vaak de bal is rond gepast. De pass kan een chestpass zijn of een bouncepass. Ze sluit deze les af met het eindspel. Het *principe* dat een pass altijd sneller is staat hierbij centraal.

Na de les heeft ze een gesprek met haar stage coach. Hij vindt dat de aanpak van haar lessen de goede kant op gaat. De leerlingen leren 'al spelend'. Ze ervaren het basisspel ook als een echt spel. Ze hebben er lol in, het is spelecht (in beweging aannemen van een pass) en dit motiveert tot leren.

De coach heeft nog wel een aantal vragen, een vraag daarvan is: 'is het haalbaar om leerlingen in tien lessen basketbal perfect te leren passen?' Hier hoeft Sanne, met haar basketbal achtergrond, niet lang over na te denken. Dit is bij de mini's U12, haar groep, zelfs binnen een jaar nog lastig, realiseert ze zich. Ze kunnen niet perfect leren passen binnen tien lessen in de klas. Wel leren ze spelen en de technische en tactische principes en kunnen een link leggen naar andere doelspelen. Inzicht krijgen binnen de doelspelen.

"Maar waarom zou je dan hameren op basisspelvormen waarbij alléén het passen centraal staat?" is de volgende vraag van haar stagecoach. Is het niet veel beter om te beginnen bij *spelthema 4* en daarna 3? Als ze nog niet goed kunnen passen kunnen ze dit ook leren binnen de basisspelvorm lijnbal. Dit basis spel past binnen spelthema 4, waarbij het samenspelen centraal staat. Hier had ze nog helemaal niet over na gedacht. Net zoals bij de basketbalvereniging is ze begonnen met basisspelvormen waarbij vaardigheden die je nodig hebt om te basketballen centraal staan, zoals het passen. Op zich is dit niet verkeerd, het past goed binnen de vereniging. Maar voor een klas ligt dit misschien anders.

Als ze thuis is bereid ze direct de les voor de volgende dag voor. In de eerste les had ze ook gezien dat het samenspelen nog niet zo goed ging. Ze kiest voor het basisspel lijnbal, dit past bij spelthema 4. Hiervoor moeten ze overspelen om de bal achter de lijn van de tegenstander te krijgen. Ze mogen dus niet dribbelen. Het principe van samenspelen, 2 afspeel mogelijkheden, is hierbij belangrijk maar het passen komt ook aan bod bij dit basisspel.

Je ziet: het samenspelen staat centraal binnen het basisspel, maar het passen wordt door dit basisspel ook verbeterd. Leerlingen leren binnen 10 lessen niet een perfecte pass, maar wel beter spelen. Het kan daarom efficiënter zijn om een basisspel uit spelthema 3 of 4 te kiezen, waarbij een principe ook vertaald kan worden naar een ander doelspel. (bijvoorbeeld twee afspeelmogelijkheden, zowel bij basketbal als bij voetbal) Bij een basisspel uit spelthema 4 moeten ze ook passen en dribbelen en zal dit ook wel verbeterd worden maar het staat niet centraal. Als blijkt dat het individueel spelen helemaal niet lukt, kan er altijd nog terug gegrepen worden naar een basisspel van spelthema 1 (bijvoorbeeld het passen).

Leerlingen leren in 10 lessen niet perfect passen. Begin daarom niet bij spelthema 1 (individueel spelen) maar bij spelthema 5 of 4. (samenspelend scoren en verdedigen) Door middel van een basisspel van spelthema 4 krijgen ze meer spelinzicht, dit komt in meerdere doelspelen terug. Hierdoor ontstaat transfer naar andere doelspelen. Transfer betekent: wat je bij het ene spel leert, heeft effect op het snel leren bij een ander spel. Als je bijvoorbeeld weet hoe je alleen met de bal een tegenstander kunt passeren bij basketbal, geldt dat ook zó bij voetbal. Het individueel spelen hebben ze ook binnen dit spelthema nodig en zal zeker niet vergeten worden, maar krijgt niet gelijk de prioriteit.

3.4 Oplossen van spelproblemen in thema's vorm geven (zie hs.1: A9)

Spelproblemen worden opgelost door bewust een daarmee corresponderend spelthema te kiezen. Wat het spelprobleem wordt vastgesteld in een eindspelvorm zoals bijvoorbeeld 4-4 of 7-7 voetballen met twee doeltjes/doelen. Vervolgens wordt in een basisspelvorm onder eenvoudiger condities het spelprobleem opgelost.

Spelthema 1. Alleen spelen waarin de balbehandeling centraal staat.
In het veld liggen vier vierkanten. De spelers dribbelen kris kras door elkaar en lopen van vierkant naar vierkant in richtingen naar eigen keuze en met een verschillende snelheid. Doel: ontwijk elkaar. Later: met twee tikkers in het veld.

Spelthema 2. Alleen scoren waarin de balbehandeling gericht is op het scoren.
Er staan meerdere klein doeltjes op het veld en willekeurig verspreid. Tweetallen hebben een bal en proberen in een bepaalde tijd zoveel mogelijk door samenspel te scoren. Dat wil zeggen de bal moet door een doeltje naar de partner worden gespeeld.

Spelthema 3. Alleen en samenspelend scoren waarin de balbehandeling gericht is op het overbruggen van een afstand om tot scoren te komen.
Dribbel en pass op een medespeler die op enige afstand voor je staat, de bal aanneemt en op doel (met keeper) schiet. Er wordt in stroom gewerkt.

Spelthema 4. Alleen en samenspelend passeren en scoren waarin de balbehandeling gericht is op het overbruggen van een afstand en het passeren van een tegenstander nodig is om tot scoren te komen respectievelijk het voorkomen daarvan.
Op een lijn of binnen een afgebakend gebied staat een speler die gepasseerd moet worden. Twee aanvallers proberen de verdediger te passeren, waarna zo snel mogelijk op doel wordt geschoten. De verdediger mag niet buiten het vierkant komen. Op het doel staat een keeper. Er wordt in stroom gewerkt.

Spelthema 5. Het als team uitspelen van een tegenpartij en tot scoren komen respectievelijk het voorkomen daarvan.
Er wordt drie tegen drie gespeeld met afronden op doel (met keeper). De spelers coachen elkaar ('man/tijd'). De weerstand bij het spelen wordt groter. Het afschermen van de bal en het elkaar hulp bieden (vrijlopen en aanbieden) wordt belangrijk.
De kennis van de spelregels verloopt parallel aan de steeds complexer wordende spelvormen. Na 'wat mag je met de bal doen?' komt 'wanneer en hoe score je? Hoe moet je de ruimte gebruiken? Hoe is het gedrag ten opzichte van de mede en tegenspelers?'

Voorbeelden van handbalspelvormen waarin spelproblemen die bij een bepaald thema horen kunnen worden opgelost.

| <i>Spelthema</i> | <i>Eindspelvormen</i> | <i>Basisspelvormen</i> | <i>Kernvaardigheden</i> |
|---------------------------------------|-----------------------|---|---|
| 1. individueel spelen | | 'Botsauto's', ... | Tippen |
| 2. individueel scoren | | Scoren aan twee kanten van een doeltje met keeper en twee spelers, | Schieten zonder/na een dribbel. |
| 3. individueel en samenspelend scoren | | Eén tegen één van speler en doelverdediger met vier spelers. Scoren na | Passen in loop van medespeler, tippend meenemen en scoren |

| | | | |
|---|--|---|---|
| | | pass op medespeler ... Scoren in beweging met tweetallen op meerdere doelen... | |
| 4. individueel en samenspelend passeren en scoren | Eén tegen één met twee doeltjes; ... | Muurbal, Lijnhandbal of Tsjoekbal. Twee tegen een, drie tegen twee of vier tegen drie op twee doelen met keepers (beach-handball; | Tippen, samenspelen, vrijlopen, aanspelen in de diepte; man tegen man verdedigen en snel omschakelen van aanval naar verdediging en terug; passeer- en afschermacties |
| 5. het als team uitspelen van een tegenpartij en tot scoren komen | Twee tegen twee met twee doeltjes; ... Drie tegen drie met twee doeltjes en man tegen man spelen;... Vier tegen vier of zeven tegen zeven met twee doelen en inclusief keepers;... | Lijnhandbal; vier tegen twee (+2) met twee doelen;... | Tippen, samenspelen, vrijlopen, aanspelen in de diepte; man tegen man verdedigen en snel omschakelen van aanval naar verdediging en terug |

3.5 Leerlijnen bij het spelen van basketbal in het voortgezet onderwijs (zie hs.1: A16)

De basis van het leren spelen vormen de eindspelvormen die gekoppeld zijn aan 'spelthema 5'. Het zijn vormen als 3-3, 4-4 en 5-5. Zo toegepast is de leer methode Totaal – Totaal. Tijdens het spelen van die spelvormen worden spelproblemen geconstateerd. Door coachen kunnen die worden opgelost. Vaak zijn echter ook basisspelvormen nodig waarin het oplossen van een spelprobleem accent krijgt én deze onder eenvoudiger condities kan worden opgelost. Ze zijn gekoppeld aan thema 4 tot en met 1. De leer methode is Totaal – Deel – Totaal. Dat is ook de leervolgorde van relatief complex naar relatief eenvoudig. Het meest eenvoudig is het leren van een spelvaardigheid.

