

Sport Educatie Unit

Floorball



**Hanzehogeschool
Groningen**
University of Applied Sciences

Instituut voor Sportstudies



Jorg Andree
Floorball Academie Nederland

Lessenreeks Floorball voor het VMBO

Floorball, ook wel bekend als unihockey, is de snelste zaal(team)sport ter wereld. De kracht van floorball is dat iedereen dit snel kan spelen. Door de laagdrempelige regels en een grote kans op succesbeleving (spelen en scoren) maakt het voor velen een uitdagende en aantrekkelijke sport. Floorball speel je 6:6 inclusief een keeper en wordt gespeeld op een veld van 40-20 meter. Doordat je onbeperkt mag wisselen blijft het actiepercentage hoog. De sport is ontstaan in Zweden en heeft zich in 40 jaar ontwikkeld tot de 2^e teamsport na voetbal. De International Floorball Federation (IFF) vertegenwoordigd 56 landen en organiseert om het jaar de WK. Sinds 2010 is de Nederlandse Floorball en Unihockey Bond (NeFUB) aangesloten bij het NOC*NSF en heeft het IOC in 2011 de sport floorball erkend als Olympische sport. De sport is toegankelijk omdat zelfs op topniveau het materiaal eenvoudig en betaalbaar is. Kortom, een sport die mensen snel in beweging brengt.

Floorball in het onderwijs

De afgelopen jaren heeft de sport floorball zich ontwikkeld tot een attractieve schoolsport. Dit blijkt wel uit de aanmeldingen voor de Olympic Moves kampioenschappen (2014). Alleen al in het Noorden van het land namen 19 scholen met 59 teams deel aan dit kampioenschap. Vele scholen hebben floorball dan ook in hun programma opgenomen om leerlingen voor te bereiden op dit soort kampioenschappen. De kracht van deze sport is de laagdrempeligheid en de dynamiek van het spel. Iedereen kan floorball spelen en heeft voldoende ontwikkel mogelijkheden voor het individu. Zo blijft de uitdaging groot om beter te willen worden. Voor de doelgroep VMBO is dit een sport die veel te bieden heeft. Het is een snelle en intensieve sport met een hoge belevingswaarde. Het eindspel 6:6 is eenvoudig aan te passen qua zaalruimte waardoor de eigenheid van de sport niet verloren gaat en deze elementen aanwezig blijven.

Uitdaging binnen de spelthema's

Binnen deze lessenreeks floorball staat het 'beter leren spelen' centraal waarbij de speler inzicht krijgt in zijn spelniveau. Met 'beter leren spelen' bedoelen we vaardiger worden in het spelen van een eindspel, kennis vergroten van spe(e)lregels en bewust zijn van de eigen ontwikkeling. Deze lessenreeks floorball draagt bij aan het ontwikkelen van een zelfbeeld en het ontwikkelen van motorische, sociale en cognitieve vaardigheden. Binnen deze lessen besteden wij aandacht aan het beter leren spelen waarbij de motorische ontwikkeling de meeste aandacht krijgt.

Bewegingsprobleem is: Samen spelen en komen tot scoren en het voorkomen ervan (spelthema 5).

Spelthema's

Spelthema 1	Individueel handelen in de vorm van: Dribbelen en drijven, afschermen van de bal en het versnellen in de ruimte.
Spelthema 2	Individuele balbehandeling gericht op *scoren in de vorm van: -short hand wrist shot -slapshot *techniek zal niet aangeboden worden maar wel zichtbaar zijn in beeldmateriaal.
Spelthema 3	Samen handelen en scoren waarin balbehandeling gericht is op het overbruggen van een afstand om tot scoren te komen in de vorm van: passen, aannemen, vier tegen nul en afronden op de goal.
Spelthema 4	Samen handelen en tegen elkaar handelen waarin de balbehandeling gericht is op het overbruggen van een afstand en het overwinnen van weerstand om tot scoren te komen in de vorm van 2:2, 3:1 en 4:4.
Spelthema 5	Het als team uitspelen van de tegenpartij waarin de balbehandeling gericht is op het uitspelen van de tegenpartij om zo tot scoren te komen in de vorm van: het spelen van een wedstrijd, toernooi of competitie 4:4 inclusief keeper.

Sport Education Unit

Deze lessenreeks is opgebouwd a.d.h.v. het sporteducatie concept. Een Sport Educatie Unit is een lessenreeks waarbij leerlingen in meerdere weken bezig gaan met een sport waarbij de laatste les een 'feest' (afsluiting) is. Het feest kan bijvoorbeeld inhouden dat er een eindtoernooi wordt gespeeld.

Het concept Sport Educatie Unit (SEU) is bedacht door de Amerikaan Daryl Siedentop. Daryl Siedentop vindt dat je van de sportles een feest moet maken. Je moet leerlingen betekenisvol laten sporten. Siedentop verbindt dit aan seizoen gebonden activiteiten, waar leerlingen aansluitend een aantal lessen als team met elkaar spelen. Uit onderzoek is gebleken (Siedentop, 2002) dat leerlingen pas na meerdere lessen binnen school aan een sport beginnen. Met de lessen is het de bedoeling dat zij in die aantal weken als team vooruitgang boeken en daarom ook doelen stellen. SEU is dan vooral gericht op de spelsporten. In Amerika wordt dit concept veelal toegepast tijdens de gymlessen op de High Schools waarbij het eindtoernooi en de onderlinge wedstrijden dan ook erg belangrijk zijn.

