



KONINKLIJKE NEDERLANDSE HOCKEY BOND



Hockey : Verbeter Tactische Vaardigheden door Partijvormen

Versie maart 2006
Bron: KNHB / A.Cox / B.Bams

Het verbeteren van tactische vaardigheden van jeugdspelers d.m.v. partijvormen.

Door Alexander Cox (assistent-bondscoach Nederlands Jongens-B).

Het trainen op techniek en tactiek is de rode draad tijdens een training, naast de fysieke en mentale aspecten die bij het hockey komen kijken. Al deze facetten van het hockey kunnen we effectief laten terugkomen in een training. Vooral door middel van diverse partijvormen kan het meeste op deze vlakken overgebracht worden. Goede partijvormen/wedstrijdvormen zijn belangrijk om de spelers en speelsters vooral op tactisch vlak veel bij te brengen tijdens de training. Speel dus niet alleen het eindpartijtje aan het einde van de training, maar maak van partijvormen een wezenlijk onderdeel gedurende je training om meerdere tactische en ook technische aspecten te trainen!

In dit artikel ga ik in op het verbeteren van enkele tactische basisvaardigheden in balbezit en in niet-balbezit door middel van partijvormen/wedstrijdvormen.

De belangrijkste tactische vaardigheden die uit de vormen te halen zijn:

1. De **positionele veldbezetting**: creëer hoogteverschil in alle linies, stretching van het veld en bespeel de diepe zones, maak gebruik van spelverplaatsing;
2. Het **omschakelen van balbezit naar niet-balbezit**. De nadruk ligt bij het verdedigend omschakelen, waarbij het van belang is direct tackle-back te lopen, achter de ballijn te komen, te knijpen naar de as, vooral vanaf de helpkant en de verdedigende organisatie z.s.m. op orde te krijgen;
3. Het **omschakelen van niet-balbezit naar balbezit**: breng de bal z.s.m. naar de as van het veld, maak diepte zonder bal, houd tempo in de aanval, blijf uit het duel hockeyen!

Ik wil wel aangeven dat het trainen van (speciale/bijzondere) technieken d.m.v. oefeningen / drills nog steeds héél erg belangrijk is bij de jeugd. Zeker in de jeugdcategory van 10 t/m 14 jaar is het trainen op technische vaardigheden cruciaal!

Partijvormen/wedstrijdvormen ter verbetering van de tactische vaardigheden

Gebruik het partijtje niet alleen als afsluiting van je training. Het spelen van (al dan niet specifieke) partijvormen tijdens de training dient om de spelers de tactische en zeker ook technische oefeningen in de praktijk te laten toepassen. Dit dus onder (al dan niet volledige) weerstand. Het terug laten komen van partijvormen aan het begin en in het midden van de training levert vaak meer rendement op dan alleen een partij aan het einde van de training.

Het hoeven overigens ook niet alleen grote partijen (7vs7 of 6vs6) te zijn. Partijen in kleinere vorm (5vs5 / 4vs4 / 3vs3, evenals met oneven aantallen) zorgen ervoor dat de spelers meer balcontacten krijgen. Hierdoor ontstaan er meer leermomenten. Daarnaast zal ook het fysieke aspect meer getraind worden.

Een voordeel van die kleinere partijen is tevens dat de aanvallende en verdedigende technieken vaker toegepast kunnen worden onder volledige druk.

Een aantal partijvormen is hieronder uiteengezet om te werken aan een aantal (team)tactische basisbeginselen in balbezit. Daarnaast zal ook het tactisch trainen van het omschakelen (na balverlies, evenals het aanvallend omschakelen) nadrukkelijk aan de orde komen.

Wedstrijdvormen / partijvormen positionele veldbezetting

Een aantal belangrijke facetten in balbezit zijn onder andere:

- Hoogteverschil in de linies (in de achterhoede, het middenveld en de voorhoede; tevens dient er hoogteverschil te zijn in de samenhang tussen die linies).
- Het stretchen van het veld, waarbij het bespelen van de diepe zone (aan de balkant) van belang is.
- Het spelen van een spelverplaatsing in de achterhoede, het middenveld, maar ook in de voorhoede (hoge spelverplaatsing).

