



Technisch beleid HC Mop

De jeugd!

Werkgroep MOP visie

Michel Princen, Auke Posthumus en Paul de Ruijter
Vught, 4-11-2015

Doel

- Spelplezier met focus op (leer)winst voor ieder lid met de juiste begeleiding op ieder niveau die is opgebouwd vanuit een eenduidige MOP-speelwijze en trainingsmethoden gebaseerd op respect en sportiviteit.

Wat gaan we doen?

- Spel- en wedstrijdgericht trainen
- Aanstellen van praktijkbegeleiders met behulp van de KNHB
- Thema's en trainingen opstellen
 - Jaarplanning inrichten en trainingen gebruiken van Hockey Academy
 - MOP speelwijze doorvoeren en koningsoefeningen maken
- Coaches begeleiden over wat te doen rond de wedstrijden
- Warming up app gebruiken
- Doelgroepen bij proces betrekken
 - Samen een goede training maken, koningsoefeningen
 - Herkennen van goede trainingen
- Bijeenkomsten
 - Begin februari, eind maart, begin mei, eind augustus, half oktober en begin december

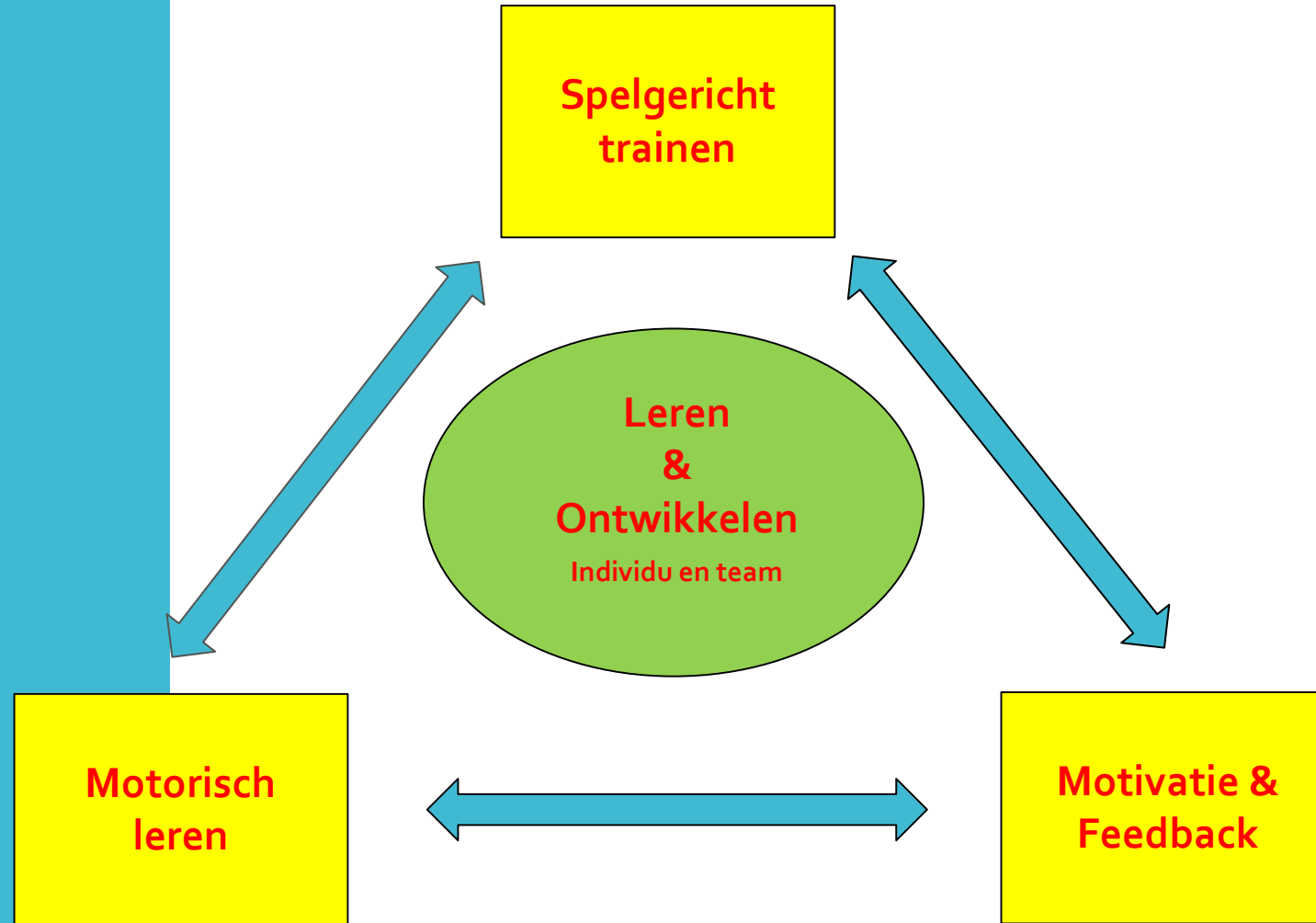
Visie op Spel & Spelontwikkeling bij de vereniging

