

Zaalhockey op Cartouche

2024-2025

19 november

Erik-Jan van Tol



Basisprincipes coaching

1. Verdeel posities en taken

Bedenk voor je wedstrijd de opstelling, en geef je team/individuen taken mee

Beoordeel en coach je spelers op de uitvoering van hun taken

Taken zijn nooit gerelateerd aan uitkomsten:

~~“Jij moet scoren”~~

”Zo snel mogelijk op doel schieten”

2. Coach om de bal heen

Stimuleer kinderen om hun eigen keuzes te maken:
Voornamelijk aan de bal!

Door de kinderen de juiste situaties voor te schotelen, kunnen we ze helpen in het maken van de juiste keuze

~~“Pass naar rechts!!!”~~

“Spitsen bied je aan!”

3. Stimuleer creativiteit

Voorkom dat je een joy-stick coach wordt en geef kinderen de ruimte hun eigen draai aan hun positie te geven

Hou het simpel!!!

De kinderen moeten zich vrij voelen om zelf keuzes te maken en over zichzelf uit te stijgen

~~“Pass, loop met de bal, schiet!”~~

“ ... ”

Opstellingen en taken

1. Verdeel posities en taken

2. Coach om de bal heen

3. Stimuleer creativiteit

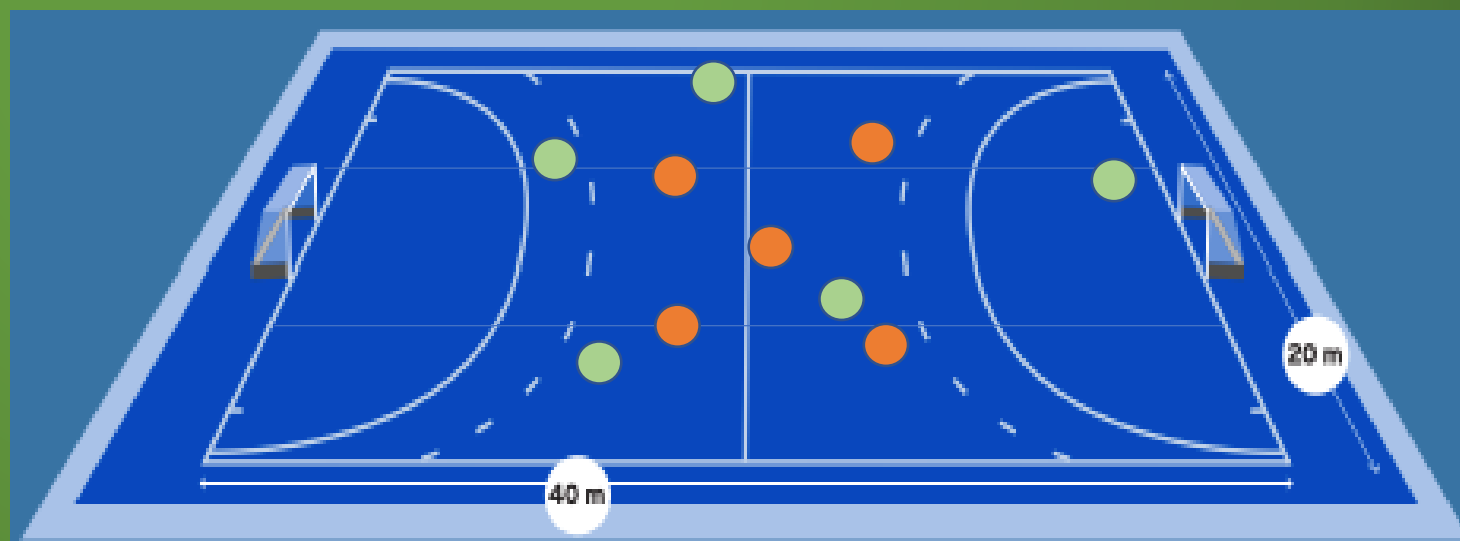
Balbezit

Iedereen in beweging,
met en zonder bal

Linkerbalk = passbalk
Rechterbalk = loopbalk

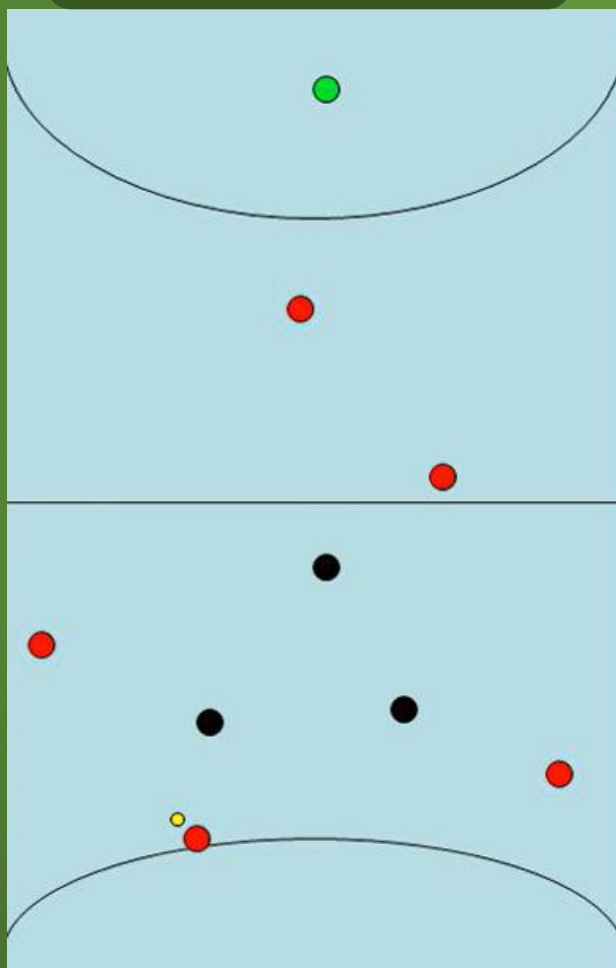
We spelen richting de
rechter ruimte

“Huisje”

