

Uitverdedigen en opbouw

Maar waarom?

Uitgangspunten



Balbezit, twee situaties

1 Turn-over = omschakeling (85% van de velddoelpunten) en fast break (counter)

2 Opbouw van achteruit: vrijwel uitsluitend tot balverlies = turn over (fast break tegen)!

Conclusie: doel opbouw = veilig balverlies!?

Systemen



- 1 Kom en ruit: 4-3-3 naar 3-4-3
- 2 3-opbouw: 3-4-3
- 3 Vario: 3-2-3-2
- 4 5-opbouw: 5-2-3
- 5 Spitsen op de blinde lijn: 4-3-1-1-1
- 6 Totaalhockey

Kom en ruit

Kom = K-4-3-3

Middenveld punt naar
achteren,

vleugelmiddenvelders

binnenkant

Voorhoede punt naar voren,

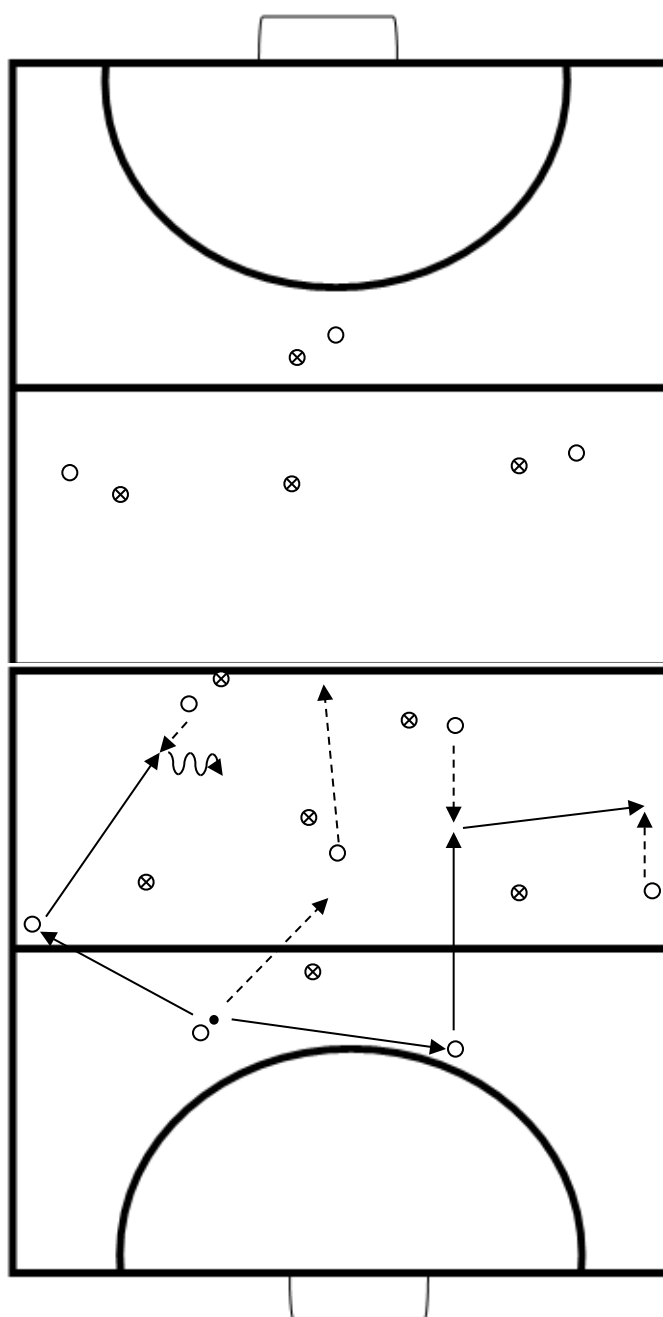
vleugelspitsen buitenkant

Ruit = K-3-4-3

Inschuiven vrije verdediger en
doorschuiven mid-mid
(formatie drie ruiten achter
elkaar)

Taken vrije verdediger:

- verdedigen: rugdekking
aan middenvelders
- aanval: spel verleggen



Let op

Kwaliteiten en taken vrije
verdediger en laatste man

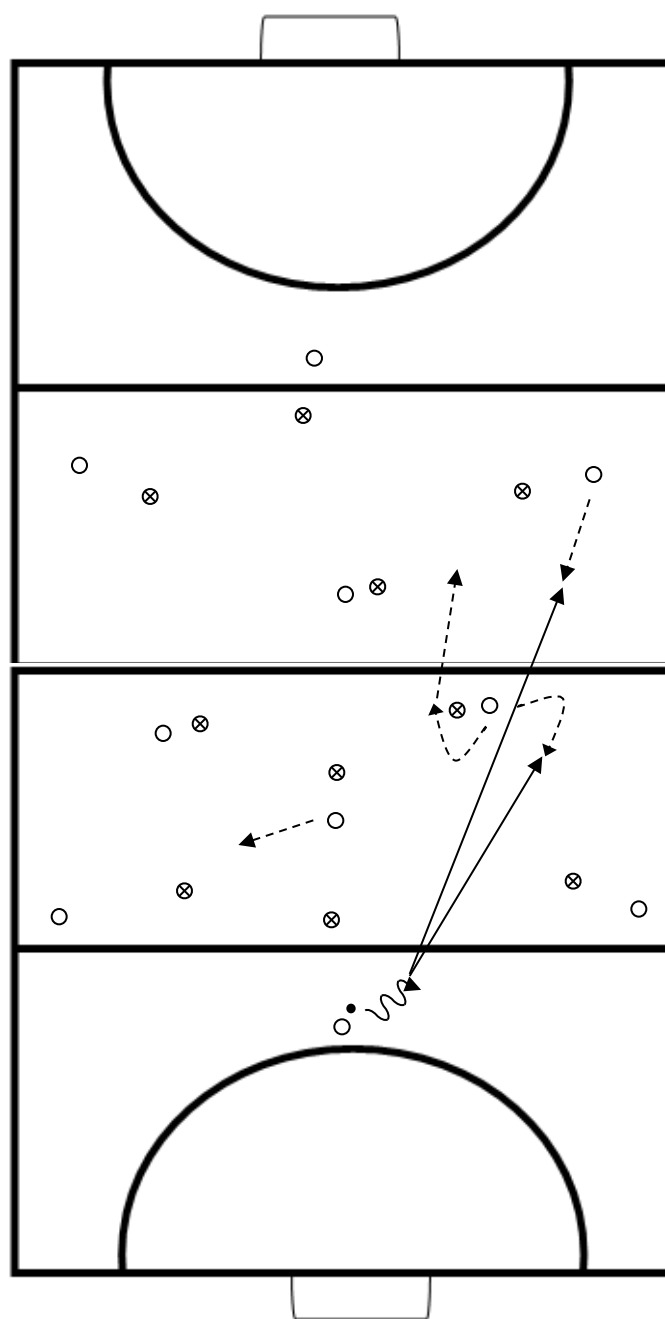
Vrije verdediger:

- fysiek: grote actieradius
- tactisch: spelinzicht
- technisch: goede
passing

Laatste man:

- technisch: goed
verdedigende duel en
goed lange pass

3-opbouw =
K-3-4-3 (drie ruiten achter
elkaar)



Let op (enkele opties)

Laatste man self pass
diagonaal (naar forehand en
over backhand
tegenstander)