Een Sport Education Unit valt te onderscheiden in 6 onderdelen;

1. Seasons/ seizoenen	2. Affiliation/ verwantschap	3. Formal competition/ formele competitie
Het aanbieden van minimaal 6 tot 12 lessen van dezelfde sport.	Leerlingen worden ingedeeld in teams waar ze het hele seizoen samen mee spelen.	Er wordt gedacht vanuit een competitief concept.
<i>Leerlingen leren de sport kennen/ dieper op de sport in kunnen gaan.</i>	<i>Leerlingen worden snel leden van een team.</i>	<i>Leerlingen moeten elke les zien als een competitie om de tegenstander te verslaan.</i>
<i>Docent bepaalt sport, leerlingen kunnen kiezen welke sport zij willen gaan doen.</i>	<i>Verschillende niveaus door elkaar.</i> <i>Sociale cohesie van een groep.</i>	<i>Oefenen met specifieke oefenvormen voor de wedstrijd.</i>
4. Culminating Event/ Afsluitend evenement (toernooi)	5. Keeping records/ records behouden	6. Festivity
Leerlingen werken naar een eind competitief toernooi toe als afsluiting van een SEU.	Leerlingen houden zelf het leerproces in de gaten door te evalueren en reflecteren na een les om hun doel haalbaar te maken.	De lessen worden gezien als een feest. Plezier en competitie staan voorop en er heerst een wederzijdse positieve afhankelijkheid.

De lessenreeks wordt afgesloten met een eindtoernooi; sportdag, toernooi of landelijke toernooi.

Wat beter kan, wordt de volgende les aan gewerkt.

Leerlingen zijn sociaal verantwoordelijk voor elkaar.

Lessen moeten als leuk worden gezien.

Aankleden van de les a.d.h.v. muziek, teamshirts etc.

Toepassing SEU op Floorball in het VMBO

Er is aan de hand van het concept Sport Educatie unit een lessenreeks floorball ontwikkeld voor het VMBO. Deze lessenreeks bestaat uit 4 lessen waarbij de laatste les een eindtoernooi in de klas inhoudt. Daryl Siedentop (2004) geeft aan in zijn boek 'Sport Educatie Unit' dat er minimaal 12 lessen moeten worden gegeven omdat er uit onderzoek is gebleken dat leerlingen dan sneller aan sport gaan doen en langer verbonden blijven aan een sport. Omdat er in Nederland niet alleen gekeken wordt naar de diepte maar ook zeker naar de breedte is er gekozen voor 4 lessen. De transfer die hierbij wordt gelegd tussen de technische en tactische principes binnen doelspelen zal de leerlingen helpen zich sneller te ontwikkelen

De lessen zijn opgebouwd in de 'totaal-deel-totaal' methode. Het is belangrijk dat de leerlingen de sport floorball echt gaan beleven en daarom is er gekozen voor veel spelvormen en eindspelen. De groep zal opgedeeld worden in teams die vanaf het begin met elkaar moeten samen spelen / werken. Vanuit een totaal methode (eindspel) zal inzichtelijk gemaakt worden op welk niveau de leerlingen werken. Op basis hiervan mogen de leerlingen keuzes maken wat zij willen verbeteren. Dit kan onder leiding zijn van de docent (docent gestuurd) of de leerlingen kiezen zelf voor een leskaart horende bij een spelthema (probleem gestuurd). Naast de leskaarten zijn er ook stappenplannen en kijkwijzers die zelfstandig gebruikt kunnen worden voor meer diepgang. Dit is digitaal verwerkt in de lessenreeks (zie augmented reality). Zo hopen we een beleving bij de leerlingen te creëren waardoor ze gemotiveerd zijn om te willen 'leren'.

Zelfregulatie in het VMBO

Om de leerlingen in het VMBO bewuster te laten bewegen en een bijdrage te leveren aan het succes van sporten hanteren we in deze floorball lessen een reflectieve aanpak. We maken hierbij gebruik van de cyclus van zelfregulatie (Jonker (2011) Self-regulation in sport and education (proefschrift):



Door de leerlingen bewust te maken van hun spelniveau middels een nulmeting willen we ze inzicht geven in wat ze kunnen en stimuleren we om ontwikkeling te willen realiseren. Hierdoor kunnen ze gericht (keuzes maken) aan de slag tijdens de sportlessen. De docent zal een meer begeleidende rol aannemen waarin hij/zij de deelnemer uitdaagt om 'beter' te willen worden. Als docent kun je het lerende gedrag stimuleren om voor elke deelnemer de nulmetingen uit te draaien. Zo betrek je ze volwaardig bij de les.

Na elk eindspel en les zal de docent de deelnemers de volgende vragen stellen:

- Wat vond je goed gaan vandaag?
- Wat zou je graag willen verbeteren? (zie nulmetingen)
- Welke leskaart kan jou of je team hierbij helpen?

Niveauomschrijving floorball

Naam:

Handeling	Brons	Zilver	Goud
1. Individueel spelen	Jij hebt moeite om de bal onder controle te houden en af te schermen. Daarnaast vind jij het lastig om overzicht te bewaren om de bal te kunnen aannemen of de bal verder te spelen.	Jij hebt de bal goed onder controle, de bal blijft in je stick. Je hebt moeite de bal te controleren en af te schermen wanneer er weerstand (druk) bij komt.	Jij kunt terwijl je beweegt over de bal heen kijken en de bal goed controleren. Jij schermt de bal goed af. Ook onder weerstand (druk) weet je dit goed te doen.

Handeling	Brons	Zilver	Goud
1. Samen spelen	Jij hebt moeite om de bal onder controle te houden en de bal over de grond af te spelen. Daarnaast vind jij het lastig om overzicht te bewaren om de bal te kunnen aannemen of de bal verder te spelen.	Jij hebt de bal goed onder controle en kunt de bal over de grond afspelen. Je hebt moeite om de bal onder weerstand (druk) snel door te spelen.	Jij hebt de bal goed onder controle en kunt de bal direct doorspelen naar een mede speler. Ook onder weerstand (druk) weet je dit goed te doen.