Workshop Spelgericht trainen

KNHB Academie

Uitgave 10 september 2015 ©KNHB

Visie op Spel & Spelontwikkeling



Visie
Spel &
Spelontwikkeling

**Spelgericht
trainen**

**3 teamfuncties
BB-NBB-
Omschakeling**

**Spel- en
wedstrijdgerichte
trainingsvormen**

**Richting en doel
Schema:
Doelspel Hockey**

Spelgericht trainen

Waarom spelgericht?

- Plezier en motivatie: spelend leren hockeyen is leuk!
- Spelend leren hockeyen: train the game!
- Maken van keuzes
- Spelcompetenter worden
- Techniek is middel om het spel te kunnen spelen

Spelgericht trainen

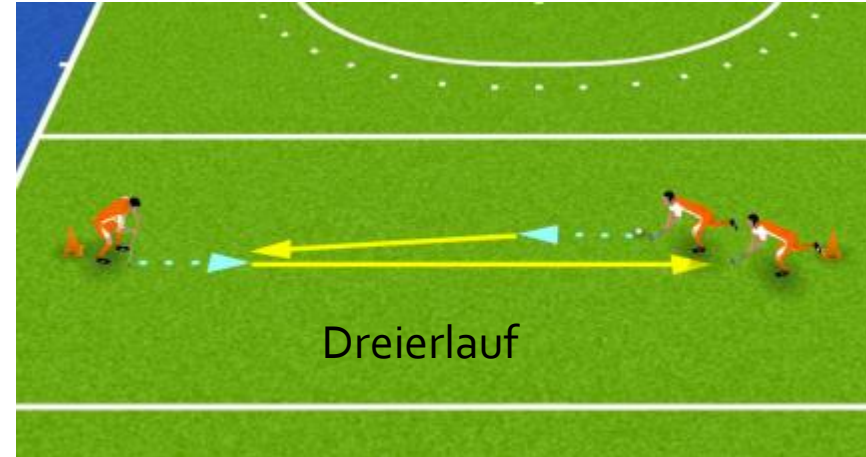
Hoe vertaal je het Schema Doelspel Hockey naar een training?

Traditionele benadering

- Balbezit
- Niet-balbezit
- Omschakeling
- Doel & richting

Spelgerichte benadering

- Balbezit
- Niet-balbezit
- Omschakeling
- Doel & richting



Trainingsvoorbereidingsformulier



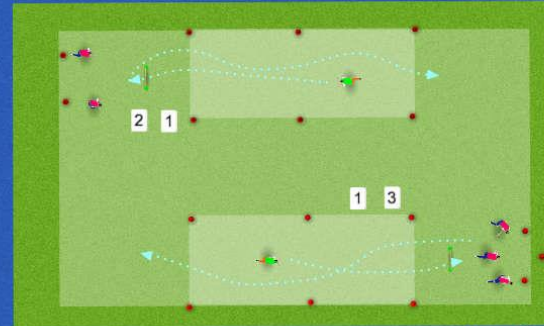
KONINKLIJKE NEDERLANDSE
HOCKEYBOND

Oefenvorm 2.1

Thema's: BB – NBB – OS

2 tegen 1 en 3 tegen 1

Tijd: ca. 25 minuten



www.knhb.nl

Organisatie

- Begin: Het overtal (de balbezitters) begint steeds met balbezit en komt de rechthoek in.
- De overtal speelt 2 tegen 1 of 3 tegen 1.
- Het overtal scoort wanneer de bal over de doellijn aan het einde van de rechthoek wordt gedreven.
- De verdediger (in het groen) probeert de bal af te pakken en te scoren op de pylon.
- Wisselen: scoort de verdediger, dan wisselt deze met een van het overtal.
- Einde: Zodra er door beide partijen wordt gescoord.