| | | |
|---|---|--|
| 5. Als team uitspelen van een tegenpartij én als team voorkomen daarvan | Drie tegen drie met recht van aanval halen; b. Vier tegen vier met/zonder recht van aanval halen; c. Vijf tegen vijf. Bij 3-3: Positiespel in aanval 1-2 en in verdediging man tegen man op eigen helft. Bij 4-4: Positiespel in aanval 1-2-1 en in verdediging man tegen man op eigen helft. Bij 5-5: Positiespel in aanval 1-2-2 en in verdediging man tegen man op eigen helft. Later: Positiespel in aanval 1-2-2 met screening en in verdediging man tegen man (ball side-help side) of full press op eigen helft en (later) over hele veld in afwisseling. | |
|---|---|--|

| | | |
|--------------------|-----------------------|------------------------|
| <i>Spelthema's</i> | <i>Eindspelvormen</i> | <i>Basisspelvormen</i> |
|--------------------|-----------------------|------------------------|

| | | |
|---|--|---|
| 1. Alleen spelen | | 1. Chaosdribbel met anderen binnen afgebakende ruimte; Vakdribbel (dribbelend van vak wisselen); Achtervolgings-dribbel; Dribbelscore |
| 2. Alleen scoren | | 2.Scoren uit verschillende posities; Bucketbal; Scoren van twee kanten over lengte van de zaal. |
| 3. Alleen en samenspelend scoren | | 3.Samenspelen onder weerstand met anderen; Passeren en scoren in een overloopspel: alleen of met pass op medespeler; Samenspelend scoren aan twee kanten (bounce en chest- passen?); Kapiteinsbal |
| 4. Alleen en samenspelend passeren en scoren én het alleen en samen voorkomen daarvan | Eén tegen één en twee tegen twee met recht van aanval halen bij de middenlijn. | 4.Overloopspel met passeer- en scooractie; Dribbelscore in 2 partijen; Lijnbasketbal; Twee tegen een uit vier hoeken en scoren in beweging en positie- spelen; Positiespelen 4-2 +2 en 5-3 + 2. |

Als je 'actief leren onderwijzen' belangrijk vindt dan wordt van een spelles of speltraining het volgende genoteerd.

| | | | |
|---|---|--|---|
| Datum: 16-10-06 | <i>Leren spelen</i> | <i>Leren spelen met inzicht spelen: technische en didactische principes?</i> | <i>Sociaal leren (tactisch en sportief spelen)</i> |
| Groep: 3H Lesnummer: 2 (dubbeluur) | <i>Spelthema:</i> 5 en 3+4 als afwisseling | | <i>Regelthema:</i> Bewegend oefenen |
| <i>Beleven</i> | 5-5 half veld met recht van aanval halen. Teams spelen de hele periode in vaste samenstelling met het oog op een interklassikaal basketbaltoernooi voor 3 ^e klassers aan het eind van deze periode. | 4 teams (niveauheterogeen) In de hele les: team 1-2 en 3-4. | Spelers zijn scheidsrechter: zelf spel op gang houden. |
| <i>Leren</i> | Aanvallend: 1-2-2. Verdedigend: man tegen man. T1/2: positie spel 5-3 (+2). Accent: scoren in beweging. Op half veld. T3/4: doelcircus met 2-tallen op | Tactisch: positiewisseling-en en snelle balcirculatie Tactisch: idem + veld breed en diep houden! Keuzes in manieren van | Tactische principes: - bij ruimte scoren in beweging! - pak dichtstbijzijnde tegenspeler! - in and out moven! Spelen met 2 coaches per team. Eén voor |

| | | | |
|---------------------------|--|---|--|
| | half veld. | scoren. Lay-in aanbevelen. | aanval en één voor verdediging. |
| <i>Leren te leren</i> | Leerlingen coachen vragenderwijs. Ik coach probleemgestuurd op principes. Teamtaak: maak een plan voor 'steeds beter tactisch gaan spelen' ter voorbereiding op toernooi. | Vuistregel/principe: 'sturend coachen als het moet en probleemsturend/ vragend als het kan' In time-outs: plaatje- praatje-daadje als werkpatroon toepassen. | Op basis van spelanalyseschema (met spelthema's) |

Motorisch leren betekent: leren oplossen van spelproblemen met behulp van spelvaardigheden (technieken of tactieken). Cognitief leren betekent: leren van principes en regels. Sociaal leren betekent onder andere leren leiding geven en accepteren of leren spelen van rollen als scheidsrechter/organisator of helper/coach. Meer voorbeelden staan in het volgende schema.

| | | |
|--|---|--|
| <i>1^e prioriteit: hierop worden lessen primair geordend!</i> | <i>Motorisch leren:</i> - leren sporten (voetballen, judo'en, ...) én bewegen (spelen, vechten, ...) - leren van eindvormen (sporten vertalen naar de mogelijkheden van leerlingen) zoals: een wedstrijdje samen kunnen spelen, een demonstratie kunnen geven, een combinatieoefening samen op niveau kunnen uitvoeren, een meerkamp of een toernooi kunnen organiseren, trainingen kunnen geven,.... | |
| <i>Cognitief leren:</i> - leren gebruiken van technische, tactische of didactische principes bij bewegingsactiviteiten om beter te leren bewegen - leren toepassen van (spel- of veiligheids)regels om beter en veilig te leren bewegen - zelf verantwoorde keuzes kunnen maken - kritisch reflecteren - toepassen van schema's, werkpatronen en vuistregels om beter te leren (hoe te) leren (bewegen) | <i>Cognitief en sociaal spelen bij keuzes een secundaire rol!</i> | <i>Sociaal(-emotioneel) leren:</i> - samen beleven van het bewegen; teamspirit tonen - leiding geven en leiding accepteren: toepassen van rollen als scheidsrechter/organisator en helper/coach, - strategisch en tactisch leren handelen in bewegingssituaties - samenwerkend leren ¹ : elkaar helpen slim te bewegen en geholpen willen worden - samen verantwoord kunnen kiezen - omgaan met niveau- en interesseverschillen van elkaar - sportief spelen / respectvol met elkaar omgaan - meningen, gevoelens en waarderingen daarvan met |

| | | |
|--|--|---|
| | | elkaar delen en conflicten oplossen - winnen en verliezen relativeren |
|--|--|---|

¹ *Samenwerkend leren* vindt plaats in taken die...

- relatief moeilijk of complex zijn, enige tijd vergen om het te realiseren
- de uitvoering van meerdere rollen van leerlingen vereisen
- samenwerken en verdeling van taken nodig maken
- zorgen dat leerlingen bij de uitvoering van de taak van elkaar afhankelijk zijn, er moeten verschillende competenties van ze worden gevraagd die ze in een team kunnen leveren.
- in een afsluitend team-/individuele en proces-/productbeoordeling op niveau worden beoordeeld en op basis waarvan een lerende vervolgcactie vaststelt.

3.6 Spelniveaus beoordelen (zie hs.1: C1)

Het is belangrijk om je eigen spelniveau en dat van anderen in je team te kunnen vaststellen. Er zijn in het spel vijf 'probleemgebieden' die je in enige mate en tot op zekere hoogte moet kunnen oplossen. Die probleemgebieden zijn de volgende.

- 1 Individueel spelen - de balbehandeling staat centraal.
- 2 Individueel scoren - de balbehandeling is gericht op scoren.
- 3 Individueel en samenspelend scoren - de balbehandeling is gericht op het overbruggen van een afstand om tot scoren te komen.
- 4 Individueel en samenspelend passeren en scoren - de balbehandeling is gericht op het overbruggen van een afstand en het passeren van een tegenstander is nodig om tot scoren te komen. Voor de tegenpartij-de verdedigers is het voorkomen daarvan belangrijk.
- 5 Het als team uitspelen van een tegenpartij en tot scoren komen - de balbehandeling is gericht op het als team uitspelen van de tegenpartij om zo tot scoren te komen. Voor de tegenpartij-de verdedigers is het voorkomen dat je als team wordt uitgespeeld belangrijk.

Op elk probleemgebied kun je meerdere spelproblemen tegenkomen. Het spelniveau is afhankelijk van 'hoe goed los ik spelproblemen op?' In onderstaand overzicht geven de cijfers een bovengenoemd probleemgebied aan. Op elk spelniveau wordt één aspect per probleemgebied opgenomen dat op dit moment belangrijk is, bijvoorbeeld omdat daarop wordt gecoacht of veel wordt getraind. Per niveau kan het om vijf probleemgebieden gaan, maar ook dit kan worden beperkt afhankelijk van wat speler en coach op dit moment belangrijk vinden.

Bij de spelbeoordeling zijn niet steeds alle aspecten in het spelgedrag zichtbaar. De spelaspecten kunnen zich ook op verschillende niveaus bevinden. Als 70% of 3 van de 5 probleemgebieden met hun aandachtspunten op een bepaald niveau worden getoond, is dat jouw spelniveau. Voor voetbal kan de volgende niveauboordeling van toepassing zijn.