Vragen:

- Wat vond je goed gaan vandaag?
- Wat zou je graag willen verbeteren? (zie nulmetingen)
- Welke leskaart kan jou of je team hierbij helpen?

Lessenreeks indeling

Om leerlingen beter floorball te leren spelen is het naast een actieve rol als speler ook goed om leerlingen in een andere rol te plaatsen. Dit vergroot het inzichtelijk leren (leerproces) en daarnaast krijgt de leerling een compleet beeld van de sport. *Bewegen en regelen* (ensceneren) vindt plaats in de rol van speler/deelnemer en als tijdwaarnemer, scheidsrechter of zelfs als coach. Het ervaren en goed kunnen toepassen van die verschillende rollen is de essentie van een SEU. In ons onderwijssysteem krijgt het leren van leerlingen een steeds grotere mate van zelfsturing om zo goed mogelijk te kunnen inspelen op de veranderende (sport)maatschappij. Leerlingen moeten de tijd krijgen om 'goed' in aanraking te komen met een sport (floorball), om zo een doordachte keus te maken voor de toekomst. Op deze wijze worden ze voorbereid op een leven lang actief deelnemen aan de sportmaatschappij.

Binnen deze lessenreeks kan de docent ervoor kiezen om de lesinhouden van te voren te bepalen (a.d.h.v. leskaarten) of de ruimte te geven aan de leerling. Vanuit een eindspel kan elk team bepalen met welke thematieken (inhouden) zij aan de slag willen gaan. In week 1 kun je dan wat meer de focus leggen op spelthema 1 en 3 en in week 2 zal het accent wat meer komen te liggen op spelthema 3 en 4. Hier ben je als docent vrij in om keuzes in aan te brengen. We sluiten de reeks (feestelijk) af met een eindevenement waardoor het geleerde ook zichtbaar wordt. Alle leerlingen hebben die laatste les een rol.

Les 1 Algemeen thema: Op welk niveau speel ik?

- **Startactiviteit: eindspel 4:4 met keeper (nulmeting)**
- **Spelvormen (leskaarten):**
 - 1. Dribbelen en balcontrole of veroveren en verdedigen**
 - 2. Drijven, passen en aannemen**
 - 3. Estafette**
- **Eindspel (1) 4:4 met keeper**

Les 2 Algemeen thema: Wat is mijn rol als medespeler?

- **Startactiviteit: 5 bal**
- **Spelvormen (leskaarten):**
 - 4. Samenspelend scoren**
 - 5. Beweging en passing**
- **Eindspel (1) 4:4 met keeper**

Les 3 Algemeen thema: Hoe leer ik beter spelen?

- **Startactiviteit: Eindspel (2) 4:4 met keeper**
- **Spelvormen (leskaarten):**
 - 6. Eigen invulling a.d.h.v. leskaarten**
 - 7. Eigen invulling a.d.h.v. leskaarten**
- **Eindspel (2) 4:4 met keeper**

Les 4 Algemeen thema: Ik laat zien wat ik kan!

- **Startactiviteit: Toernooi vorm 4:4**
- 8. Eindmeting niveau ontwikkeling**
- **Afsluiting**

Spelregels Floorball

Het doel van het spel is met behulp van de stick de bal in het doel van de tegenstander te schieten (primary rule).

Het spel begint met een face-off op de middenstip. Hierbij staan twee spelers, één van elk team, tegenover elkaar met hun stick naast de bal. Na het fluitsignaal van de scheidsrechter proberen beide spelers de bal naar hun speelhelft te spelen of te veroveren. Ook na elk doelpunt wordt het spel met een face-off hervat. In geval van een spelonderbreking waarbij geen sprake was van een uitbal of overtreding, wordt het spel met een face-off hervat op de dichtstbijzijnde face-off markering.

De veldspelers hebben een stick waarmee ze de bal moeten spelen. De bal mag met beide kanten van het stickblad worden gespeeld. Het spelen van de bal met het stickblad is echter uitsluitend toegestaan onder de heup. De speler mag de bal opvangen en stoppen met zijn voeten, benen en romp, maar niet met zijn handen, armen of hoofd. Een voetpass naar een teamgenoot is niet toegestaan.

De speler mag met zijn stick niet op de stick of het lichaam van de tegenstander slaan, of zijn stick tussen de benen van de tegenstander steken.

De keeper heeft geen stick en zit meestal op zijn knieën. De keeper mag de bal met het gehele lichaam stoppen en mag de bal ook pakken of vangen. Direct voor het doel ligt het doelgebied waar alleen de keeper mag komen. Veldspelers mogen dit gebied niet met hun lichaam betreden, maar wel met hun stick. Daarbuiten ligt het keepeergebied. Binnen dit gebied mag de keeper de bal met de handen pakken en naar een teamgenoot gooien of schoppen.

Lichamelijk contact is toegestaan, maar uitsluitend in de vorm van een schouderduw. Het is niet toegestaan de tegenstander tegen of over de boarding te duwen.

Een vrije slag of inslag moet altijd zo snel mogelijk worden genomen en is altijd direct. Normaal gesproken hoeft de speler niet te wachten op een signaal van de scheidsrechter. Zodra de bal op de juiste positie stilligt, moet de vrije slag binnen 3 seconden genomen worden. De tegenstanders moeten daarbij altijd 3 meter afstand bewaren.

De doelen staan in het veld. De spelers kunnen dus achter de doelen spelen. Scoren is alleen mogelijk vanaf de voorzijde van het doel. In het geval van een uitbal of overtreding achter de doellijn wordt het spel hervat met een vrije slag vanaf het face-offpunt op de doellijn.

