



## **De bal**

De bal die gebruikt wordt, is een normale hockeybal.

## **Spel- en teambegeleider**

### Rol teambegeleider

De teambegeleider is verantwoordelijk voor het 'verzorgen' van het team, maakt teamafspraken, regelt de opstelling en wisselt de spelers tijdens de wedstrijd.

### Rol spelbegeleider

De spelbegeleider fluit voor overtredingen, maar is geen scheidsrechter. De spelbegeleider mag namelijk het spel onderbreken om uitleg te geven bij bepaalde situaties.

Ter verduidelijking van de verschillende rollen is een [filmpje spel- & teambegeleiding](#) gemaakt.

*Voorafgaand aan iedere wedstrijd komen de team- en spelbegeleiders bij elkaar om afspraken te maken. Na de wedstrijd ronden ze gezamenlijk het digitale wedstrijdformulier (DWF) af.*

Bij de F-jes vormen de doelpunten van alle vier de wedstrijdjes bij elkaar opgeteld de uitslag en niet de punten per gewonnen of gelijk gespeelde wedstrijd. Op deze manier wordt het niveauverschil tussen teams beter inzichtelijk voor degenen die de poule-indeling maken en wordt de competitie voor iedereen zo leuk mogelijk gemaakt. De uitslagen zijn, zoals gebruikelijk, niet zichtbaar in de standenmotor.

## **Wie zijn de spelbegeleiders?**

Het advies is om ouders in te zetten als spelbegeleiders bij de Jongste Jeugd. Zij hebben *natuurlijk overwicht* en kunnen in de regel *beter uitleg geven* aan de kinderen. Daarbij is er vanuit pedagogisch oogpunt voor gekozen om één van de spelbegeleiders afkomstig te laten zijn van de thuisvereniging en één van de uitvereniging. Omdat deze spelbegeleider het team en de kinderen kent, zal hij/zij beter in staat zijn om dit team te begeleiden en waar nodig individuele en specifieke aandacht te geven.

Bij de drietallen is het speelveld zo klein dat kan worden volstaan met één spelbegeleider per speelveld. Omdat de teams wisselen van speelveld zijn er in totaal wel twee spelbegeleiders nodig. Op het ene veld is deze afkomstig van de thuis spelende vereniging, op het andere veld van de uitspelende.

## **Spelplezierbevorderende maatregelen**

Hockey draait bij de Jongste Jeugd om drie kernwaarden: plezier, veiligheid en educativiteit. Als tijdens een wedstrijd blijkt dat het niveauverschil tussen de teams – ondanks een goede poule-indeling – te groot is, worden spelplezierbevorderende maatregelen ingezet.

*Het is de taak van de spelbegeleiders om goed in te schatten wanneer het niveauverschil tussen de teams zo groot is dat het spelplezier bevorderd dient te worden met extra maatregelen!*

Het niveauverschil kan worden afgeleid uit:

- de verhouding balbezit en niet-balbezit. D.w.z. wanneer het ene team in verhouding heel erg veel balbezit heeft en het andere team niet of nauwelijks aan spelen toekomt; *en/of*
- het aantal doelpunten verschil in een wedstrijd. Als *richtlijn* kan aangehouden worden dat het niveauverschil te groot is vanaf drie doelpunten verschil.



Spel- en teambegeleiders hoeven de maatregelen niet zelf te bedenken. Ze krijgen een aantal opties waaruit ze een keuze kunnen maken die het meest geschikt is voor de situatie die zich op het veld voordoet. Het is belangrijk dat spel- en teambegeleiders deze opties **voorafgaand** aan iedere wedstrijd gezamenlijk bespreken.

### **Combineer vooral ook de opties voor de sterkere en zwakkere partij!**

De opties voor de sterkere partij zijn:

- **De spelbegeleider gaat strenger fluiten voor de sterkere partij.** *Hierdoor wordt de sterkere partij meer uitgedaagd.*
- **De sterkere partij verandert de opstelling.** *V.b.: scorende spelers gaan achterin spelen.*
- **Iedere speler van de sterkere partij mag, zodra hij/zij in balbezit komt, de bal maximaal 3x raken.** *Hierdoor worden het samenspel, de split-vision (opkijken tijdens/na het aannemen van de bal) en het vrijlopen van de sterkere partij gestimuleerd.*

De opties voor de zwakkere partij zijn:

- **De spelbegeleider geeft meer (technische en/of tactische) aanwijzingen aan de zwakkere partij.** *Het zwakkere team wordt sterker gemaakt.*
- **De zwakkere partij mag een extra veldspeler inzetten.** *Hiermee kun je voorkomen dat de zwakkere partij niet of nauwelijks aan spelen toekomt, de tegenstander alleen maar op zich ziet afkomen en/of voor de goal in een kleine ruimte gaat spelen.*

Alle andere voormalige spelingsregels die werden toegepast, moeten achterwege worden gelaten omdat ze niet langer passen in het hockeyvaardigheidsbeleid van de KNHB.

### **Samenstelling teams**

Een team bestaat uit minimaal zes spelers, waaruit twee teams van drie veldspelers gevormd kunnen worden. Per wedstrijd zijn er maximaal drie veldspelers en eventueel wisselers. Er is geen doelverdediger. Spelers mogen op elk moment worden gewisseld bij de middenlijn. Eerst verlaat een speler het veld, daarna gaat de wisselers er in. Ieder team heeft een aanvoerder.

### **Spelersuitrusting**

De spelers zijn verplicht om scheenbeschermers en een bitje\* te dragen. Daarnaast dragen ze het tenue van de vereniging en hockeyschoenen (om niet uit te glijden). Voor de veiligheid wordt spelers sterk afgeraden sieraden te dragen (kettinkjes, oorbellen, ringen, horloges, armbanden, etc.).

\* *KNHB: spelers kunnen uitsluitend om medische redenen ontheffing [aanvragen](#) bij de KNHB. Zij dienen op verzoek van de spelbegeleiding de schriftelijke ontheffing van de KNHB te tonen.*

### **Wedstrijdduur**

Een wedstrijd duurt 2x15 minuten met een korte rust van maximaal vijf minuten. Een drietal bestaat uit minimaal zes spelers, waaruit twee teams gevormd kunnen worden die tegelijkertijd naast elkaar spelen. Na een gezamenlijke warming-up speelt team A van partij 1 tegen team A van partij 2 en team B van partij 1 tegen team B van partij 2 (1A-2A en 1B-2B). Na de rust wisselen de teams van tegenstander (1A-2B en 1B-2A). Ieder team speelt in totaal 30 minuten.

### **Begin van het spel**

De aanvoerder geeft voor het begin van de wedstrijd de spelbegeleiders en de aanvoerder van de tegenpartij een hand. De spelbegeleiders en de aanvoerders van beide teams maken uit wie er aan welke kant speelt (de speelrichting) en wie er mag beginnen (de beginslag) door middel van een toss. Daarna vindt 'Shake Hands' plaats: de teams geven elkaar en de spelbegeleiders een hand en wensen de anderen een plezierige wedstrijd.



De beginslag wordt genomen vanaf het midden van het veld. Deze mag in alle richtingen worden gespeeld. De tegenstanders moeten minimaal drie meter afstand van de bal houden. Na de rust is de beginslag voor het andere team.

### **Het spelen van de bal**

Het spelen van de bal mag alleen met de platte kant van de stick en met de zijkant. De bal mag met een *push*, *schuifslag* of *flats* gespeeld worden. Hierbij moet de stick, als hij naar achter zwaait, op de grond blijven. Als hij naar voren zwaait mag de stick niet boven kniehoogte komen. Bij het spelen van de bal geldt verder: liften mag, mits niet gevaarlijk, en *nooit boven kniehoogte*. Speelwijzen als de scoop en de flick zijn daarom niet toegestaan.

### **Doelpunt**

Een doelpunt wordt gescoord wanneer de bal over de doellijn wordt gespeeld. Het is alleen een doelpunt als de bal binnen het doelgebied door een aanvaller is aangeraakt of gespeeld en daarna niet meer buiten dit doelgebied is gekomen. Als een aanvaller van binnen het doelgebied de bal richting doel speelt en die gaat via een voet of stick van een verdediger in het doel, is er ook een doelpunt gemaakt.

Bij een doelpoging mag de bal gedurende de hele schotbaan niet hoger komen dan:

- Plankhoogte: indien met elftaldoelen of plankdoelen met de normale plankhoogte gespeeld wordt.
- Kniehoogte: bij andere doelen (pylonen of 15 cm-planken).
- Let op – in geen geval mag sprake zijn van gevaarlijk spel, behalve wanneer het veroorzaakt wordt door een verdediger en de bal onmiddellijk in het doel belandt. Dan is er namelijk sprake van voordeel en telt het doelpunt.