Spelniveau 1

Spelniveau 2

| | |
|--|--|
| (t1) Lopend hou je de bal onder controle. Je kunt plotseling van richting veranderen (t2) De bal wordt in de richting van het doel gespeeld. (t3) Je speelt bij voldoende ruimte de bal in de buurt van een medespeler. Je scoort zelf of laat door samenspel een ander scoren. (t4) Je speelt de bal voor het passeren af. Je houdt je man met de bal vóór je. (t5) Je blijft voor of achter spelen, afhankelijk van je positie in het team. Je toont dat je de taken van jouw plaats in het team kent. | (t1) Hard lopend hou je de bal onder controle. Je kunt plotseling van richting veranderen (t2) Je scoort als je ruimte hebt. (t3) Je speelt bij voldoende ruimte uit stand een bal geplaatst naar een medespeler. Je scoort zelf of laat door samenspel een ander scoren die er beter voor staat. (t4) Je speelt de bal voor het passeren af, schermt de bal af. Je houdt de man met bal vóór je en probeert de bal af te pakken. (t5) Je blijft op je positie in het team spelen. Bij balverlies/balbezit schakel je snel over door een |
|--|--|

| | |
|--|--|
| | tegenstander te gaan verdedigen of je direct aan een balbezittende medespeler aan te bieden. |
|--|--|

| Spelniveau 3 | Spelniveau 4 |
|--|--|
| <p>(t1) In sprint hou je de bal onder controle. Je kunt plotseling van richting veranderen. (t2) Je scoort op verschillende manieren en onder druk. (t3) Je speelt in loop en ook onder druk een bal geplaatst naar een medespeler. Je neemt de bal aan. Je scoort zelf, laat door samenspel een ander scoren die er beter voor staat of maakt ruimte voor een medespeler om deze te laten scoren. (t4) Je passeert een tegenspeler of speelt af voor een 1-2-combinatie. Je houdt bij mandekking je tegenspeler vóór je, probeert de bal af te pakken of de bal te onderscheppen. Je geeft een medespeler rugdekking. (t5) Je houdt je positie in een team maar wisselt ook zo nodig. Bij balverlies/balbezit schakel je snel over door een tegenstander te gaan verdedigen of je zorgt dat een balbezittende medespeler naar twee of drie kanten de bal kan afspelen. Man- of ruimtedekking pas je aan, aan de snelheid van de tegenstander.</p> | <p>(t1) In sprint hou je de bal onder controle. Je kunt plotseling van richting veranderen. (t2) Je scoort op verschillende manieren, geplaatst en onder druk. (t3) Je speelt in loop en ook onder sterke druk een bal naar een medespeler. Je neemt de bal in beweging direct mee en schermt deze af. Je scoort zelf, laat door samenspel een ander scoren die er beter voor staat, maakt ruimte voor een medespeler of gebruikt de ruimte die door een ander wordt gemaakt om zelf te kunnen scoren. (t4) Je passeert een tegenspeler op meerdere manieren of speelt af voor een 1-2-combinatie. Je houdt bij man- en ruimtedekking je tegenspeler vóór je, probeert de bal af te pakken of de bal te onderscheppen. Je geeft een medespeler rugdekking. (t5) Je houdt je positie in een team maar wisselt ook zo nodig. Bij balverlies/balbezit schakel je snel over door een tegenstander te gaan verdedigen of je zorgt dat een balbezittende medespeler naar twee of drie kanten de bal kan afspelen. Je wisselt man- en ruimtedekking af.</p> |

3.7 Kiezen van bewegingsactiviteiten (zie hs.1: A10)

Wanneer is lijnhandbal een geschikt basisspel? Speel je eerst drie tegen drie of zeven tegen zeven? Het kiezen van bewegingsvormen en het bepalen van de volgorde van bewegingsvormen is van groot belang voor het (beter) leren bewegen. Er zijn algemene en specifieke keuzecriteria.

Algemene keuzecriteria

De volgende algemene criteria kunnen worden gehanteerd bij de keuze van elke inhoud in het bewegingsonderwijs en hier met name voor de keuze van spelactiviteiten. Per criterium wordt een voorbeeld gegeven.

1. De ontwikkelingswaarde van een bewegingsactiviteit.

Een spel moet ontwikkelingsmogelijkheden hebben of in een logische, in complexiteit toenemende volgorde zijn te plaatsen. Over meerdere jaren heen in stappen zijn op te bouwen.

Voetbal kan worden gespeeld van groep 5 tot en met 6 VWO als 2-2, 4-4 of 7-7 naar – eventueel – 11-11

2. De exemplarische waarde van een bewegingsactiviteit.

Een spel moet een hoge exemplarische waarde hebben. Een typisch en kenmerkend spel zijn voor een bepaalde groep van spelen. Het bezit veel overeenkomstige regel-, technische en tactische aspecten.

Voetbal is een kenmerkend spel voor de groep doelspelen waarin vrijwel alle ingrediënten zitten, die het spel spannend en leuk maken. Individuele acties en samenspelacties zijn de meeste kenmerkende handelingen, die in elke basis- en eindspelvorm van voetbal aanwezig moeten zijn.

De transferwaarde van een bewegingsactiviteit.

Een spel moet een hoge transferwaarde hebben. Het leren ervan werkt stimulerend op wat daarna binnen dat sportspel of bij andere sportspelen geleerd wordt.

Spelvormen waarin het individueel passeren en doelen een belangrijke rol speelt, zijn binnen de groep van doelspelen (zoals voetbal, hockey, basketbal of handbal) sterk aan elkaar verwant. Het gaat immers om 'het op tijd versnellend passeren van een tegen-speler'. Als de bedoeling van het spel dezelfde is, de vorm wordt herkend en ook de beleving dezelfde is, is van transfer sprake.

3. Belevings- en sportwaarde van een bewegingsactiviteit.

Een spel moet een hoge belevingswaarde hebben. De leerlingen (van een bepaalde leeftijd of niveau) moeten het spel spannend of uitdagend vinden.

Jagerbal is een geschikt spel voor groep 7 of 8 maar op die leeftijd waarop het spel tactisch goed gespeeld kan worden zijn meerdere sportspelen zoals handbal mogelijk. Die spelen hebben dezelfde of een hogere belevingswaarde.

Een spel moet een hoge relatieve sportwaarde hebben. Door de leerlingen in die plaats en regio voldoende belangrijk of interessant gevonden worden.

Handbal is in Emmen en in delen van Limburg erg populair en honkbal en softbal zijn dat in de randstad.

Hoe meer criteria van toepassing zijn op de uiteindelijke keuze van de eind- of basisspelvorm hoe beter de spelvorm is.

Specifieke keuzecriteria

Voor de keuze van inhouden op een bepaald bewegingsgebied zoals spel gelden specifieke criteria. We maken een onderscheid in eind- en basisspelvormen. Voor de keuze van eindspelen gelden de volgende spelgebonden criteria.

1. Overeenkomstig spelidee. De bedoeling van het spel is dezelfde als van het sporteindspel.

Het slaan van een bal en via het lopen van honken scoren respectievelijk door het vangen of stoppen van een geslagen bal en een aangooi op een honk het scoren van een honkloper voorkomen is een overeenkomstig spelidee bij softbalcricket én bij softbal met vier honken, 6 veldspekers en 3 slagmensen.

2. Afstemming van spel- en speelregels. De spel- en speelregels van het sporteindspel kunnen worden aangepast aan het spelniveau van een groep.

Handbal wordt gespeeld als 7 tegen 7 in de breedte op een half voetbalveld. Afwisselend stuiten en drie passen lopen met de bal is toegestaan. Er wordt gespeeld met een 4-2 verdediging en 2-4 aanval.

3. In stappen te ontwikkelen. Het eindspel is te ontwikkelen tot het echte sporteindspel.

Voetbal van 4 tegen 4, via 7 tegen 7 naar 11 tegen 11.

Voor de basisspelen gelden de volgende spelgebonden (specifieke) criteria.

4. Spelèchtheid. Het spel heeft duidelijke verwantschap met een/het eindspel. De belangrijkste spelregels van het sporteindspel worden ook in het basisspel toegepast.

Bij een positieospel 4 tegen 2 met twee doelen wordt verder de normale regels, technieken en tactieken toegepast Dit met uitzondering van de regel dat het team in balbezit steeds een overtal aan aanvallers heeft.

5. Accent op bepaald spelprobleem. De confrontatie met en het oplossen van een bepaald spelprobleem krijgt door de keuze van de spel- en speelregels veel nadruk.

Het slaan bij softbal vindt plaats in een groep van vier spelers waarvan een slagman, een pitcher, een catcher en een veldspeler is. Van elke bal die wordt geworpen geeft de catcher aan of deze 'slag' of 'wijd' is. De slagman probeert vijf 'slagballen' te slaan. Winnaar is hij, die de meeste slagballen heeft geraakt.

6. Spelbeleving is de kern. Een spel moet door de spelers als spel beleefd kunnen worden. Het volgende is dan nodig.

Er is sprake van een duel, van wedijver tussen twee teams of individuele spelers
Het spel is voor deze spelers spannend, het kan wel of niet lukken, er kan worden gewonnen of verloren
Het spel is een zinvol geheel van acties en regels

7. Afstemming van spel- en speelregels. De spel- en speelregels van het basisspel kunnen aan het niveau van de groep worden aangepast.