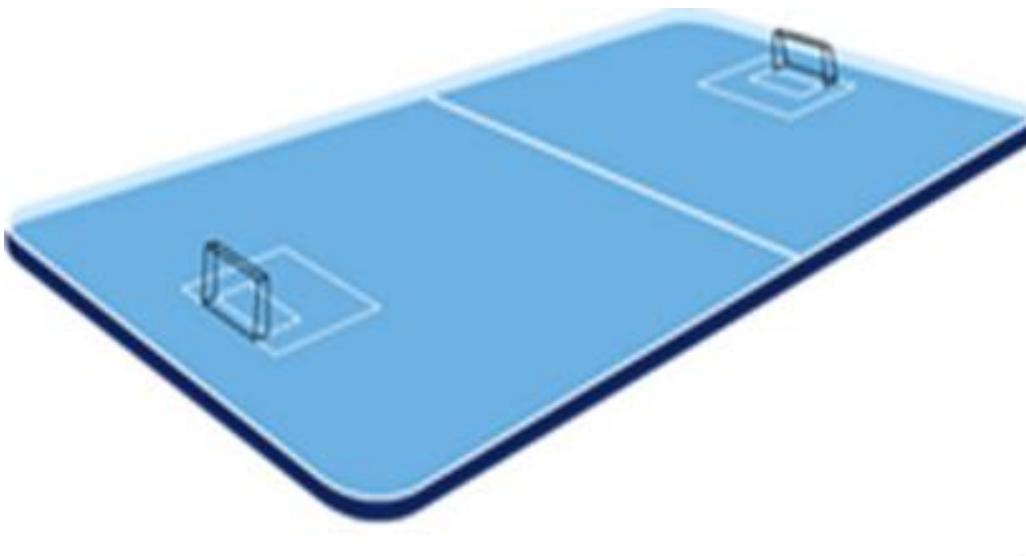
Lichte overtredingen worden bestraft met een vrije slag. Bij zwaardere overtredingen of een directe scoringskans kan de scheidsrechter een strafbal (shoot-out) of een tijdstraf geven.

In het geval van een tijdstraf moet de bestrafte speler 2, 5 of 10 minuten op de strafbank plaatsnemen en moet zijn team het gedurende deze tijdstraf met een speler minder doen.

Een shoot-out bestaat uit een 1-op-1-duel tussen een veldspeler en de keeper. De veldspeler start met de bal vanaf de middellijn. Hij beweegt de bal voorwaarts richting keeper en krijgt daarbij 1 schotpoging. De veldspeler moet ervoor waken dat de bal altijd voorwaarts blijft bewegen.

Het veld

Een officieel floorballveld meet 20 x 40 meter, gelijk aan een handbal- of zaalvoetbalveld. In de gymles is er meestal niet zoveel ruimte. Floorball kent echter ook een variant op een kleiner veld: 13 x 23 meter, en kan zo dus ook in een derde sporthal of een gymzaal worden gespeeld. De spelregels zijn dan precies hetzelfde, het team bestaat alleen uit drie veldspelers en één keeper.



Augmented Reality

Leerlingen kunnen door middel van een tablet of smartphone gebruik maken van de app Aurasma. De app downloaden is simpel en gratis. Meerdere leskaarten kunnen worden gescant door middel van de app. Op de tablet of smartphone komt vervolgens een filmpje in beeld. De films zijn ondersteunend bedoeld binnen een spelthema of een sfeerimpressie. De filmpjes zijn ontworpen door de Floorball Academie Noord en hier wordt precies in laten zien hoe je een bepaalde handeling moet doen zoals passen, schieten en keepen. Elke leskaart heeft dan ook zijn eigen foto's, filmpjes, stappenplannen en kijkwijzers die passen bij het spelthema en het behandelende onderwerp.

Voor de leerlingen is dit een leuke interactieve manier om zelfstandig bezig te gaan met de eigen ontwikkeling. Voor docenten geeft dit ruimte om op een andere manier de groep te ondersteunen en verdieping te zoeken in de lesstof en coaching. Zo kunnen we het betekenisvol leren doen versterken bij de leerlingen en op het juiste moment de inhoud zinvol maken.

Tips

- Kies bij het downloaden voor de *gratis* app Aurasma
- Zorg dat je Floorball Academie Noord zoekt en liked
- Zorg bij het scannen dat heel de pagina in beeld is anders wordt deze niet herkend.

Wanneer je een foto, kijkwijzer of stappenplan wil bekijken moet je de afbeelding wat langer aanraken tot dat het in groot beeld komt. Bij dubbelklik op je scherm blijft het beeld zichtbaar.

Leskaart *introdunctie*

Introdunctie

Je gaat de komende 4 lessen aan de slag met floorball. Het doel is om je als team te ontwikkelen. De 4^e les zal er een eindtoernooi plaatsvinden in de klas die jullie met elkaar gaan organiseren. Elke les worden er leskaarten aangeboden met opdrachten waarmee je zelfstandig als team aan de slag kunt gaan. De leskaarten zijn voorzien van codes voor aanwijzingen of een ander toepasselijk filmpje die je kunt scannen met de app Aurasma.

Succes !

Opdracht

- Download de app Aurasma
- Zorg dat je Floorball Academie Noord zoekt en liked
- Scan met je smartphone of tablet deze leskaart en bekijk het filmpje
- Vul het teamformulier in



Teamnaam

Teamleden

1) _____

5) _____

2) _____

6) _____

3) _____

7) _____

4) _____

Teamcaptain

.....

Team yell

.....

.....

.....

.....