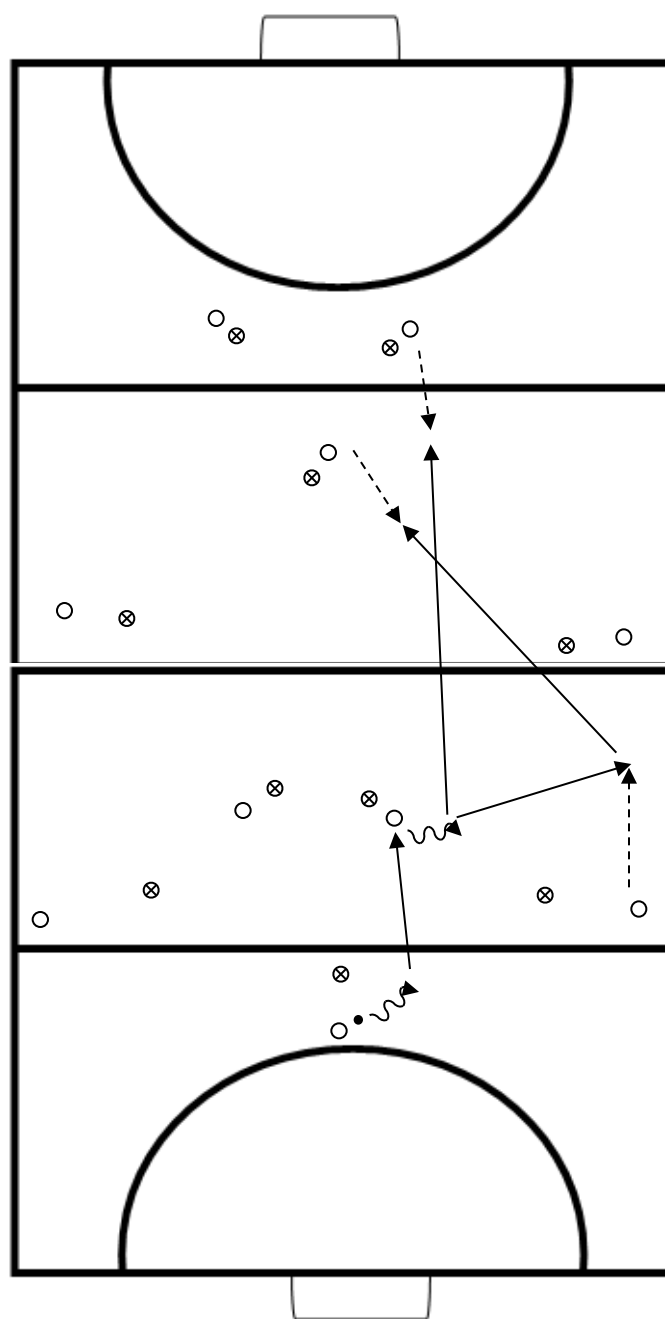
Middenvelder:

- Bij zone dekking in
venster komen
- Bij mandekking V lopen
naar binnen, pass op
spits (komt in passlijn)
en middenvelder sluit
aan