8. In stappen ontwikkelen. Het basisspel is tot een eindspelvorm te ontwikkelen.

Het bij punt 5 genoemde softbalspel kan een spel met twee honken, een slagman en drie veldspelers worden. Na een geslagen bal loopt de slagman tussen beide honken heen en weer. Hij stopt wanneer hij niet meer kan lopen (=uitgetikt dreigt te worden). Iedere slagman krijgt twee slagbeurten achter elkaar en probeert daarin zoveel mogelijk punten te scoren.

Steeds geldt dat hoe meer criteria van toepassing zijn hoe beter de keuze van deze eind- of basisspelvorm. Er bestaan standaard- basis- en eindspelen, die op meerdere manieren varieerbaar zijn.

Bij *doelspelen* zijn de volgende spelvormen standaard:

- één tegen nul zonder en met dribbel en een doel; probleem is: balbehandeling (een voorbeeld van een basisspel),
- één tegen één met een of twee doelen; probleem is: balbehandeling en scoren (een voorbeeld van een eindspel),
- één tegen één + één met een of twee doelen; probleem is: individueel of samenspelend passeren van een tegenspeler en scoren,
- twee tegen nul zonder en met dribbel en een doel; probleem is: samenspelend doelen zonder en met plaatswisseling,
- twee tegen twee en een (balbezittende partij haalt recht van aanval bij de middenlijn) of twee doelen; probleem is: samenspelend passeren en doelen,
- drie tegen twee en een of twee doelen; probleem is: scheppen van twee afspeellijnen,
- vier tegen twee of drie en een of twee doelen; probleem is: scheppen van drie afspeellijnen inclusief de pass in 'de diepte',
- drie tegen drie of vier tegen vier met een of twee doelen; probleem is: als team een tegenpartij proberen uit te spelen.

Bij *slag- en loopspelen* zijn dat de volgende spelvormen:

- één slagman plus één werper die goed 'slag' kan gooien, + één/ twee/ drie veldspelers inclusief een achtereenvolger en zonder honken; het probleem is: de bal in het spel brengen (een basisspel),
- één/twee/ drie slagmensen tegen twee/drie/vier veldspelers; werper gooit op 'slag' en 'uit' met twee/drie of vier honken; probleem is: bal in het spel brengen en maken van een punt of het voorkomen daarvan (een eindspel).

Zijn er 'slechte' spelvormen?

Elk spel kan voor de deelnemers een plezierig spel zijn. Ook een spel wat aan slechts enkele van bovengenoemde criteria voldoet. Spelen als kastie, jagerbal, tienbal in rijtjes staan en dan dribbelen of passen, een volleybal tegen de muur smashen zijn minder goede vormen. Dat wil zeggen: ze voldoen aan te weinig criteria. Er zijn betere alternatieven beschikbaar. Echt slechte spelen bestaan niet. Wel minder optimale spelen. Als spelvormen aan alle algemene en specifieke criteria voldoen zijn dat de meest optimale spelvormen.

3.8 Een lessenreeks voetbal en het al spelend oplossen van spelproblemen (voor klas 3 en hoger van het voortgezet onderwijs)

De contouren van een lessenreeks 'oplossen van spelproblemen'.

Het gaat hier om een lessenreeks van vier enkele lessen voetbal in vier opeenvolgende weken. Het is een voorbeeld van hoe een lessenreeks aan een vier HAVO-klas zou kunnen verlopen. In totaal 24 leerlingen, jongens en meisjes. Op voetbalgebied lopen de niveaus sterk uiteen. Er moet dus in enige mate op niveau gedifferentieerd worden. In deze vier lessen wordt daarom in niveau- homogene groepen gespeeld. Twee groepen spelen gedurende de vier lessen vier tegen vier met twee doelen en twee keepers (niveau 1). Twee groepen spelen zeven tegen zeven eveneens met twee doelen en twee keepers (niveau 2). Het ideaal van zo'n voorbeeld- lessenreeks is dat je de aantallen zo mooi kunt verdelen en niemand in deze tijd afwezig is. Zoals gebruikelijk worden vooraf door de lesgever de thema's aangegeven. Het bewegingsthema (dat te maken heeft met de bewegingsactiviteit op zich) is: 'het als team uitspelen van de tegenpartij respectievelijk het voorkomen daarvan'. Concreet betekent dit spelen in een bepaalde opstelling en op een bepaalde manier. Het ensceneringsthema (dat te maken heeft met het regelen, organiseren of ontwerpen van bewegingssituaties) luidt: 'het zelfstandig (beter) leren oefenen'. Concreet betekent dit 'het meer systematisch leren oplossen van een (of meer) bewegingsproblemen'.

Het eindspel als uitgangspunt.

Elke les begint met een inleiding c.q. warming-up die bij toerbeurt door een speler uit een team aan z'n eigen groep wordt geregeld. Duur: 10-15 minuten. Daarna wordt het eindspel gespeeld waarbij de speler, die de inleiding heeft verzorgd ook aanvoerder is. Deze spelers worden aan het einde van een voorafgaande les door de lesgever aangewezen. Het zijn in principe de betere spelers of spelers, waarvan verwacht wordt dat ze inzicht in het spel hebben en in enige mate leiding kunnen geven. Ze hoeven in dit laatste geval niet direct tot de betere spelers te behoren.

De eindspelen (vier tegen vier en zeven tegen zeven) vormen het uitgangspunt van het verdere lesverloop. Er worden afspraken gemaakt over opstelling bijvoorbeeld 'spelen in een 1-2 of 3- 3 opstelling' in de aanval en verdedigend 'man tegen man' en op welke positie welke speler speelt. Ook worden afspraken over de speelwijze gemaakt. Bijvoorbeeld:

- er wordt direct fel op de bal gejaagd of juist meer op de eigen helft verdedigd,
- er wordt goed aangesloten gespeeld,
- het speelveld wordt breed gehouden; de aanvallen worden vooral over de vleugel ingezet,
- de bal wordt zoveel mogelijk direct gespeeld,
- we coachen elkaar met 'man'(achter je) of 'bal' (je hebt speelruimte),
- ...

Bij de niveau-1 groep worden de afspraken over met name de speelwijze in overleg met de lesgever gemaakt. Bij de niveau-2 groep is dat niet nodig. We gaan nu spelen. Tijdens het spel, het kan haast niet anders, zullen er spelproblemen ontstaan, die per team kunnen verschillen. De vraag is nu, hoe leer je de spelers (als ze dat tenminste willen !) deze problemen op te lossen ?

Het oplossen van spelproblemen.

Vooraf is afgesproken dat elke aanvoerder tijdens het spel een time- out (van 2 minuten) kan aanvragen en na afloop wordt het spel kort nabesproken. De lesgever geeft in de eerste les aan hoe je een spelprobleem analyseert en probeert op te lossen. Zijn voorbeeld fungeert als model. In de tweede les moeten de spelers dit model zelf toepassen en helpt de lesgever hen actief hierbij. In de derde les gebeurt hetzelfde maar worden ook de oplossingen van de verschillende teams met elkaar vergeleken. De vragen hierbij zijn: zijn er ook alternatieven? en waarvan zijn oplossingen afhankelijk? In de vierde les tenslotte lossen de teams de eigen problemen zelf op en wordt aan het einde van de les de gekozen oplossing en uitvoering door de teams en de lesgever geëvalueerd.

De lesgever hanteert in deze lessenreeks een bewust didactische leerroute met een voortdurende afwisseling van 'informatie (laten) geven - verwerking door de spelers zelf - praktisch de informatie toepassen'.

Het oplossingsmodel.

Het model dat bij de oplossing van -in dit geval uitsluitend- spelproblemen wordt toegepast bestaat uit: een procedure en een zoekwijzer. De procedure heeft de volgende stappen:

- Zijn we tevreden over ons spel ? ja? dan gaan we zo door! nee ? wat gaat niet voldoende

naar wens?

- Precies benoemen van het probleem waarbij de volgende analysestappen worden gebruikt: 'ligt het probleem bij het individueel spelen van de bal, het individueel scoren, het samenspelend scoren, het individueel of samenspelend passeren en scoren (respectievelijk het voorkomen daarvan of het als team uitspelen van de tegenstander (respectievelijk het voorkomen daarvan)?
- Mogelijke oorzaken voor het ontstaan van het probleem in kaart brengen.
- Een prioriteit aan die mogelijke oorzaken geven: welke vind je de belangrijkste?
- Nagaan op welke manier je de oorzaak van een probleem kunt wegnemen.

De zoekwijzer, waarmee een spelprobleem kan worden opgelost bestaat uit de volgende keuzevolgordes:

Stap 1.

a. Kunnen we het probleem oplossen door de spelregels te veranderen of erbij te maken? verandering van:

- samenstelling van teams en aantal spelers,
- veld- en/ of doelgrootte,
- wijze van balbehandeling,
- gedrag ten opzichte van mede- en/of tegenspelers.

b. Kunnen we het probleem oplossen door tactisch anders te gaan spelen? Te denken valt aan:

- de opstelling aanvallend of verdedigend,
- de speelwijze aanvallend of verdedigend.

c. Kunnen we het probleem oplossen door technisch anders te gaan spelen?