Leskaart 'Dribbelen en balcontrole'

Spelthema 1: Individuele stick –en balbehandeling

Organisatie

- Leerlingen maken tweetallen
- Elke leerling heeft een stick
- 1 bal per tweetal
- Door de zaal staan pionnen

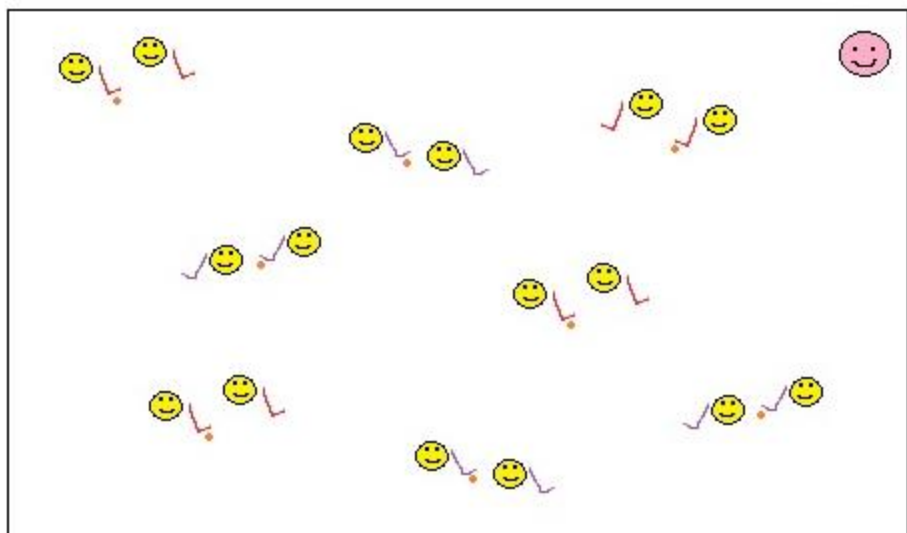
Didactische aanwijzingen

- ✓ Houd de stick met twee handen vast!
- ✓ Zorg dat je de bal dicht bij de stick houdt waardoor je vrijwel constant contact hebt.
- ✓ Zoek de vrije ruimtes op

Opdracht

- Dribbel in tweetallen achter elkaar aan vrij door de zaal
- De achterste persoon heeft de bal en moet de voorste persoon zo goed mogelijk volgen
- Bij het fluitsignaal moet de bal worden gestopt en vervolgens naar de ander worden gepasst (eventueel ieder een bal en dan draai je de rollen om bij het fluitsignaal)
- De rollen zijn nu omgedraaid.

** Zie kijkwijzers stickbehandeling & Balcontrole*



Leskaart 'veroveren en verdedigen'

Spelthema 1: Individuele stick –en balbehandeling.

Organisatie

- Alle leerlingen hebben een stick en een bal
- Er worden twee leerlingen als aanvaller gekozen; zij hebben alleen een stick.

Opdracht

1. Veroveren

- Dribbel/Drijf met je bal door de zaal en zorg dat je deze dichtbij je houdt
- Drie leerlingen zonder bal proberen een bal te veroveren
- Wanneer je een bal hebt veroverd mag je deze houden
- Zodra je je bal kwijt bent moet je zelf proberen weer een bal te veroveren



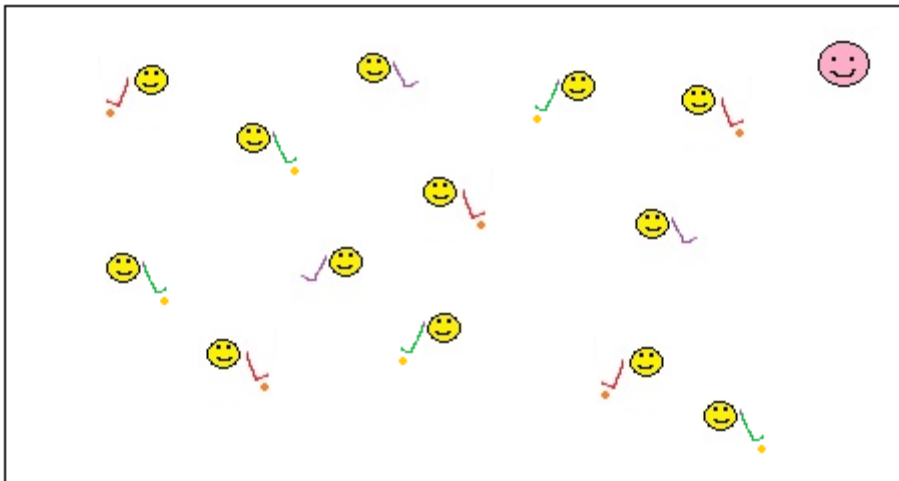
2. Uitschakelen

- Dribbel/Drijf met je bal door de zaal en zorg dat je deze dichtbij je houdt
- Drie leerlingen zonder bal proberen ballen te veroveren
- Wanneer je bal is veroverd leg je deze op een afgesproken plek aan de kant
- Als je geen bal meer hebt ga je ook meehelpen te veroveren

Wie houdt het langste stand?

Didactische aanwijzing

Je kunt de bal afschermen met je stick maar ook met je lichaam > Draai met je rug naar de tegenstander zodat de bal voor je is en de tegenstander achter je.