Aandachtspunten balbezit

- Handelingssnelheid.
- Snelheid passing.
- Bind de verdediger en pass je medespeler aan, zodat deze kan scoren.

Aandachtspunten niet balbezit

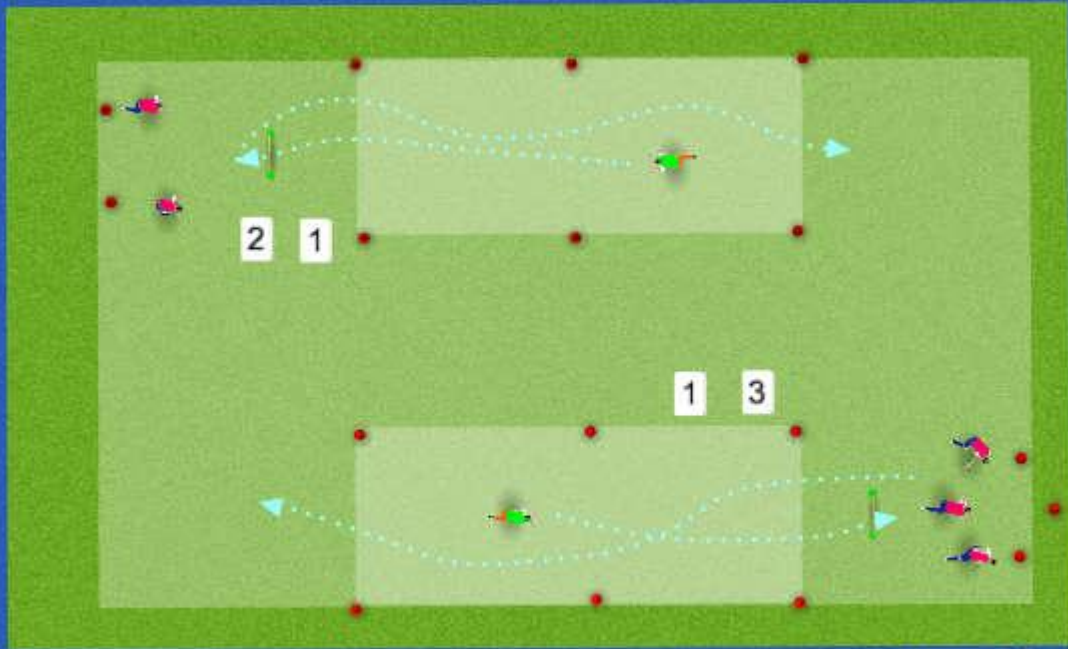
- Tegenpartij dwingen tot foute actie/pass.
- Druk op de bal, proberen snel in balbezit te komen.
- Niet instappen.

Aandachtspunten omschakelen

- Bij Balwinst snelheid.
- Bij Balverlies directe druk.

Variatie (makkelijker/moeilijker)

- Veld smaller maken.
- Veld langer maken.
- Scoren drietal door bal over de doellijn te drijven.



www.knhb.nl



En ook coaching?! Ja maar ... natuurlijk

Balbezit

- Ballijn
- Quard
- Pass 0, 5 en 10
- Versnellingen

Balwinst

- Snelheid van handelen
- 1^e pass
- Uit duel hockeyen

Niet Balbezit

- Platte driehoek
- Verd. technieken
- Pressen
- Team en individueel

Balverlies

- Snelheid van handelen
- Meteen druk op de bal
- Passlijnen naar doel dicht

Must haves

- Hockey Academy app in Lisa
- 3 artikelen over de visie op S&SO KNHB, www.hockeycorner.nl
- Warming up app KNHB, www.hockey.warming-up.nl
 - App store en Google play
- Volg KNHB Academie op twitter: @KNHBAcademie

Rondvraag