### **Afstandregel**

Bij een spelhervatting moet de tegenstander altijd minimaal drie meter afstand van de bal nemen tot deze weer in het spel is gebracht. In het geval van een aanvallende vrije slag bij het doelgebied en het nemen van een lange corner moeten beide partijen (behalve degene die de bal neemt) minimaal drie meter afstand tot de bal nemen.

Het vlot nemen van spelhervattingen waarbij tegenstanders nog niet op afstand staan hoeft in beginsel niet te worden tegengegaan. Wel moeten spelbegeleiders er voor zorgen dat het spel niet rommelig wordt doordat niet op afstand staande spelers bij de bal proberen te komen zodra deze genomen is. Een dergelijke ingreep geldt ook als overtreding.

### **Selfpass**

Bij een beginslag, vrije slag, inslag, uitslag en lange corner *mag* een speler de bal zelf nemen zonder dat hij die naar een teamgenoot passt. Van belang is dat de bal voor het nemen wordt gecontroleerd, zo dat deze (nagenoeg) stil ligt. Daarna mag de nemer direct gaan lopen met de bal. Wanneer de bal genomen wordt binnen drie meter van het doelgebied moet die eerst drie meter hebben afgelegd **of door een speler van de verdedigende partij zijn aangeraakt**, voordat hij het doelgebied in gespeeld mag worden.

### Vrije slag

Als een speler iets doet wat niet mag, dus een overtreding maakt, krijgt het andere team een vrije slag. Bij een vrije slag gelden de volgende bepalingen:

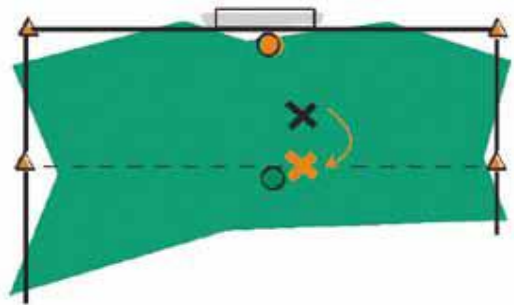
- de bal moet genomen worden op de plaats van de overtreding;
- de bal moet stilliggen;
- de bal mag niet omhoog worden gespeeld.

#### De aanvallende partij maakt een overtreding binnen het doelgebied

Als de aanvallende partij een overtreding maakt binnen het doelgebied krijgt de verdedigende partij een vrije slag. De bal mag genomen worden op de plaats van de overtreding of naar voren worden gelegd tot net iets voorbij de 5-meterlijn. Bij het nemen moet de tegenpartij minimaal drie meter afstand nemen en houden tot de bal voordat deze in het spel is gebracht.

#### De verdedigende partij maakt een overtreding binnen het doelgebied

Als de verdedigende partij een overtreding maakt binnen het doelgebied krijgt de aanvallende partij een vrije slag. De vrije slag moet op de 5-meterlijn worden genomen, recht tegenover de plaats waar de overtreding heeft plaatsgevonden. De bal moet eerst drie meter hebben afgelegd **of door een speler van de verdedigende partij zijn aangeraakt**, voordat die het doelgebied in gespeeld mag worden. Alleen uit een selfpass van minimaal drie meter mag de bal rechtstreeks het doelgebied in. Bij het nemen van de spelhervatting geldt dat behalve de nemer beide partijen minimaal drie meter afstand moeten houden tot de bal.



#### De verdedigende partij maakt een overtreding binnen drie meter van het doelgebied

Als de verdedigende partij een overtreding maakt binnen drie meter van het doelgebied krijgt de aanvallende partij een vrije slag. De vrije slag moet op de plaats van de overtreding worden genomen. De bal moet eerst drie meter hebben afgelegd **of door een speler van de verdedigende partij zijn aangeraakt**, voordat die het doelgebied in gespeeld mag worden. Alleen uit een selfpass van minimaal drie meter mag de bal rechtstreeks het doelgebied in. Bij het nemen van de spelhervatting geldt dat behalve de nemer *beide partijen* minimaal drie meter afstand moeten houden tot de bal.