Leskaart *Drijven, passen en aannemen*

Spelthema 1: Individuele stick –en balbehandeling ‘Drijven en balcontrole’

Spelthema 3: Samen spelen ‘pass en aanname’

Organisatie

- Leerlingen vormen viertallen (*binnen eigen team!*)
- Elke leerling heeft een stick
- 1 bal per viertal
- Leerlingen gaan twee aan twee tegenover elkaar staan

Opdracht

1. Balcontrole

- Drijf naar de overkant waarbij je de bal zo dicht mogelijk bij je stick houdt
- Geef de bal door aan de volgende zonder te passen

2. Passen

- Drijf tot de middenstreep
- Stop de bal met je stick
- Pass de bal naar degene tegenover je

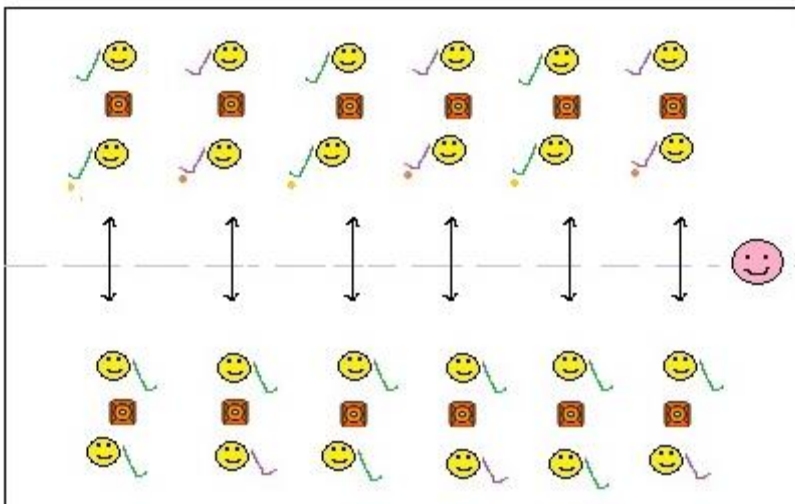
3. Aanname

- Kijk naar de bal
- Vanaf je voorste voet neem je de bal aan in je stickblad
- Je beweegt weer naar het midden toe



Didactische aanwijzingen

- ✓ Zorg bij het aannemen van de bal dat je je stick iets mee naar achter brengt
- ✓ Je stickblad is gesloten
- ✓ Zorg dat je oogcontact hebt bij het passen van de bal



Leskaart 'Estafette'

Spelthema 1: Individuele stick –en balbehandeling.

Spelthema 3: Samen spelen 'pass en aannname'

Organisatie

- Leerlingen werken in het eigen team
- Elke leerling heeft een stick
- 1 bal per team
- Elk team gaat achter een pion staan

Didactische aanwijzingen

- ✓ Twee handen aan je stick
- ✓ Houd continu contact bij de bal, ook bij het draaien om de pion!
- ✓ Zorg voor oogcontact voordat je de bal pusht

Opdracht

1. Drijven & draaien

- Maak met je team een rij achter de pion
- Bij het startsignaal drijf je zo snel mogelijk naar de pion aan de overkant
- Maak een half rondje om de pion en drijf weer terug naar je team
- Geef de bal door aan de eerste van de rij en sluit aan achter in de rij

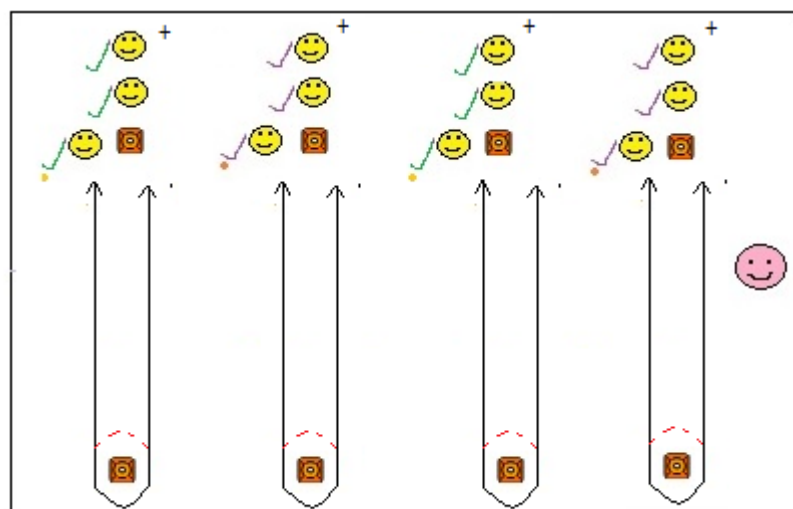
Let op!

Bal moet helemaal mee drijven tot je bij je team terug bent dus niet halverwege passen of slaan!

2. Drijven, draaien & passen

- Maak met je team een rij achter de pion
- Bij het startsignaal drijf je zo snel mogelijk naar de pion aan de overkant
- Maak een heel rondje om de pion en drijf tot de middenstreep
- PASS de bal naar de eerste van de rij en sluit aan achter in de rij

Het team dat het snelste is heeft gewonnen!



Leskaart '5 bal'

Spelthema 4: Samenspelend scoren en het passeren van de tegenstander.

Organisatie

- Leerlingen spelen in het eigen team
- Elke leerling heeft een stick
- Per twee teams 1 bal (aanvallende partij, verdedigende partij)
- 4 leerlingen per team in het veld
- Aantal spelers aanpassen waar nodig is (b.v. 6:4)

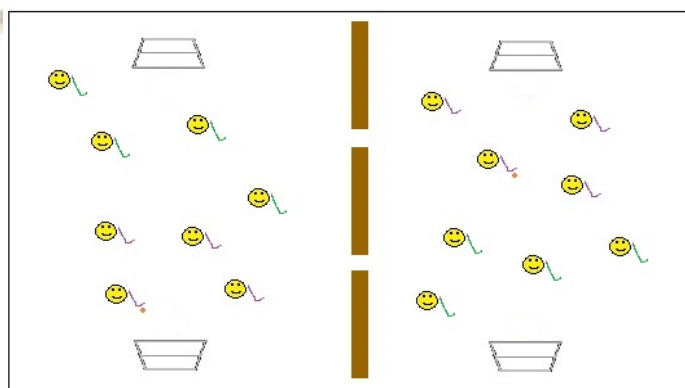
Opdracht

- Probeer met je team zo veel mogelijk punten te behalen door middel van overspelen
- Je hebt als team een punt behaalt wanneer je 5x achterelkaar hebt overgespeeld
- Zodra de bal wordt onderschept begint de puntentelling weer bij 0