Deze tactische beginselen kunnen het beste getraind worden door middel van wedstrijdvormen/partijvormen. De organisatie is over het algemeen eenvoudig en alle spelers zijn continu betrokken bij de tactische uitvoering.

Partij: Smal veld

Organisatie:

Een partij 6vs6 op twee doelen op een extra smal speelveld. Hierdoor worden de spelers gedwongen om positioneel op verschillende hoogtes te staan.

Accenten voor de aanvallers:

1. Positie kiezen op verschillende hoogtes.
2. Korte vrijlooptacties maken!
3. Positiewisselingen (switchen) om ruimtes te openen.
4. Aannames uit het duel.
5. Uit het duel blijven hockeyen.
6. Hoog tempo spelen.



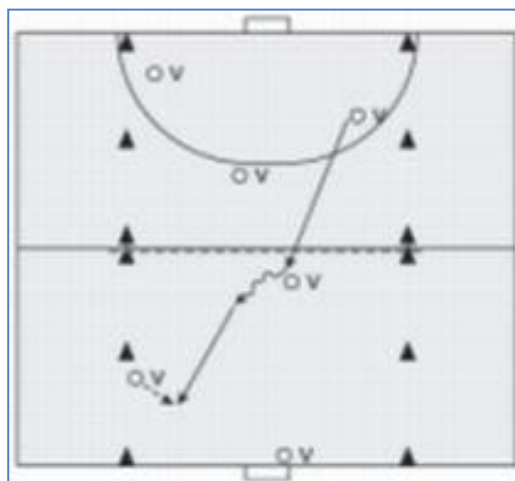
Differentiatie:

Het speelveld vergroten/verkleinen.

Partij: 2 vakken: 3vs3 & 3vs3

Organisatie:

Partij 6vs6 in een (smal) speelveld, bestaande uit twee helften, waarbij op beide helften altijd 3 spelers van beide partijen moeten staan, die niet op de andere helft mogen komen. Je speelt eigenlijk dus 3vs3. Door het smalle speelveld worden de spelers gedwongen om positioneel op verschillende hoogte te staan en het veld te stretchen.



Accenten voor de aanvallers:

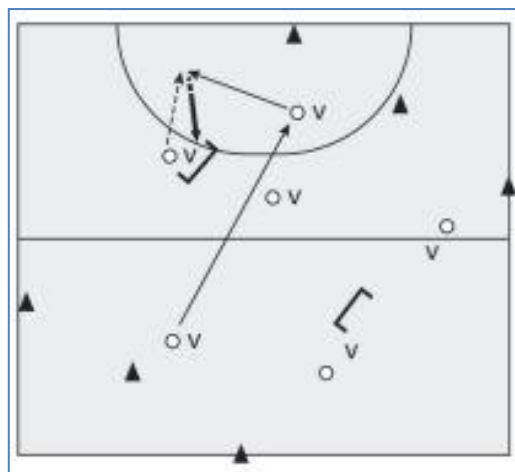
1. Positie kiezen op verschillende hoogtes.
2. Korte vrijlooptacties maken!
3. Breedteswitches met hoogteverschil om ruimtes te openen.
4. Aannames uit het duel.
5. Uit het duel blijven hockeyen.
6. Hoog tempo spelen.

Differentiatie:

Spelers mogen van helft switchen waardoor er meer dynamiek ontstaat in de diepte. Wel altijd 3 spelers per helft houden!

Partij: omgekeerde doelen: spelverplaatsing, hoogteverschil, diepe zone**Organisatie:**

Een partij (bijvoorbeeld 6vs6) in een afgebakend (smal) speelveld uitgezet over de diagonaal (zie oef.). Wanneer je een spelverplaatsing speelt tussen beide doelen door en vervolgens een medespeler aanspeelt in de diepe zone wat resulteert in een doelpunt telt deze goal dubbel.

**Accenten:**

1. Spelverplaatsing spelen.
2. Hoogteverschil in positiekeuzes.
3. Diepe zone bespelen.

Differentiatie:

Eén speler van beide partijen vast in de aanvallende diepe zone laten spelen, om nog meer lengte in het spel te creëren.



Oefenvormen / partijvormen omschakelen

Goed omschakelen is cruciaal in een wedstrijd. Tijdens de training wordt in de praktijk vaak de nadruk gelegd op de aanvallende partij bij het omschakelen. In dit artikel geef ik naast het aanvallend schakelen wat meer aandacht aan het verdedigende aspect van omschakelen.