Stap 2.

a. Proberen we het probleem in het eindspel zoals we dat nu spelen op te gaan lossen?

Het is een toepassing van de totaal-totaal methode.

b. Proberen we het probleem op te lossen door nu een eenvoudiger eindspel te gaan spelen (we speelden zeven tegen zeven en gaan vier tegen vier spelen); het is een toepassing van de totaal-deel-totaal methode.

c. Proberen we het probleem op te lossen door aan het begin van de volgende les bepaalde vaardigheden in een basisspel te gaan oefenen of onderbreken we het spelen van het eindspel om dit nu te gaan doen? Dit is ook een toepassing van de totaal-deel-totaal methode.

Stap 3.

Welke eindspel- of basisspelvormen (inclusief de spelregels) komen voor vervolgactiviteiten in aanmerking?

Het model wordt door de lesgever toegelicht en in de eerste les ook praktisch gedemonstreerd. Aan het einde van de eerste les ontvangen de spelers een lesbrief waarin het model aan de hand van enkele voorbeelden ook nog eens schriftelijk wordt toegelicht.

Mogelijke probleemoplossingen in de eerste les.

Bij de 'niveau-1 groep' constateerde een team in de eerste les dat de eigen matige balbehandeling tot regelmatig balverlies leidde. Het andere team constateerde een 'te traag spelen van de bal door een onvoldoende vrijlopen' waardoor er weinig scoringskansen ontstonden. Beide teams kozen na overleg voor een 'tactische oplossing' in het eindspel wat ze speelden. Pas als een tegenspeler in balbezit was zou deze worden aangevallen. Ze gaven elkaar dus bewust wat meer speelruimte. In de inleidingen van les twee en de volgende lessen werden vooral basisspelen gedaan waarin de balbehandeling veel aandacht kreeg.

Bij de 'niveau-2 groep' bleek bij een team het scoren een probleem. Ze kregen vele kansen maar kregen de bal er niet 'in'. Het geplaats hard trappen onder een zekere tijddruk en weerstand wilde niet voldoende lukken. Het andere team signaleerde een te traag uitspelen van de tegenstander waardoor er weinig gescoord werd. Beide groepen kozen voor de oplossing om aan het begin van de tweede les in een basisspel 'aanval- verdediging op een doel met en zonder overtal in aanvallers' het scoren en het uitspelen te oefenen.

Bij alle groepen bleven deze oplossingspatronen ook in latere lessen bij andere spelproblemen de overhand houden. Het is een keuze.

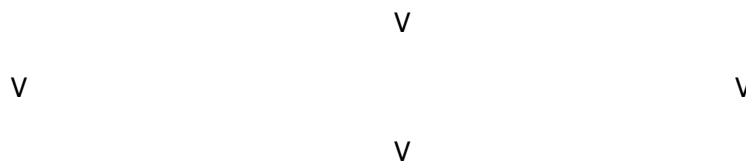
Hoofdstuk 4 Lezen van een spel!

4.1 Hou het breed en diep! (zie hs.1: A3 én C8)

Mijn naam is Mike. Ik ben speler van de A1. Het gaat goed dit jaar met mijn team. Van de negen gespeeld wedstrijden hebben we er al zeven gewonnen, één gelijk en maar één verloren. We staan op de tweede plaats. Het team waarin ik speel is op drie spelers na een tweedejaars A-team. Die drie spelers die erbij zijn gekomen draaien direct zonder moeite prima mee. Ik vind dat we een goede trainer hebben. Ab Hovink is zijn naam. Hij is 'goed' omdat hij heel rustig is, veel vragen stelt en de aandachtspunten zowel in wedstrijden als trainingen beperkt houdt. Dat vragenstellen vonden we in het begin vreemd. Onze vorige trainer was heel direct en gaf altijd een stoot aan aanwijzingen, waar we dan ook prompt in verdronken. Wat hij zegt, het moment waarop hij het zegt en ook hoe hij iets aangeeft is steeds prima. We kunnen het ook direct uitvoeren. Voordat ik een paar voorbeelden geef wil ik eerst iets zeggen over onze speelwijze.

In de **aanval** spelen we 3-4-3. Dat is een *spelstrategie voor de aanval*. Als de aanval van achter uit wordt opgezet bijvoorbeeld na een uitgooi van onze keeper mogen die verdedigers rustig meegaan in de aanval en nemen de buitenste middenvelders die plaatsen over. Het middenveld speelt in een afgeplatte ruit. Zeg maar als een 'wybertje' (tekening 1). Die speelwijze hangt een beetje af van de speelwijze van de tegenpartij. Soms spelen we op één linie en soms met steeds opkomende buitenste middenvelders. We hebben gelukkig spelers die redelijk snel zijn en ook best goed kunnen schieten. Datzelfde geldt voor onze drie spitsen. Regelmatig wordt van positie gewisseld. We zorgen er wel zoveel mogelijk voor dat elke positie in het veld bezet wordt gehouden. We proberen goed aangesloten te spelen.

(Tekening 1)



Als we de bal verspelen en moeten gaan **verdedigen** proberen we eerst de bal snel terug te veroveren door rondom de balbezittende tegenstander direct man tegen man te gaan spelen. We 'jagen'. Alles hangt hierbij af van de vier dichtstbijzijnde spelers. Mocht de tegenpartij ons handig uitspelen dan zakken we terug naar de middenlijn. Maar ook nu proberen we zoveel mogelijk aan de kant van de bal man tegen man te spelen. De drie spelers uit de achterste linie spelen man tegen man, maar geven, als de aanval over de vleugels gaat, elkaar rug- en ruimtedekking. 'Knijpen' noemt Ab dat. We spelen op deze manier best aanvallend en met het nodige risico, maar we hebben er op deze manier wel lol in. Het spel is zó erg dynamisch en laten we eerlijk zijn, we staan er tweede mee. Zó verdedigen noemen we een *spelstrategie voor de verdediging*.

Onze coach geeft tijdens de wedstrijd directe aanwijzingen zo in de geest van: 'Karel: geef rugdekking!' óf 'Middenveld: sluit meer of sneller aan'. In de pauze laat de coach ons nadenken. Samen met de aanvoerder en al vragend stellen we met z'n allen vast wat vandaag 'erg goed' en 'wat we beter kunnen doen' gaat. Uit dat 'wat we beter kunnen doen' wordt een keuze gemaakt: wat is ons belangrijkste spelprobleem? Op de formulering van de speler die dit het meest precies aangeeft wordt doorgevraagd.

Bijvoorbeeld. (Wij) 'we scoren niet!' (Coach) 'hoe komt dat?' (Wij) 'in de aanval wordt te laat vrijgelopen; we kunnen de bal naar voren toe, moeilijk kwijt'. (Coach) 'hoe zouden we dat beter kunnen doen?' (Wij) 'op het moment dat de bal richting middenveld gaat, maken voorspelers en de andere middenveldspelers loopacties; onze balbezitter heeft zo mogelijk steeds drie afspeelmogelijkheden om zich heen' Mochten er meerdere oplossingen van een spelprobleem zijn, dan laat de coach door ons vaststellen wat op dit moment de beste oplossing lijkt. De coach dwingt ons tot analyseren en het bedenken van oplossingen voor spelproblemen. Daarin gaat hij soms erg ver

door ons een keuze te laten maken, terwijl hij zelf een andere mening heeft. Dan lukt onze oplossing niet en daar komen we dan achteraf op terug. Het geeft ons spelinzicht. We leren 'het spel te lezen'.

De aandachtspunten die we zelf kiezen of de aanwijzingen die de coach ons geeft slaan steeds op de belangrijkste actie die we in het spel moeten uitvoeren. De eerder genoemde spelstrategieën voor aanval en verdediging noemt hij **spelprincipes** en onderdelen daarvan **tactische principes**. Ik geef een paar voorbeelden van die tactische principes in de aanval:

Schakel snel over naar de aanval. Doe dat over de vleugels. Zorg dat de bal snel verplaatst kan worden van de ene naar de andere kant van het veld.
 Zorg steeds voor een brede aanval!
 Speel met aangesloten linies!
 Help de balbezittende medespeler zó, dat deze de bal naar twee kanten kan afspelen en zo mogelijk ook nog in de 'diepte'!
 Maak het speelveld groot. Elke positie in de aanval is steeds bezet. Neem de plaats over van de speler die op jouw plaats in het veld komt!
 Zorg dat je de bal in beweging ontvangt en beweeg daarna zo mogelijk richting doel!
 Hou als balbezitter de bal zo ver mogelijk van je tegenspeler vandaan!

Een paar voorbeelden van die tactische principes in de verdediging:

Blijf altijd tussen tegenstander en doel!
 Dwing de balbezittende tegenspeler naar de zijkant van het veld!
 Verdedig balgericht: probeer deze vóór de balaanname door je tegenstander in bezit te krijgen!
 Kijk altijd naar de voeten en de bal van de tegenstander!
 Geef rugdekking aan je medespeler!