Mid-mid: contra lopen

Vario = K-3-2-3-2

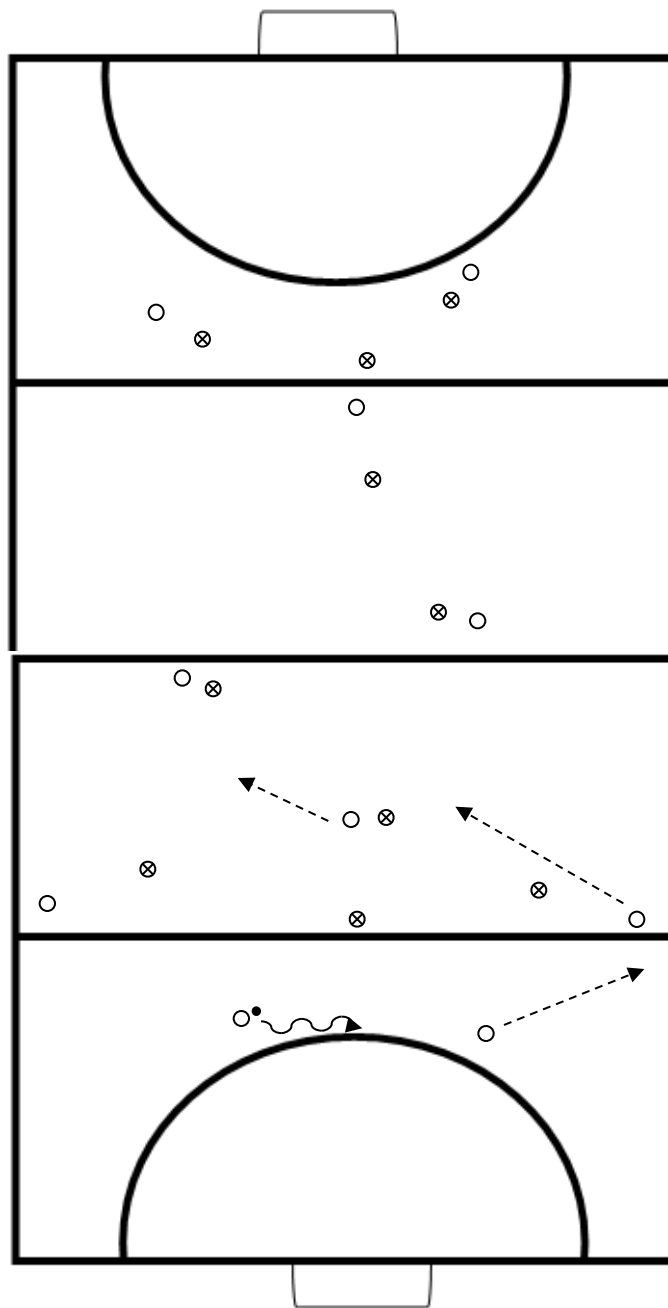
Starten in vario



Let op: starten in vario leidt doorgaans tot doorschuiven bij tegenstander en spelen 1:1 over hele veld; dan:

- Opbouw door centrum zoeken
- Middenvelder aannemen met beschermd balbezit

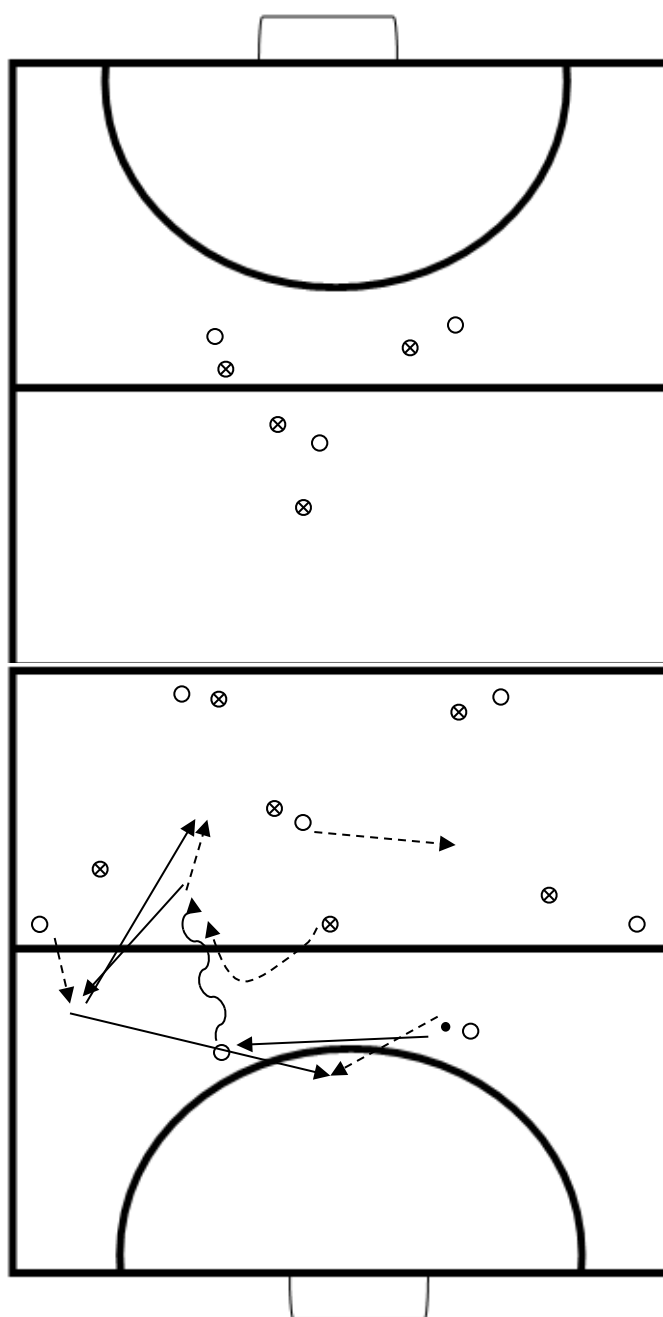
Dynamisch naar Vario op
rechts (van 4-opbouw naar
3-opbouw)