Om het omschakelen bij balverlies effectief te kunnen trainen is het van belang om in de trainingsvormen / partijvormen een vertragsmoment in te brengen voor de partij die aanvallend schakelt. Dit vertragsmoment is cruciaal om het verdedigende omschakelen goed aan te kunnen leren. Dit geeft de verdedigende partij wat meer tijd om op de juiste wijze in positie te komen. (In onderstaande partijvormen geef ik meerdere opties aan die een vertragsmoment in de aanval kunnen vormen.)

Oefenvorm 1.1: omschakelen aanvallend en verdedigend



Organisatie:

In een afgebakende ruimte een 3vs2 (trainer speelt een bal naar één van de verdedigers als start), waarbij de 3 verdedigers de aanvaller A3 probeert aan te spelen door het poortje. De aanvallers A1 en A2 proberen de bal te veroveren; lukt dat, dan moeten zij direct aanvallend schakelen naar het doel en proberen te scoren onder druk van de verdedigers die doorverdedigen (tackle-back lopen).

Indien de verdedigers A3 hebben aangespeeld, spelen A3, A2 en A1 zo snel mogelijk een aanval uit (door het centrum) richting het doel. De verdedigers schakelen direct en proberen dit te voorkomen, waardoor er een 3vs3 situatie ontstaat.

Accenten voor de aanvallers:

1. Tempo maken in de counter-aanval.
2. Direct diepte maken zonder bal en diepe zone bespelen.
3. Creëren en uitspelen van een overtal (3vs3 reduceren tot een 3vs2 en zelfs tot een 2vs1)
4. Uit het duel blijven hockeyen.

Accenten voor de verdedigers:

1. Tackle-back lopen/spelen.
2. Achter de ballijn komen.
3. Communicatie (wie geeft druk?)
4. Druk geven op de balbezitter.

Differentiatie:

- Voeg een extra aanvaller en verdediger toe die beide starten tussen de 23-meterlijn en de cirkel. Zij doen mee bij het omschakelmoment waardoor er een 4vs4 situatie ontstaat richting doel.
- Speel de oefening over de andere kant.

Oefenvorm 1.2: omschakelen aanvallend en verdedigend



Organisatie:

In afgebakende ruimte is er nu een 2vs2, waarbij het doel van de verdedigers hetzelfde is als in oefenvorm 1.1. Het doel van de aanvallers A1 en A2 is hetzelfde als in oefenvorm 1.1. Bij het schakelmoment doet A4 mee met de aanvallers. Op datzelfde moment start direct een extra verdediger vanaf links die de 2 verdedigers helpt, waardoor er een 4vs3 overtal voor de aanvallers ontstaat richting het doel.

Accenten voor de aanvallers:

1. Zie oefenvorm 1.1.
2. Probeer zo snel mogelijk de diepste aanvaller (A4) in te spelen!

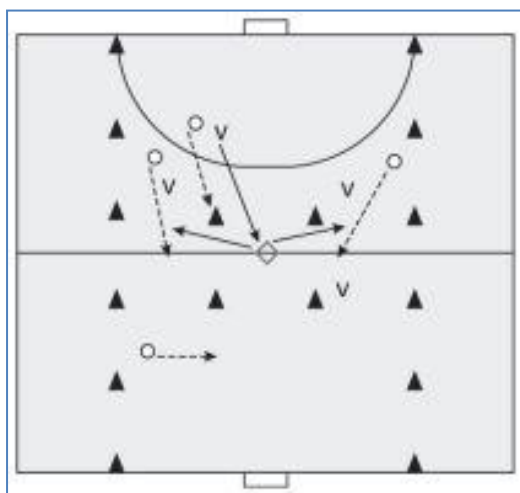
Accenten voor de verdedigers:

Zie oefenvorm 1.1.

Differentiatie:

Speel de oefening over de andere kant.