In het spel moeten we op elkaar letten 'hoe we spelen'. In de rust en op de volgende training geven we elkaar commentaar op het spel. Wat ging 'goed' en wat 'kunnen we beter doen?'
 Onze coach heeft het team in tweetallen opgedeeld, die in de buurt van elkaar in het team spelen. Hij laat deze speler elkaar vertellen wat goed ging (TOP) en welk punt aandacht verdient (TIP). Steeds één aandachtspunt. Het werkt én we krijgen er in het spel steeds meer inzicht door. Ook omdat je het van elkaar hoort wat goed en wat nog wel verbeterd kan worden. Ik vertel je straks nog wat meer over ons team.

Een **schema** dat op het voorafgaande is gebaseerd ziet er als volgt uit.

| | |
|--|--|
| <i>Spelstrategie in de aanval:</i> - opstelling 3-4-3 op linie in het middenveld | <i>Spelstrategie in de verdediging:</i> - bij balverlies 'jagen' op de bal - man tegen man aan de kant van de bal en rug-/ruimtedekking aan de kant waar de bal niet is. |
| <i>Tactische principes in de aanval</i> zoals: 'Zorg steeds voor een brede aanval!' | <i>Tactische principes in de verdediging</i> zoals: 'Blijf altijd tussen tegenstander en doel!' |

4.2 Tactische principes (zie hs.1: A3)

Voor het spelen van een wedstrijd is tactiek belangrijk. Achtereenvolgens moet je aan het volgende denken.

1. In welke opstelling gaan we spelen? Wat is onze speelwijze of spelstrategie in de aanval en in de verdediging?

Voetbal je 7 tegen 7 dan kan de opstelling in de aanval zijn: 3-3. Dat wil zeggen: 3 verdedigers in de achterste linie en 3 aanvallers in de voorste linie. Omdat de keeper altijd in

het doel staat, noemen we hem hier niet. Verdedigend kun je man tegen man spelen op de eigen helft of het hele veld.

Basketbal je 5 tegen 5, dan kan er sprake zijn van een 1-2-2-aanval. Verdedigend kunnen we als speelwijze van het team in beide situaties bijvoorbeeld man tegen man spelen en op de eigen helft of het hele veld.

2. Met welke tactische principes spelen we in de aanval?

Schakel snel naar de aanval over. Maak snelle uitvallen: fast breaks bij basketbal of break-outs bij handbal, via de vleugelspelers!

Zorg steeds voor een brede aanval!

Speel met de linies aangesloten!

Hou je lichaam tussen bal en tegenspeler!

Je moet de bal altijd naar twee kanten kunnen spelen en zo mogelijk ook altijd in de 'diepte'!

Elke positie in de aanval is steeds bezet. Neem de plaats over van de speler die op jouw positie komt!

Zorg dat je in beweging de bal ontvangt en beweeg altijd richting doel!

Schakel snel om naar de verdediging: iedere speler dekt de dichtstbijzijnde medespeler! Er wordt (op een heel of half veld) op de bal gejaagd!

3. Met welke tactische principes spelen we in de verdediging?

Blijf altijd tussen je tegenstander en het doel! Dwing de balbezittende tegenspeler naar de zijkant van het veld!

Verdedig balgericht: probeer vóór de balaanname bij je tegenstander de bal in bezit te krijgen!

Kijk altijd naar de voeten/handen en de bal van de tegenstander!

4.3 Verbindingen tussen doelspelen maken (zie hs.1: A3)

Ik ben Connie Veer, ik zit in Havo 2 en ik vertel hieronder iets over onze gymlessen op school.

Na de zomervakantie zijn we weer buiten begonnen op het veld. We zijn bezig geweest met hockey en voetbal. Ik zit niet op voetbal toch vond ik deze lessen erg leuk. Gelukkig mochten we beginnen met het eindspel.

Na de herfstvakantie zijn we binnen begonnen. We krijgen 10 lessen basketbal. Vandaag is het de derde les en we hebben al een aantal keer eindspel gespeeld. Net als bij voetbal en hockey spelen we bij basketbal 4 tegen 4. We hebben daarom met ons team afgesproken dat de beste opstelling is om in een ruitvorm te spelen. (*zie figuur 1 tactische principes voetbal*) Dit hebben we al eerder gedaan bij voetbal en hockey en iedereen wist dit nog.

In het begin hebben we nog veel plezier in het spel. Maar later gaat het niet helemaal goed. We hebben als team veel balverlies en krijgen moeilijk de bal van de tegenstander. Na 20 minuten spelen vinden we het spel niet meer goed lopen. Gelukkig ziet onze docent dit ook. Het spel wordt stil gelegd.

Hij vraagt hoe het gaat en of er veel wordt gescoord. Er zijn een aantal andere leerlingen die zeggen dat het spel niet goed gaat en dat ze niet lekker spelen. Anderen zijn het hiermee eens. Onze docent probeert door het stellen van vragen te achterhalen wat er precies verkeerd gaat en hoe dat komt. Er worden een aantal oplossingen genoemd en er ontstaat een korte discussie, totdat onze docent vraagt hoe we hebben gespeeld bij voetbal en bij hockey, wat ook allebei doelspelen zijn. Ik herinner me een aantal principes van voetbal. Deze principes hebben we later ook gebruikt bij hockey en kunnen bij basketbal misschien ook wel van pas komen. Ik aarzel niet en steek mijn hand op. Als ik het antwoord mag gaan geven zeg ik aarzelend: 'Man-to-man verdedigen'. (*zie figuur 2 tactische principes voetbal*)

De docent is enthousiast en vindt dit een goed idee. Hij heeft inderdaad bij voetbal en hockey gebruik gemaakt van dezelfde tactische principes om zo beter te leren spelen. Het probleem in mijn team, het verkrijgen van de bal, kan door deze verdediging beter worden. Er zijn nog een paar andere leerlingen

die zich principes weten te herinneren. 'Altijd verdedigen tussen je aanvaller en het doel' en 'zorgen voor twee afspeelmogelijkheden.' (zie figuur 2 en 3 tactische principes voetbal) De rest van de klas stemt hiermee in en ze gaan weer terug naar hun eigen veld om verder te spelen.

Met ons team spreken we af wie nu wie gaat verdedigen. Doordat we als team nu actiever 'man-to-man verdedigen' gaat het een stuk beter, we hebben vaker de bal waardoor we zelfs tot scoren kunnen komen. Door gebruik te maken van de tactische principes van voetbal leren we beter basketballen. Soms is het nog wel lastig om de bal onder controle te houden met dribbelen en passen. Maar dit kan in de komende lessen nog verbeteren als we meer gaan spelen.

Tijdens de les komt de docent naar mij toe. Hij vond het goed dat ik net de principes nog wist en ziet dat het nu bij ons spel en bij mij veel beter gaat. Hij vraagt of ik misschien bij het team van Marcel wil helpen. Daar gaat het nog niet zo goed. Dit vind ik best moeilijk, ik moet nu zelf kijken wat er goed en minder goed gaat bij een ander team. Gelukkig kan ik ook hier weer gebruik maken van de tactische principes om zo aanwijzingen te geven. Ik heb als eerste de opstelling veranderd. Hierdoor zie je al dat er beter gespeeld wordt en niet iedereen van hot naar her rent. Daarna heb ik laten zien hoe je door middel van 2 afspeel mogelijkheden beter kunt samenspelen en scoren. Dit is wel lastig maar het gaat wel beter! Het team vindt het fijn dat ik ze hierbij heb kunnen helpen.

Met een trots gevoel verlaat Connie uiteindelijk het lokaal. Ze is zelf beter gaan spelen, maar heeft ook anderen kunnen helpen om beter te gaan spelen. Dit door gebruik van tactische principes maar vooral door met deze principes transfer te leggen binnen de verschillende doelspelen.

4.4 De één-twee combinatie! (zie hs.1: A3)

We keren terug bij Mike. Onze A1-voetballer. Hoe gaat ie Mike? Prima Rob. We hebben al vier keer achter elkaar gewonnen en staan nu op een gedeelde derde plaats. Ik ben trouwens ook twee keer per week de D2-pupillen gaan trainen. Samen met Hans, een ouder van een van de spelertjes en ook leraar LO op de VMBO-school hier in de buurt.

Hij heeft mij in ieder geval al geleerd dat het eigen voorbeeld voor die spelers erg belangrijk is. Niet veel en eerst praten, maar show it. Het plaatje eerst. Afgelopen donderdag brachten we dat aardig in praktijk. Nadat ze wat hebben overgespeeld gaan we meestal direct een partijtje spelen. Ze weten dat we dan na enige tijd stoppen en hen vragen wat goed en minder goed ging. Dat deden we donderdag ook. We speelden dat partijtje op een relatief klein veld, waardoor de spelers vrijwel steeds man tegen man spelen. Ze erkenden dat ze daarvoor wat onder de indruk waren en vaak de bal zo maar wegspeelde in plaats van eens te proberen langs de tegenstander te komen.