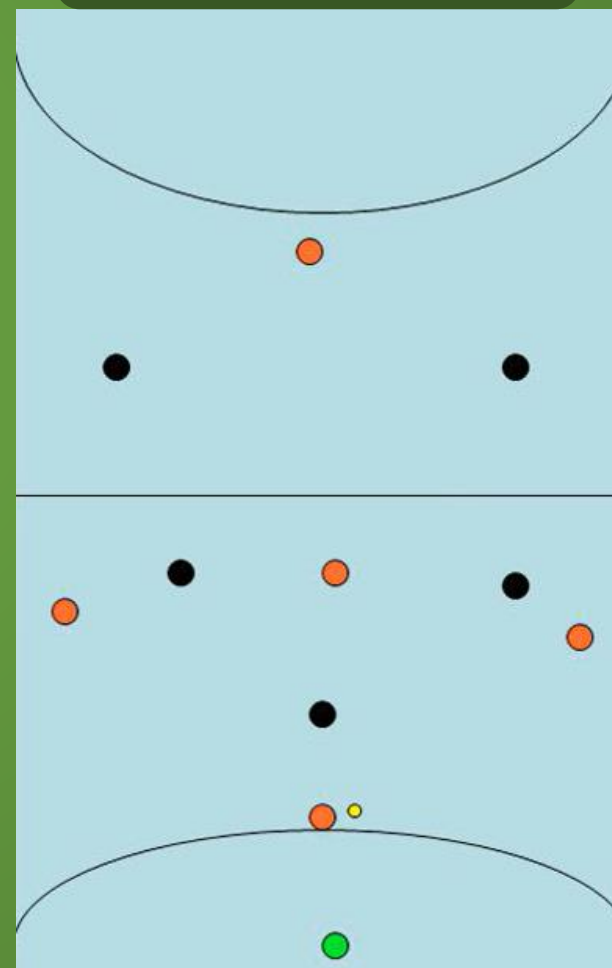


Balbezit opstellingen

Ligbed

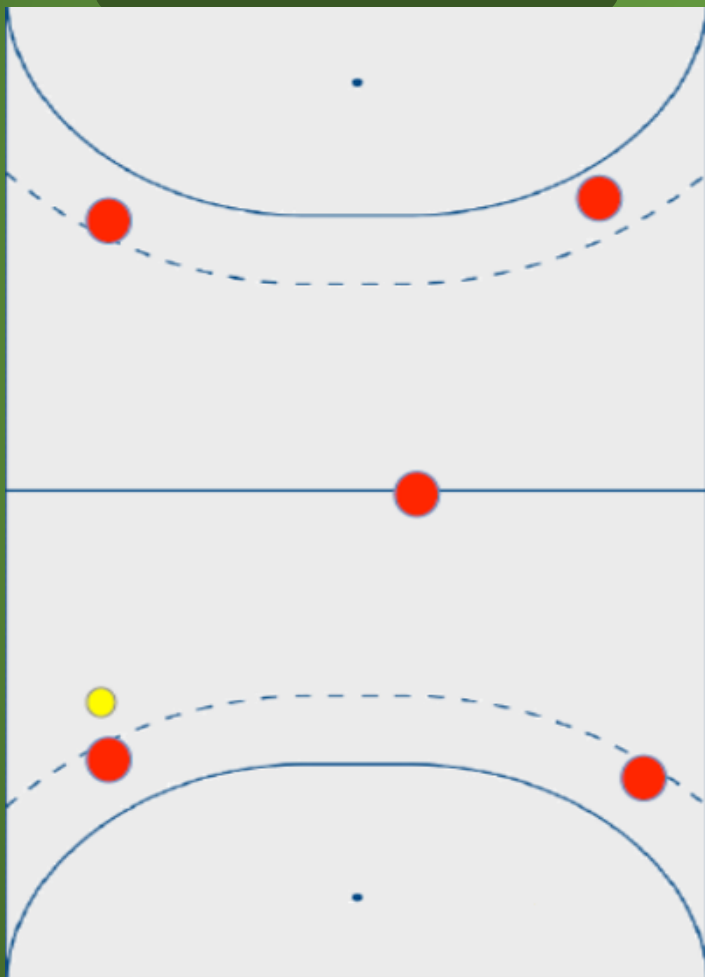


Boot/Pijl

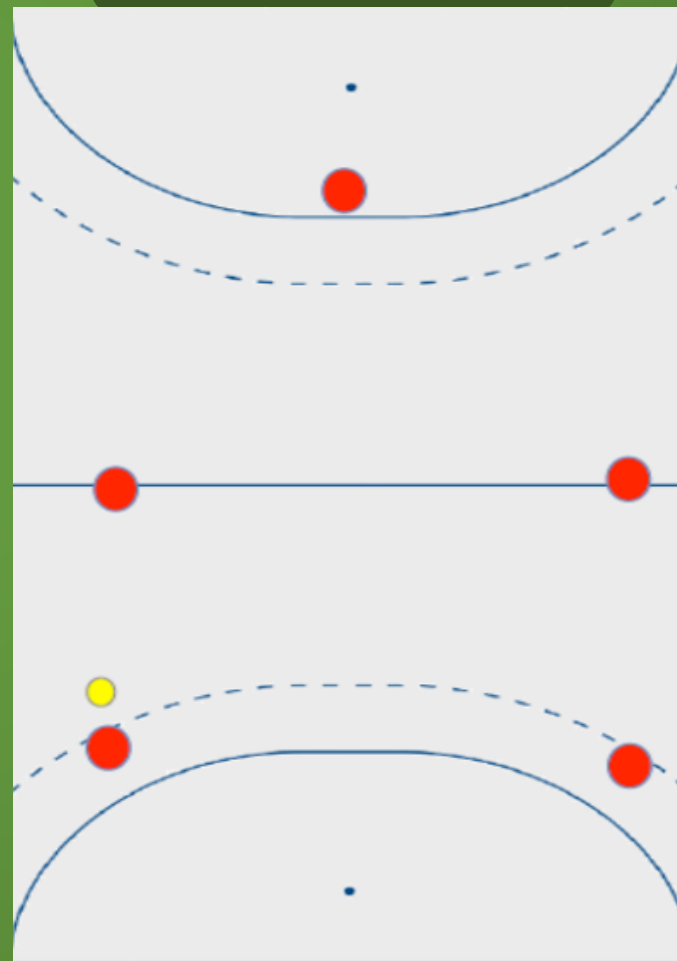


Balbezit opstellingen