Partijvorm 1: omschakelen van balbezit naar niet-balbezit



Organisatie:

Partij op twee doelen met 2 teams van minimaal 3 tot 4 spelers en één extra speler die telkens fungeert als omschakelspeler bij de balbezittende partij. Als een team balbezit veroverd op de eigen helft dan moeten zij de omschakelspeler (in het middenvak) aanspelen. Deze moet een pass breed of teruggit spelen (zogenaamde vertragingselement) alvorens de balbezittende partij naar de aanvallende helft mag hockeyen. De partij die omschakelt naar de verdediging mag geen druk geven op de omschakelspeler. Ze moeten wel allemaal zo snel mogelijk achter de ballijn komen en het speelveld weer compact maken. De nadruk ligt bij deze partijvorm op het omschakelen na balverlies!

Accenten na balverlies:

1. Tackle-back lopen na balverlies.
2. Naar de as knijpen aan de niet-balkant (helpkant).
3. Achter de ballijn komen (vooral de spelers aan helpkant).
4. Communicatie (wie geeft druk?)

Differentiatie:

- Vergroot of verklein het totale speelveld.
- Er mag wél druk gegeven worden op de omschakelspeler.
- Plaats voor beide partijen een eigen omschakelspeler in de as: zij mogen direct druk geven op elkaar! Vergroot hiervoor wel het middenvak.

Partijvorm 2: omschakelen van balbezit naar niet-balbezit.



Organisatie:

Partij (bijv. 6vs6 / 5vs5 / 4vs4) in een afgebakend speelveld. Bakken twee vakken af in het midden van het veld over de breedte, met daartussen een kleine vrije ruimte.

Indien één van de partijen balbezit veroverd op de eigen helft, dan moeten zij een medespeler aanspelen in één van de afgebakende middenvakken. Deze speler moet eerst een actie in de breedte maken naar het andere tussenvak voordat er naar voren geopend mag worden. Deze speler mag niet aangevallen worden. De partij die zojuist balverlies geleden heeft schakelt zo snel mogelijk om achter de ballijn richting de verdedigende organisatie!

Accenten na balverlies:

1. Tackle-back lopen.
2. Naar de as knijpen aan de niet-balkant (helpkant).
3. Achter de ballijn komen (vooral de spelers aan helpkant).
4. Communicatie (wie geeft druk?)
5. Organiseer de verdedigende stellingen zo snel mogelijk en probeer initiatief over te nemen!

Differentiatie:

- Vergroot of verklein het totale speelveld.
- Vergroot of verklein de omschakelvakken.
- Speler die aangespeeld wordt in een omschakelvak mag wel direct onder druk gezet worden door andere partij. Om het verdedigend schakelen moeilijker te maken kun je het volgende doen;
- Laat de balbezitter in het middenvak een pass spelen naar een medespeler in het andere middenvak als vertragingselement i.p.v. de breedte actie. Dit geeft meer snelheid.

Partijvorm 3.1: omschakelen van balbezit naar niet-balbezit.



Organisatie:

Speel een partij (4vs4 / 5vs5 / 6vs6) in een afgebakend speelveld met aan de zijkanten twee lange vakken (tramrails) in de lengte van achterlijn tot achterlijn. In beide tramrails staat een omschakelspeler die telkens bij de aanvallende partij is.

Indien één van de partijen balbezit veroverd op de eigen helft, dan mogen zij pas op de helft van de tegenstander komen als zij een omschakelspeler aangespeeld hebben in één van de twee tramrails (= vertragingselement). Deze speler (die niet aangevallen mag worden) moet vervolgens z.s.m. een aanvaller zien aan te spelen in het speelveld.

De partij die zojuist balverlies geleden heeft schakelt zo snel mogelijk om richting de verdedigende organisatie!

Accenten na balverlies:

1. Tackle-back lopen.
2. Naar de as knijpen aan de niet- balkant (helpkant).
3. Achter de ballijn komen (vooral de spelers aan helpkant).
4. Communicatie (wie geeft druk?)
5. Organiseer de verdedigende stellingen zo snel mogelijk en probeer initiatief over te nemen!

Differentiatie:

- Vergroot of verklein het totale speelveld.
- Speler die aangespeeld wordt in een tramrails mag wel direct onder druk gezet worden door de andere partij.