Hoe passeer je een tegenstander als afspelen moeilijk is of niet kan en er achter die tegenstander voldoende ruimte is? Hans en ik demonstreerde enkele passeeracties. Eén aanwijzing (een tactisch principe) werd hierbij gegeven: 'versnel bij het passeren op tijd!'

De spelertjes gingen één tegen één spelen, met twee doelen (vier passen breed) en op elk doel een keeper. Er mocht alleen beneden kniehoogte worden gescoord. Als er op een doel was geschoten wisselde de keeper met de schutter en verdedigde de verdediger nu het andere doel, waar ook een keeper stond. We zorgden er voor dat de viertallen onderling ongeveer even sterk waren.

Lopend langs de teams keken we of ze op tijd versnelde bij het passeren. 'Op tijd' wil zeggen dat de tegenstander niet bij de bal komen en dus wordt op minimaal drie wandelpassen afstand de versnelling ingezet. Dat lukt al snel vrij aardig.

Een volgende aanwijzing: 'hou bij het passeren je lichaam tussen bal en tegenstander en hou de bal daarbij zo ver mogelijk van je tegenstander vandaan! (een tactisch principe)'

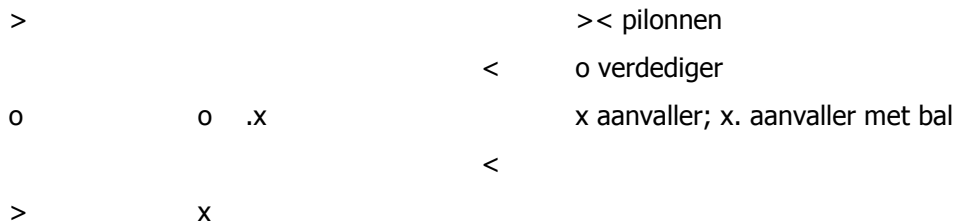
De spelers die makkelijk passeerden lieten we een schijnbeweging toepassen. Eerst naar keuze en later gaven we de volgende twee mogelijkheden voor de hele groep aan:

- dreig dat je de tegenstander links gaat passeren en voer dat dan al versnellend naar rechts toe uit!
- stap naar links (voor de bal langs of over de bal) van de bal en neem de bal naar rechts toe (met binnen- of buitenkant van de rechter voet) mee of andersom.

Tenslotte speelde we weer met het hele team een partijtje op een niet al te groot veld en gaven hen de opdracht 'man tegen man' over het hele veld te verdedigen. Die manier van spelen nodigt tot passeeracties uit. Nu moesten ze nog in de gaten krijgen wanneer moet ik gaan passeren en wanneer kan ik beter afspelen.

Een schema voor een passeertactiek. Toepasbaar bij meerdere doelspelen.

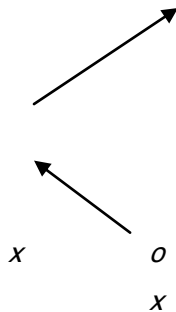
Twee aanvallers, één verdediger en een keeper. Doel met keeper: vijf passen breed; doel van de aanvallers zonder keeper: twee passen breed. Twee ballen beschikbaar: één bal ligt naast het doel. Als de verdediger bal onderschept probeert deze in het kleine doel te scoren. Eerst zonder (= overgang naar één aanvaller tegen twee verdedigers) later met hulp van z'n 'keeper' (overgang naar twee tegen twee). Er wordt regelmatig (na X- doelpunten) van functie gewisseld. De aanvallers worden keeper op het grote doel én verdediger



Basisspel: twee tegen één met doelverdediger

Variatie vindt plaats op de volgende punten...

- 1 van techniek naar tactiek
 - o doorspelen van de bal: van stoppen en afspelen naar direct doorspelen
 - o schieten op doelen: van geplaatst met de binnenkant voet naar hard en geplaatst met de wreef
 - o moment van afspelen ten opzichte van de tegenspeler (ongeveer 3 passen afstand), moment van de versnelling (afspelen plus direct versnellen) en opstelling van de zich aanbiedende medespeler (naast de verdediger op ongeveer 3 passen afstand)(zie



- 2 vergroten van de weerstand
 - o van hinderen van balbezitter naar proberen de bal te onderscheppen
 - o van actie op balbezitter naar schijnactie op balbezitter en poging de afgespeelde bal in bezit te krijgen
- 3 voorspelbaarheid van de acties van aanvallers en/of verdediger worden kleiner
 - o aanbiedende medespeler: links óf rechts van de verdediger afwisselend aanbieden
 - o individuele passeeractie van de balbezitter óf passeren met behulp van een 1-2-combinatie
- 4 handelingscomplexiteit of –snelheid wordt groter
 Spits met een verdediger die man- tegen- man speelt. De spits maakt ruimte voor balbezitter óf komt los van z'n verdediger. De verdediger valt balbezitter aan.

4.5 Ordenen van tactische principes (zie hs.1: A4)

In de school leer je een sport minder diepgaand dan in een sportclub. Om het effect toch groot te laten zijn gaat het om voetballen, basketballen, hockeyen,én spelen.

Leereffecten kunnen in dit geval sneller en beter worden bereikt door hier van *transfer* gebruik te maken. Doelspelen hebben op tactisch gebied vele overeenkomsten. Tactiek verdient bij transfer dan ook prioriteit en sluit goed aan bij de overheersende opvatting in de LO dat zoveel mogelijk 'al spelend leren' moet worden geleerd.

Sportgericht leren, leren voetballen bijvoorbeeld, vereist dat een spelsport op het niveau van leerlingen speelbaar wordt gemaakt. Sportspelregels worden dus verminderd en veranderd. Bij het oplossen van spelproblemen wordt van de kernactiviteiten van een sport gebruik gemaakt. Ook de kenmerkende sporttaal hoort erbij.

Een spelsport wordt vertaald in meerdere eindvormen: van drie tegen drie, aanval-verdediging op één basket bij beginners tot en met vijf tegen vijf op een heel veld bij beginnende gevorderden. Voor gebruik maken van transfer is spelen met inzicht nodig. Dat betekent vooral: leren van principes. Die geven de essentie van een spelvaardigheid of een spelactiviteit aan. De essentie van het scoren met een lay-up bij basketbal is: 'in beweging, bovenhands via het bord scoren, door zo dicht mogelijk bij de basket te komen'.

Al spelend (beter) leren basketballen én leren spelen

Leren door transfer betekent: dát wat je leert in de ene situatie heeft effect op wat je leert in een andere eerdere of latere vergelijkbare situatie. Transfer kan dus vooruit of met terugwerkende kracht werken en het leren zowel positief als negatief beïnvloeden. Een vooruit werkend en positief effect ontstaat bijvoorbeeld wanneer leerlingen bij het passeren van een tegenspeler 'tijdig, zonder/met schijnbeweging, versnellen' (technisch principe) en de 'bal daarbij ver weg van de tegenspeler houden' (tactisch principe). Ze leren dat eerst bij basketbal of voetbal (waar ze dan wat beter in zijn) en later bij bijvoorbeeld hockey. Belangrijk is dat de spelvormen overeenkomen en uitvoeringsovereenkomsten en -verschillen nadrukkelijk worden benoemd. Bij hockey zul je de versnelling bijvoorbeeld eerder moeten inzetten. Een principe is in de leerpsychologie de kern, de essentie of het méést belangrijke van een actie. Bijvoorbeeld: 'bij balbezit kan ik de bal naar twee zijden afspelen'. Leren van tactische en technische principes leidt tot spelen met meer inzicht en dat wordt dan weer 'al spelend' geleerd.

Transfercondities bij bijvoorbeeld het leren basketballen én spelen

Transfer ontstaat niet vanzelf. Spelers moeten het zich bewust zijn. Daarvoor zijn drie condities nodig. *Eerste conditie:* 'er moet sprake zijn van een overeenkomstige spelstructuur en met name met meerdere overeenkomstige tactische principes'. Bij doelspelen bijvoorbeeld. Zie figuur 1.

| | <i>In de aanval - bij balbezit</i> | <i>In de verdediging – bij geen balbezit</i> |
|---------------------|---|--|
| Speelwijze als team | 'Speel in een wybertje of ruit (1-2-1) 'Speel met diepte in de aanval' 'Speel aangesloten' | Man tegen man (1) over het hele veld of (2) op de eigen helft. Consequent man tegen man of (b) geven van rugdekking als de bal aan de andere zijde is |
| Tactieken als groep | 'Elke positie is in de aanval bezet' 'Versnel/verander van richting bij het vrijlopen' 'Hou het veld breed en diep' 'Balbezitter heeft steeds naar twee en kanten afspeel- | 'Pak de dichtstbijzijnde tegenspeler' 'Speel één op één' |

| | | |
|-----------------------|---|---|
| | mogelijkheden' 'Zorg voor overtal in de aanval' | |
| Individuele tactieken | 'Blijf steeds in beweging' 'Dreig ná balontvangst' 'Versnel op tijd bij het passeren' 'Scor zoveel mogelijk in beweging' 'Versnel na het geven van een pass en bied je direct weer aan' | 'Blijf op armlengte tussen tegenstander en eigen doel' 'Verdedig balgericht' |

Figuur 1 Voorbeelden van tactische principes (zie ook figuur 9)

Tweede conditie: 'er is in beide situaties sprake van een overeenkomstige spelvorm en met name daardoor is ook de beleving overeenkomstig'.