Dobbelsteen 5



Huis



Opstellingen en taken

1. Verdeel posities en taken

2. Coach om de bal heen

3. Stimuleer creativiteit

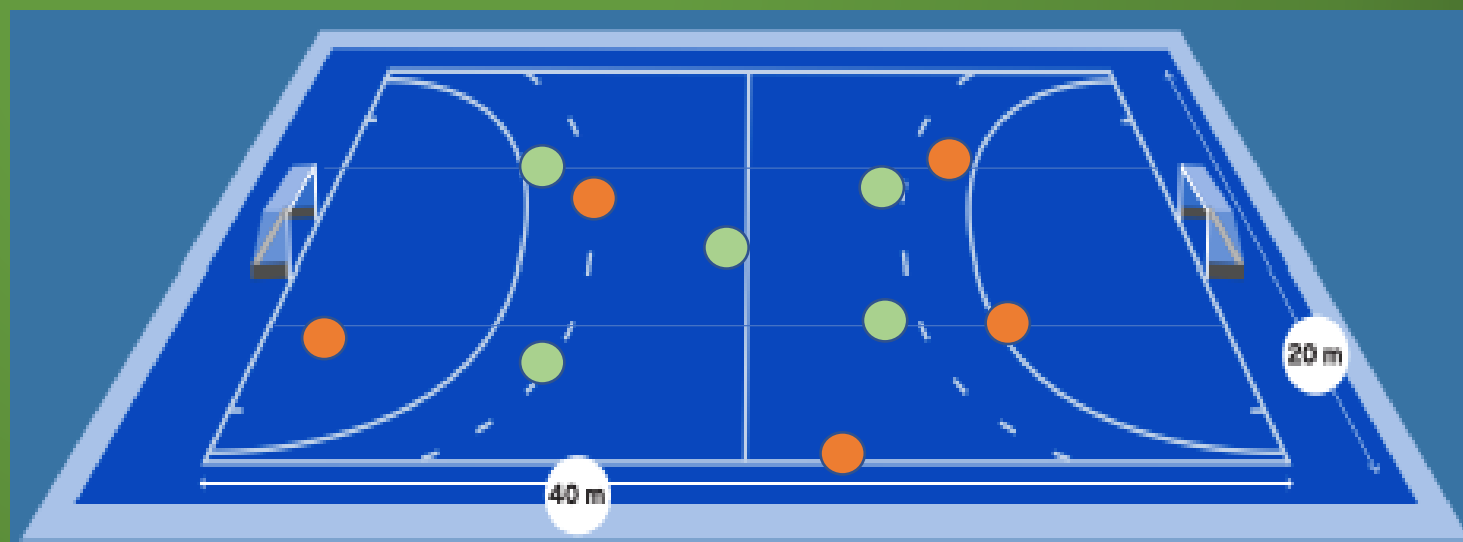
Niet - Balbezit