Partijvorm 3.2: omschakelen van balbezit naar niet-balbezit.**Organisatie:**

Opzet is hetzelfde als bij partijvorm 3.1

Het verschil is dat wanneer één van de partijen balbezit veroverd heeft op de eigen helft, zij pas op de helft van de tegenstander mogen komen als zij één van hun medespelers aangespeeld hebben in één van de twee tramrails. Er mag tevens één speler van de tegenstander in dat vak komen om druk te geven op de balbezitter. De balbezitter moet vervolgens zo snel mogelijk een aanval opzetten in het speelveld. De partij die balverlies geleden heeft schakelt zo snel mogelijk om richting de verdedigende organisatie!

Accenten bij balbezit:

1. Bij veroveren van de bal z.s.m. één speler breed komen en aanspeelbaar worden in één van de tramrails.
2. Vanuit lengtevak aan buitenkant z.s.m. weer de as opzoeken met een pass of d.m.v. een actie.

Accenten na balverlies:

1. Zie partijvorm 3.1,
2. Z.s.m. één speler druk geven op de omschakelspeler in de tramrails!

Partijvorm 4: omschakelen**Organisatie:**

Aan twee kanten een partij 3vs3 of een 4vs4 richting beide doelen. De teams blijven aan hun eigen kant. De trainer die in een afgebakend middenvak staat (met ruim voldoende ballen) gooit aan één van de twee kanten telkens een bal het speelveld in, willekeurig naar één van de 2 teams. Ene team scoort op de goal in de cirkel, andere team op de goal op de middenlijn. De trainer gooit een nieuwe bal naar één van de twee teams aan de andere kant wanneer de aanval afgerond is, of indien de aanval te lang duurt. Vrije ballen na een overtreding en ballen die over de zijlijn gaan worden gewoon genomen; laat ze dus wel even doorspelen; er kunnen zodoende meerdere schakelmomenten achter elkaar zijn aan één kant. Het gaat bij deze partijvorm om het snel omschakelen van balbezit naar balverlies en andersom.



Accenten in balbezit:

1. Tempo houden in de aanval.
2. Vrijlooptacties in de diepte stimuleren (diepe zone bespelen).
3. Aanvallende aannames (uit het duel blijven) stimuleren.

Accenten in niet-balbezit:

1. Tackle-back lopen.
2. Naar de as knijpen.
3. Achter de ballijn komen.
4. Direct druk op de balbezitter geven.
5. Communicatie onderling (wie geeft druk?).



Partijvorm 5: Aanvallend omschakelen

Organisatie:

Maak 3 partijen van 4 spelers. In een afgebakend speelveld worden er telkens 4vs3 overtallen gespeeld waarbij de nadruk ligt op de aanvallende partij. Team A start met balbezit en speelt een aanval tegen 3 spelers van B. Eén speler van B (in tekening speler B4) staat buiten speelveld klaar met een bal. Van partij C wachten 3 spelers op de middenlijn (achter/naast het doel van partij A). Eén speler van C (in tekening speler C4) staat buiten speelveld klaar met een bal. Team A probeert te



scoren, team B probeert balbezit te veroveren en direct om te schakelen richting het doel op de middenlijn. Nu doet speler B4 direct mee. Team A doet na balverlies niet meer mee en gaat z.s.m. het speelveld uit en kiest positie achter de achterlijn. Als dat gebeurt komen C1, C2 en C3 van partij C direct het speelveld in om te verdedigen en balbezit te veroveren, waardoor er opnieuw een 4vs3 ontstaat. Veroveren C1, C2 en C3 de bal dan schakelen zij samen met C4 weer om richting de aanval tegen 3 spelers van A. Dit draait continue op deze manier door. Wanneer er gescoord wordt of de bal gaat achter, dan start de speler die aan de zijkant wacht met een bal de (counter-)aanval.

Accenten voor de aanvallers:

1. Tempo maken in de aanval (passtempo).
2. Direct diepte maken zonder bal.
3. Diepe zone bespelen.
4. Uit het duel blijven hockeyen.
5. Scoringsposities in de cirkel bezetten.

Accenten voor de verdedigers:

1. Communicatie onderling (wie geeft druk?)
2. Zet zo snel mogelijk de verdedigende organisatie neer.

Differentiatie:

De spelers van de partij die in de aanval is en balverlies leidt mogen tot de 23-meterlijn (is ongeveer tot de helft van het speelveld) wél druk houden op de partij die de bal veroverd heeft.