#### Wanneer wordt een vrije slag gegeven?

1. **Shoot.** *Het is shoot als de bal tegen de voet komt en de tegenstander daar nadeel van ondervindt.*





## 2. **Gevaarlijk spel.** *Het is gevaarlijk spel bij:*

Gevaarlijk zwaaien met de stick



Het te ver omhoog spelen van de bal



## 3. **Obstructie.** *Het onreglementair hinderen van je tegenstander: afhouden\*, duwen, hakken, blokkeren, ten val brengen, etc.*

Hakken: op de stick van een tegenstander tikken of slaan



Blokkeren en ten val brengen



\* **Afhouden:** hierbij belet een balbezitter een tegenstander bij de bal te komen door tussen hem en de bal te stappen, waardoor de tegenstander niet bij de bal kan. Dit kan naast met het lichaam ook met de stick. **Let op:** afhouden is pas strafbaar als de afgehouden speler probeert om bij de bal te komen.

### **Uitslaan**

Het is uitslaan als de bal over de achterlijn gaat en als laatste is aangeraakt door een aanvaller. De bal wordt door de verdedigende partij genomen recht tegenover de plaats waar de bal over de achterlijn ging. Dit mag tot een maximale hoogte van net iets voorbij de 5-meterlijn. De aanvallende partij houdt minimaal drie meter afstand tot de bal tot deze weer in het spel gebracht is.

### **Lange corner**

Een lange corner wordt gegeven als de bal over de achterlijn gaat en als laatste is aangeraakt door een verdediger. De bal wordt door de aanvallende partij genomen op de *zijlijn*, net buiten het 5-metergebied. De bal moet eerst drie meter hebben afgelegd **of door een speler van de verdedigende partij zijn aangeraakt**, voordat die het doelgebied in gespeeld mag worden. Alleen uit een selfpass van minimaal drie meter mag de bal rechtstreeks het doelgebied in. Bij het nemen van de spelherhvatting geldt dat behalve de nemer beide partijen minimaal drie meter afstand moeten houden tot de bal.

Let op: in tegenstelling tot de spelregelwijziging bij de elftallen wijzigt de lange corner niet bij de 3- en 6-tallen! Omdat bij de Jongste Jeugd geen sprake is van een 23-meterlijn is het nemen van een lange corner op de zijlijn het duidelijkst en makkelijkst hanteerbaar.

### **Inslaan**

Het is inslaan als de bal over de zijlijn gaat. Deze spelhervatting wordt genomen op de plek waar de bal over de zijlijn ging, door het team dat de bal niet als laatste aanraakte. De niet-nemende partij houdt altijd minimaal drie meter afstand.

#### Bal over de zijlijn binnen doelgebied (verdedigend inslaan)

Als de bal over de zijlijn gaat binnen het doelgebied mag die net buiten het 5-metergebied genomen worden. De aanvallers moeten minimaal drie meter afstand houden.

#### Bal over de zijlijn binnen doelgebied (aanvallend inslaan)

Ook de aanvallers nemen de bal net buiten het 5-metergebied; beide partijen (behalve de nemer) moeten minimaal drie meter afstand houden. De bal moet bij een aanvallende inslag eerst drie meter hebben afgelegd **of door een speler van de verdedigende partij zijn aangeraakt**, voordat die het doelgebied in gespeeld mag worden. Alleen uit een selfpass van minimaal drie meter mag de bal rechtstreeks het doelgebied in.

### **Time-out**

Een time-out kan worden gegeven om de teambegeleiders van beide teams gelegenheid te geven de spelers extra aanwijzingen te geven, zodat het spel beter kan verlopen.

- Een time-out kan op initiatief van de spelbegeleiders worden gegeven en
- een time-out kan aangevraagd worden door de teambegeleider van een team.

### **Bully**

Een bully wordt genomen om het spel te hervatten wanneer de wedstrijd is onderbroken wegens een blessure of enig andere aanleiding waarbij geen straf wordt opgelegd. Bijvoorbeeld wanneer een spelbegeleider de wedstrijd heeft stilgelegd om uitleg te geven aan de spelers zonder te hebben gefloten voor een overtreding wordt het spel hervat met een bully. De sticks moeten elkaar **bij een bully één keer raken**, voordat de bal gespeeld wordt. Alle spelers behalve de nemers moeten minimaal drie meter afstand houden tot de bal vooraleer die weer in het spel gebracht is.