Het spel speelt zich af in zones, gebruik een blok om je zone af te schermen

Binnenkant dicht:
Handschoen/Stick bal

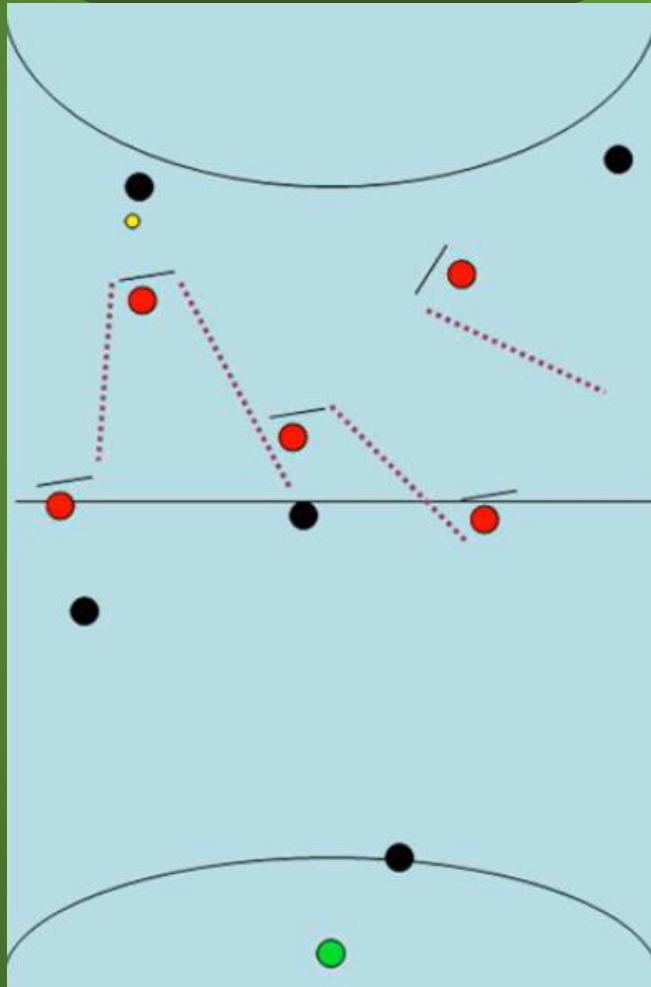
We willen op onze
forehand verdedigen

“Dobbelsteen 5”