Didactische aanwijzingen

- ✓ Ga als aanvaller zo veel mogelijk vrij staan zodat je een bal aan kunt nemen
- ✓ Scherm je bal af door middel van je stick en je lichaam
- ✓ Probeer als verdediger de bal te onderscheppen wanneer deze los is van de stick



Leskaart *Samenspelend scoren*

Spelthema 1: Individuele stick –en balbehandeling.

Spelthema 2: Individueel scoren.

Spelthema 3: Samenspelend scoren.

Spelthema 4: Samenspelend scoren en het passeren van de tegenstander

Organisatie

- Leerlingen spelen op een kwart veld met het eigen team
- Elke leerling heeft een stick
- 1 bal per team
- Drie leerlingen in het veld (aanvallers), 1 leerling voor het doel (keeper/verdediger)

Opdracht

- De keeper verdedigt de goal in zijn keepersvak (keeperspak gebruiken). Als dit niet lukt dan spreken we over een verdediger.
- Als aanvaller probeer je samen met de andere aanvallers te scoren

Wisselen

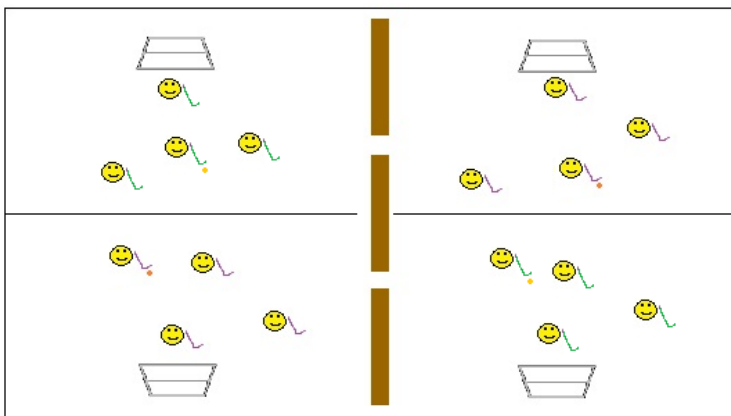
- Als je scoort mag je in het veld blijven staan
- Als je een bal doorlaat ga je aan de kant, speler van de kant wordt nu keeper/verdediger
- Als je mist ga je aan de kant staan, speler van de kant mag nu in het veld

Didactische aanwijzingen

Probeer door middel van snel overspelen de keeper het lastig te maken.

Zoek de ruimte op.

Vraag om de bal.



Leskaart *Beweging & passing*

Spelthema 1: Individuele stick –en balbehandeling.

Spelthema 3: Samenspelend scoren.

Spelthema 4: Samenspelend scoren en het passeren van de tegenstander

Organisatie

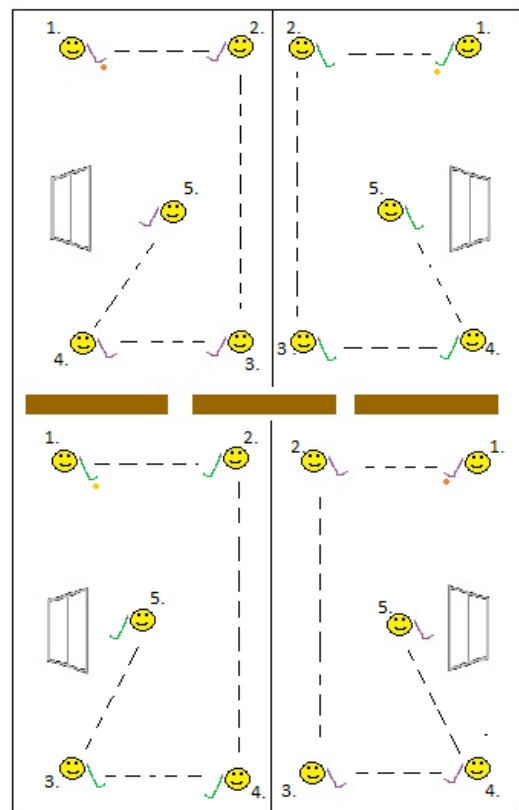
- Leerlingen spelen in het eigen team
- Elke leerling heeft een stick
- 1 bal per team
- 4 spelers staan in de hoeken en 1 voor het doel (zie organisatietekening)

Opdracht

- Ga met je team klaar staan zoals op de organisatietekening staat aangegeven
- Speler 1 passt de bal naar speler 2, speler 2 naar speler 3 en speler 3 naar speler 4
- Speler 4 passt de bal vervolgens naar speler 5 die afrondt op het doel.
- Na elke pass loop je je bal achterna: 1 -> 2 -> 3 -> 4 -> 5 -> 1
- De hele oefening speel je op een hoog tempo
- Waar het mogelijk is voeg je een/twee verdedigers toe om de weerstand te vergroten

Didactische aanwijzingen

- ✓ Wijs de bal na met je stick
- ✓ Breng je stick iets naar achter bij het aannemen zo dat je direct door kan passen



Leskaart *Eigen invulling*

Organisatie

- Team komt bijeen.
- Team doet oefening of spelvorm op een helft van een veldje.