Bij voetbal speel je 1-1 met twee kleine doeltjes waarbij je zowel van voren als van achteren kunt scoren. Tactisch principe: 'versnel bij het passeren zonder en met een schijnbeweging'. Vervolgens speel je bij hockey 1-1 met twee kleine doeltjes waarbij je zowel van voren als van achteren kunt scoren. . Tactisch principe: 'versnel bij het passeren zonder en met een schijnbeweging'.

Bij een probleemgerichte benadering leren spelers dat ze voor het oplossen van spelproblemen meerdere vaardigheden kunnen gebruiken. Dat leren vindt altijd in relatief complexe situaties plaats. Relatief wil zeggen: afhankelijk van het spelniveau van de leerlingen. Scoren kun je doen met behulp van een set shot, een lay in, een lay up of een jump shot. Die meerdere manieren van scoren worden je getoond, maar de keuze wat je wanneer wilt doen is aan jou. Toepassing van een spelvaardigheid is immers behalve van de situatie ook afhankelijk van wat de eigen voorkeur heeft.

4.6 Technische principes (zie hs.1: A5)

Het klink misschien wel vreemd, maar toch is het iets wat feitelijk wel gebeurt: 'je leert geen bewegingen, maar bedoelingen van bewegingen'. Je scoort bij basketbal (de bedoeling) met een lay up (bewegingshandeling of -vaardigheid). Je handelt dus om een doel te bereiken.

Je dribbelt en houdt daarbij de bal vlakbij je als je bij voetbal een afstand wilt overbruggen, maar er wel tegenstanders in de buurt zijn. Je drijft, en speelt de bal wat verder voor je uit, als je snel een afstand wilt overbruggen en er geen tegenstanders bij je in de buurt zijn.

Dribbelen en drijven zijn spelhandelingen of -vaardigheden met de bedoeling om een afstand te overbruggen naar het doel van de tegenstander om uiteindelijk te kunnen scoren. Je hebt hier zelfs twee bedoelingen mee.

Doelgericht bewegen doe je met spelhandelingen. Die handelingen zijn te onderscheiden in kernhandelingen, ook wel principes genoemd, handelingen en bewegingen

Technische *principes* bij een basketbal-lay up zijn: 'kijk naar bord en basket', 'in beweging, bovenhands de bal zo dicht mogelijk bij de basket tegen het bord in de basket spelen'

Als je dit niet doet, is de uitvoering *fout*.

Handelingen hierbij zijn: 'maak met de bal in de hand twee lange laatste passen' en 'scoor van rechts aanlopend rechts en van links aanlopend links'.

Acties van lichaamsdelen noemen we *bewegingen*: 'breng je rechter knie energiek omhoog bij het scoren', 'strek je arm waarmee je scoort', 'geef de bal door een polsactie een klein zetje mee',

Om 'hoog te komen' is het handig om de laatste twee passen bij een lay up tamelijk lang te maken. Dat is een 'handeling'. Bovendien land je dan waarschijnlijk nog voor basket en bord en ben je in staat

om aan een aanvalsrebound deel te nemen. Dat is handig want dan kun je de bal terugveroveren als deze na een schot op de basket er toch nog net niet 'in' gaat.

De bal door een polsactie een klein zetje meegeven verhoogt de kans op scoren. Dat is een beweging. We onderscheiden dus achtereenvolgens:

| <i>Bedoeling</i> | <i>Principe of kernhandeling</i> | <i>Handeling</i> | <i>Beweging</i> |
|-------------------------------------|-------------------------------------|--|--|
| Voor beginner met geen spelervaring | Voor beginner met geen spelervaring | Voor gevorderde beginner met al enige spelervaring | Voor beginnende gevorderde met relatief veel spel-ervaring |

Voer je de (kern)handelingen uit dan doe je al de bewegingsactiviteit. Doe je de bewegingen ook nog goed dan voer je de bewegingsactiviteit al perfect uit. Nu nog alleen de activiteit op het juiste moment en in de juiste situatie uitvoeren.

Probeer altijd eerst de bedoeling van een actie te achterhalen. Vervolgens gaat het om wat er beslist gedaan worden om de bedoeling te kunnen realiseren: de principes. Naast technische principes heb je ook tactische principes. Bij een lay up is dat bijvoorbeeld: 'als er voldoende ruimte achter je tegenspeler richting basket is óf als er niemand voor je staat kun je een lay up uitvoeren'

4.7 Stilstaan bij leren spelen (zie hs.1: A5)

Ik speel graag en wil ook graag steeds beter gaan spelen. Tijdens en na een spel probeer ik na te gaan wat goed ging en wat minder. Daar moet ik dus even over nadenken.

Ik speel de bal naar een medespeler af en merk direct dat ik de bal te weinig snelheid meegeef. Hij wordt dus onderschept. Dat neem ik direct in gedachte op en een volgende keer in een ongeveer vergelijkbare situatie speel ik de bal strakker naar mijn medespeler. Al spelend doe ik ervaringen op met acties die wel of niet lukken. Ik leer dus al doende. Bovendien zie ik mijn medespelers bezig en door het kijken leer ik ook van hen. Ik zie Jaap een mooie schijnbeweging in een bepaalde situatie maken. Dat kan ik ook, denk ik dan en probeer het na te doen. Ik imiteer het spelgedrag van anderen.

In de rust bij voetbal of een time out bij basketbal geeft de coach ons aanwijzingen en/of stelt vragen aan ons over hoe we denken dat we spelen. We krijgen en geven elkaar tips. We leren een wedstrijd of een partijtje op de training te 'lezen'. We begrijpen steeds beter hoe we het spelletje kunnen spelen. We spelen met steeds meer inzicht.

We passen dan kennis toe. Dat kan op het volgende betrekking hebben.

- Hoe spelen we als team in de aanval? Bij voetbal in een 3-4-3 opstelling en bij basketbal in een 1-2-2- opstelling? En in de verdediging: man tegen man op eigen helft of in een zone met man tegen man aan de kant waar de bal is en rugdekking gevend aan de kant waar de bal niet is?
- Wat is mijn positie in het team in aanval en verdediging? Waar moet ik staan? Hoe schakel ik om van aanval naar verdedigen? Hoe kan ik mij aanbieden of mijn medespeler rugdekking geven?
- Ik moet leren inschatten met welke spelvaardigheid ik 'wanneer in welke situatie en op welke manier ik deze het beste kan uitvoeren om een bepaald gewenst resultaat (een medespeler aanspelen of scoren) te kunnen realiseren?
- Wat ik moet doen om mijn spel te verbeteren? Kan ik dat direct zelf of heb ik de hulp van mijn trainer daarbij nodig?
- Kan ik mijn medespeler ook een aanwijzing geven? Hoe maak ik hem dat het beste duidelijk?

Voor dat laatste heb ik twee mogelijkheden tot mijn beschikking:

- ik geef een nauwkeurige beschrijving van hoe het kan; ik beschrijf de structuur van een activiteit óf
- ik doe het direct voor en geef de essenties of principes daarbij aan.

Het leren van principes doe je het snelst en onthoud je het beste. Ze hebben mij geleerd dat spelprincipes de meeste voorkomende en de meest succesvol gebleken oplossingen van spelproblemen of spelvaardigheden zijn.

Doelen in beweging (een spelprobleem) geeft meer kans op resultaat dan doelen uit stand. Doelen in beweging kun je op verschillende manieren. Bij basketbal bijvoorbeeld met een lay up of lay in. Ik moet ze beide in de *juiste* situatie leren toepassen. De juiste situatie is: 'er is geen tegenstander tussen mij als balbezitter en de basket' of 'er staat een tegenstander voor mij met genoeg ruimte achter zich om in twee passen te kunnen scoren én ik schat in dat ik hem op snelheid kan kloppen'. Scoren met een lay in (een spelvaardigheid) betekent dat ik 'in beweging naar de basket moet reiken en de bal van mijn hand direct in de basket moet laten springen'

Spelprincipes zijn te ordenen naar:

- Individuele actie bij wel (A) of geen balbezit (B)

(A) als een tegenstander je bij voetbal aanvalt scherm dan de bal met je lichaam af óf loop bij basketbal na een doelpoging direct achter de geschoten bal aan voor een eventuele tweede poging. (B) blijf bij handbal altijd tussen het doel en je (balbezittende) tegenstander óf dwing bij voetbal een balbezitter altijd naar de zijkant van het speelveld.

- Gezamenlijke actie bij wel (A) of geen balbezit (B)

(A) zorg dat bij voetbal een balbezittende medespeler de bal altijd naar twee kanten kan afspelen óf maak bij voetbal ruimte in de aanval door de bal via een achterwaartse pass naar de andere zijde van het veld te passen.

(B) wie waar bij voetbal in de verdediging staat maakt niet uit, als alle posities maar bezet zijn óf geef een medespeler die bij voetbal de balbezitter aanvalt altijd rugdekking.

Je kunt jezelf de volgende taak opleggen: 'Geef de principes aan die spelers in een team goed of minder goed uitvoeren'.