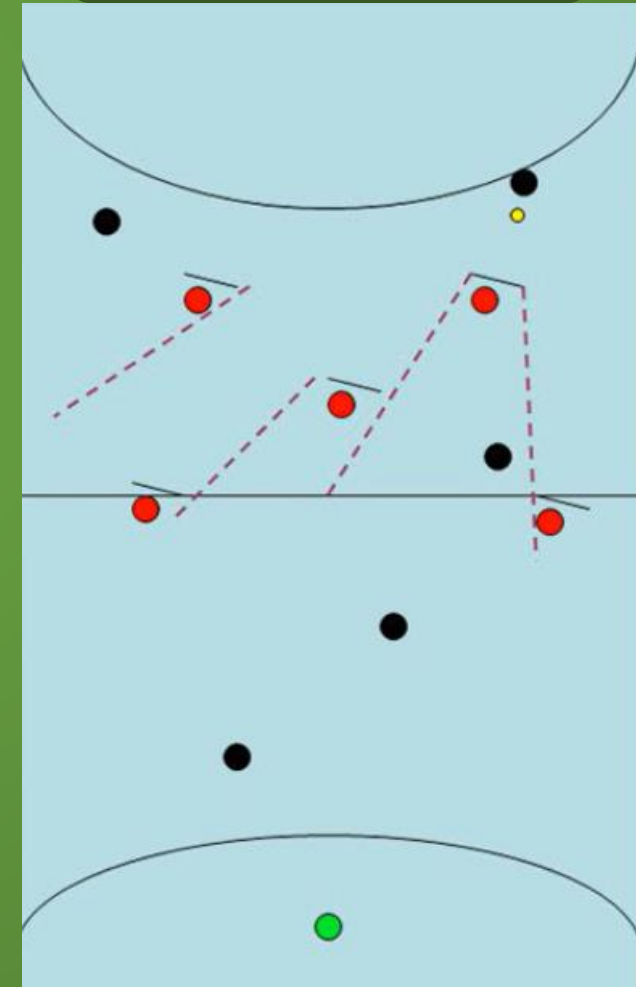


NBB zone opstelling

Bal op links



Bal op rechts



**Patatzak:
voorste 3
houden as**

**Verdedigers
pakken
buitenkant**

Opstellingen en taken

**1. Verdeel
posities en taken**

**2. Coach om de
bal heen**

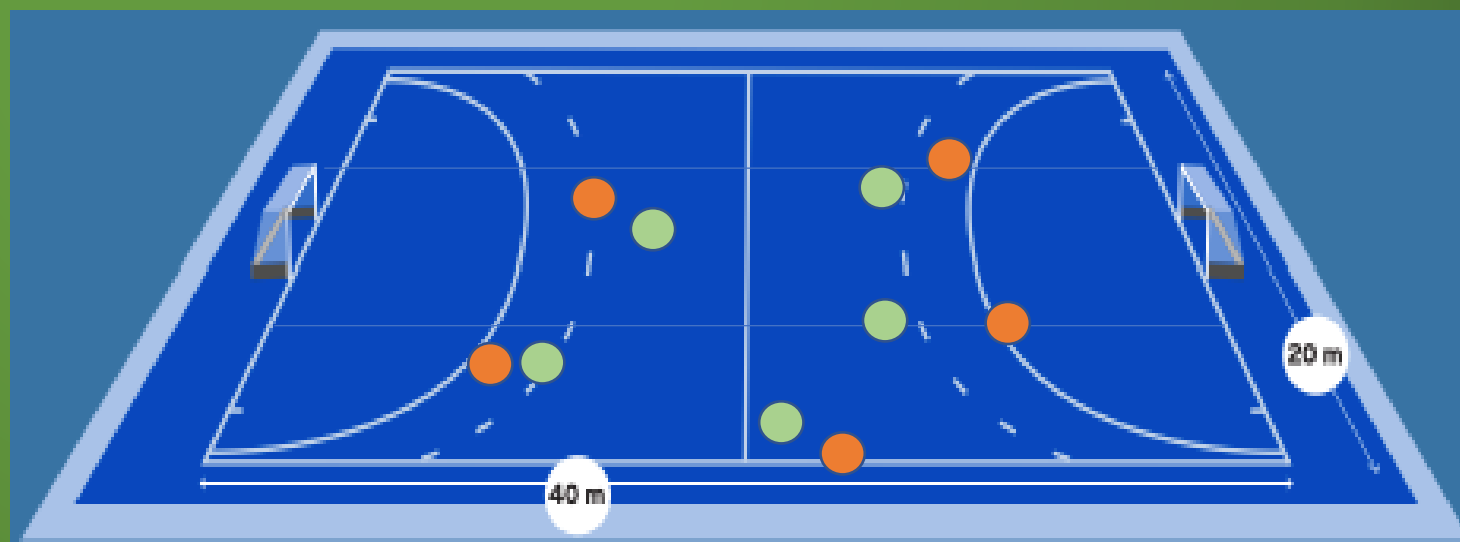
**3. Stimuleer
creativiteit**

Balwinst

Verplaats de bal naar de
ruimte

Balkant diep, helpkant
inrichten

Benut ook je kansen!