Opdracht

- Kies samen met je team een oefening van de voorgaande lessen, gebruik hierbij de leskaarten.
- Kies een oefening waar je je als team in wil verbeteren



Leskaart *Eindtoernooi*

Organisatie

- Teams zijn samengesteld en spelen tegen een ander team.
- Er wordt een halve competitie gespeeld.
- Er wordt 4:4 gespeeld inclusief een keeper.

Opdracht

- Je speelt samen met je team een eindtoernooi tegen de andere teams uit je klas
- 4 spelers in het veld. Keeper - Verdediger – center – aanvaller.
- Om de minuut wisselen. (tijdswaarnemer)
- Na 10 minuten spelen wordt er gewisseld van teams.
- Alle teams spelen één keer tegen elkaar.
- De score wordt door een medeleerling bijgehouden + opgeschreven.

Speelregels

- ✓ Begin met een face off.
- ✓ Niet op elkaars stick slaan.
- ✓ Niet de bal met de voet spelen.
- ✓ Je mag de bal met de voet stoppen.
- ✓ Stick niet hoger dan de heup!

Arrangement;

- De gehele zaal gebruiken.
- Twee doeltjes recht tegenover elkaar zetten.
- Doelgebied / keepergebied aangeven.
- Afgezet vak voor wissels.
- Prijsjes voor de deelnemers (en winnaar).

Scoreschema

Teams	1 ^e wedstrijd	2 ^e wedstrijd	3 ^e wedstrijd	TOTAAL	EIND
1.					
2.					
3.					
4.					

Leskaart Eindspel (1)

Opdracht

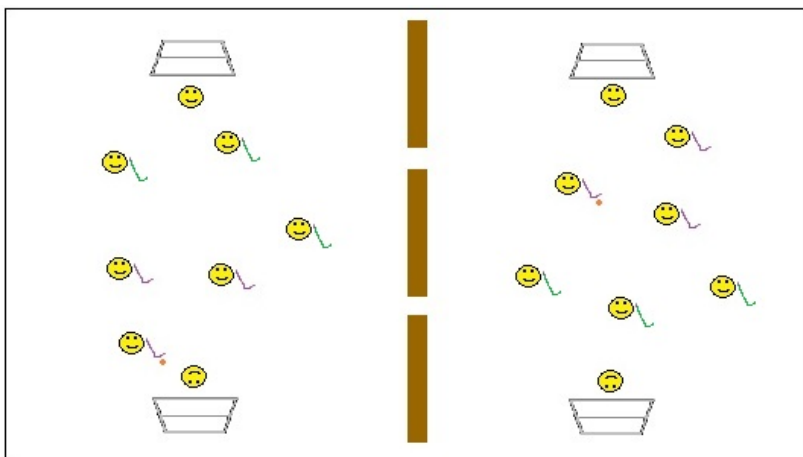
- Speel als team samen en probeer de tegenstander te verslaan.
- Om de 1 a 2 minuut wordt er gewisseld (Rol: tijdwaarnemer)
- Na 10 minuten spelen wordt er gewisseld van teams
- Alle teams spelen één keer tegen elkaar
- De score wordt door een medeleerling bijgehouden

Eventueel extra insceneringrol: **Co-Scheidsrechter**

Twee leerlingen zijn scheidsrechter en allebei moeten ze op twee spelregels letten welke van te worden afgesproken met de lesgever.

De scheidsrechters staan elk aan de zijkant van een helft.

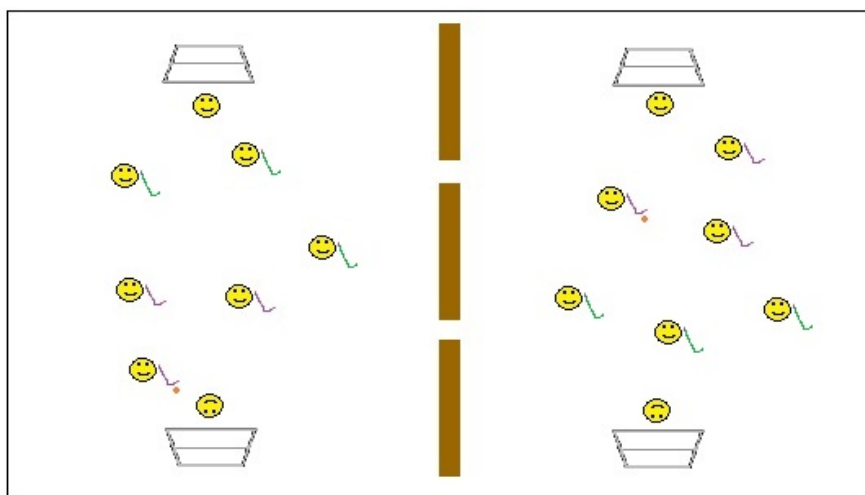
**Zie kijkwijzer: Scheidsrechter*



Leskaart Eindspel (2)

Opdracht

- Speel als team samen en probeer de tegenstander te verslaan.
- Om de 1 a 2 minuut wordt er gewisseld (Rol: tijdwaarnemer)
- Alle teams spelen één keer tegen elkaar
- De score wordt door een medeleerling bijgehouden
- 2 leerlingen zijn scheidsrechter
- Elk team heeft een eigen coach



Extra insceneringsrol: Coach

Elke team heeft een coach die wordt begeleid door de lesgever. De coach staat langs de zijlijn en geeft de teamleden aanwijzingen.

*Zie kijkwijzer: Coach (in teamverband)

Wat mag niet ?

- De bal met de voet passeren of scoren.
- Op de stick van de tegenstander slaan.
- Niet met de stick slaan (stick boven heuphoogte).

Wat mag wel ?

- Bal met de voet tegenhouden.
- De bal met beide kanten van je blad spelen
- De bal met je lichaam afschermen.