Opstellingen en taken

**1. Verdeel
posities en taken**

**2. Coach om de
bal heen**

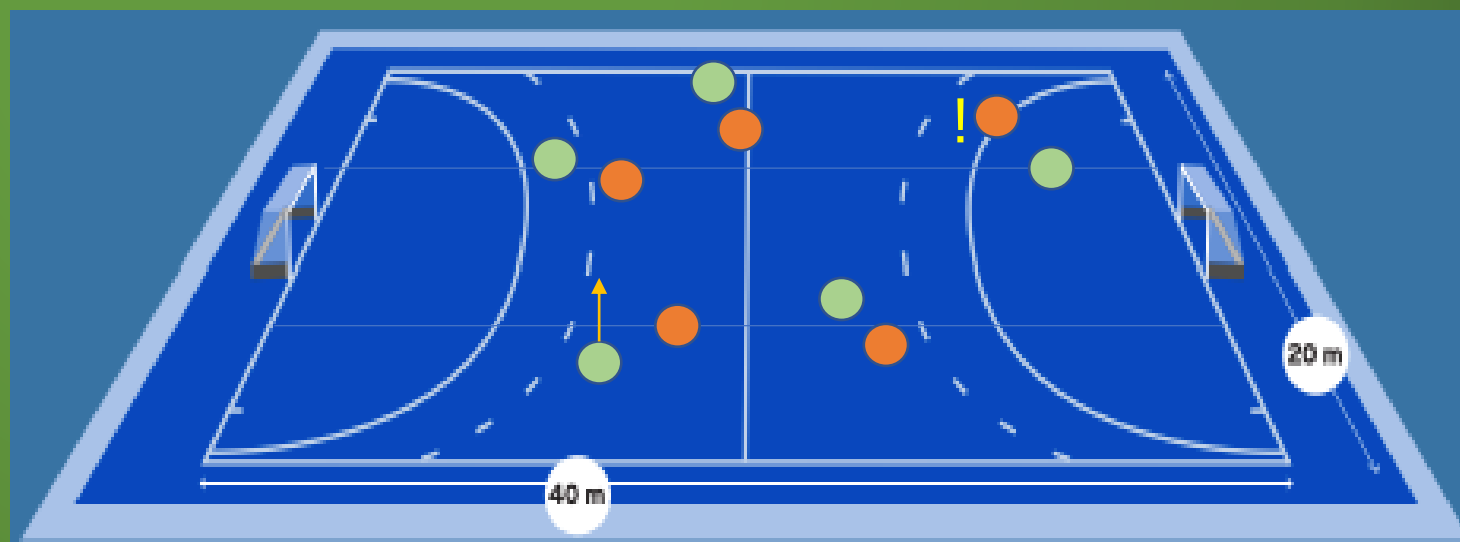
**3. Stimuleer
creativiteit**

Balverlies

Countercontrol: Zones

Kortste weg naar de goal
dichtzetten

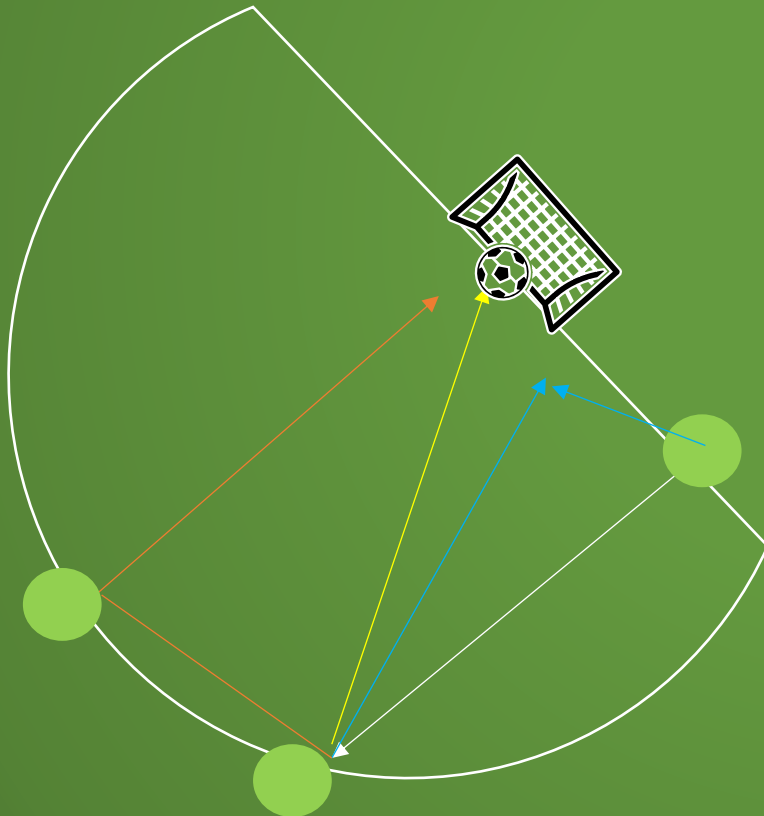
Gelieve tegenstander
buiten de cirkel houden



Strafcorners

Aanvallend

1. Direct
2. Terug op aangever: tip
3. Naar kop om de keeper



Verdedigend

1. Achter keeper langs: Tip dekken
2. Eerste uitloper
3. Tweede uitloper
4. Lijnstop lange hoek
5. Loper: Altijd op achterlijn