Let op

Rechtsachter schuift in naar
middenveld, waardoor daar
overtal ontstaat

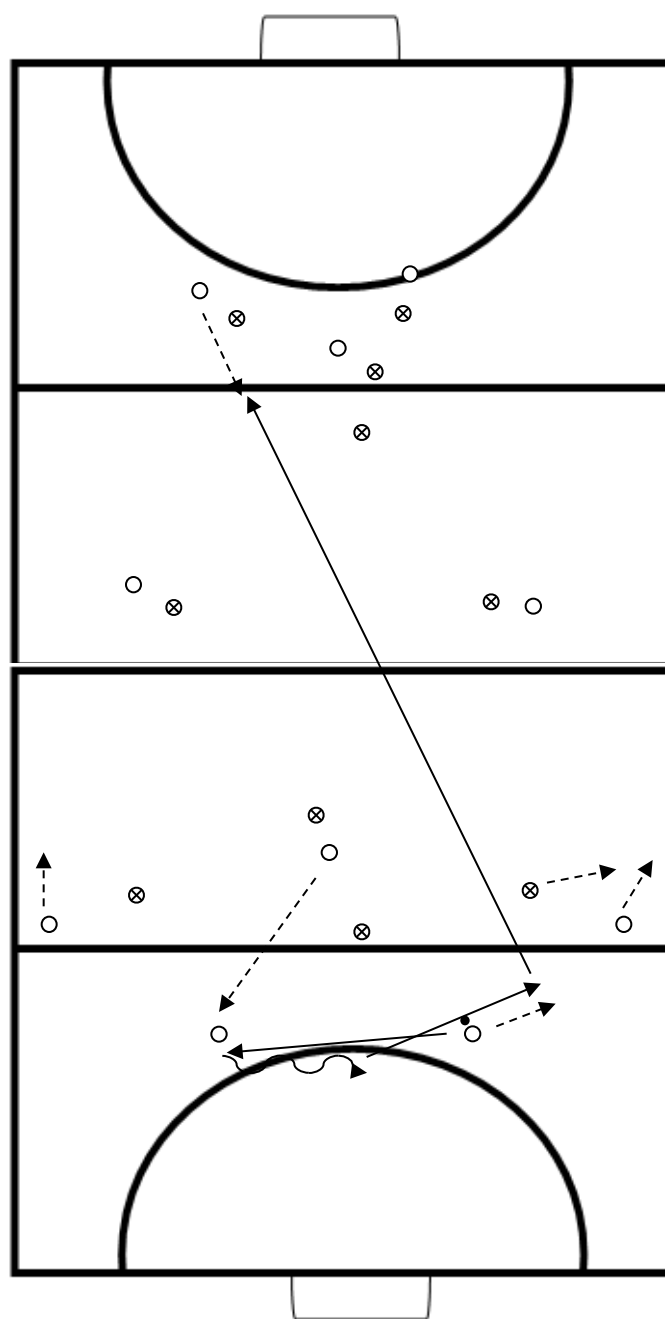
Dynamisch naar vario op links (van 4-opbouw naar 3-opbouw)



Let op

Linker opbouw speler dribbelt middenveld in, links achter zakt uit en rechter opbouw speler schuift naar centrum (links achter kan nu bal via centrum naar rechts verplaatsen of op opgekomen centrum opbouwer)

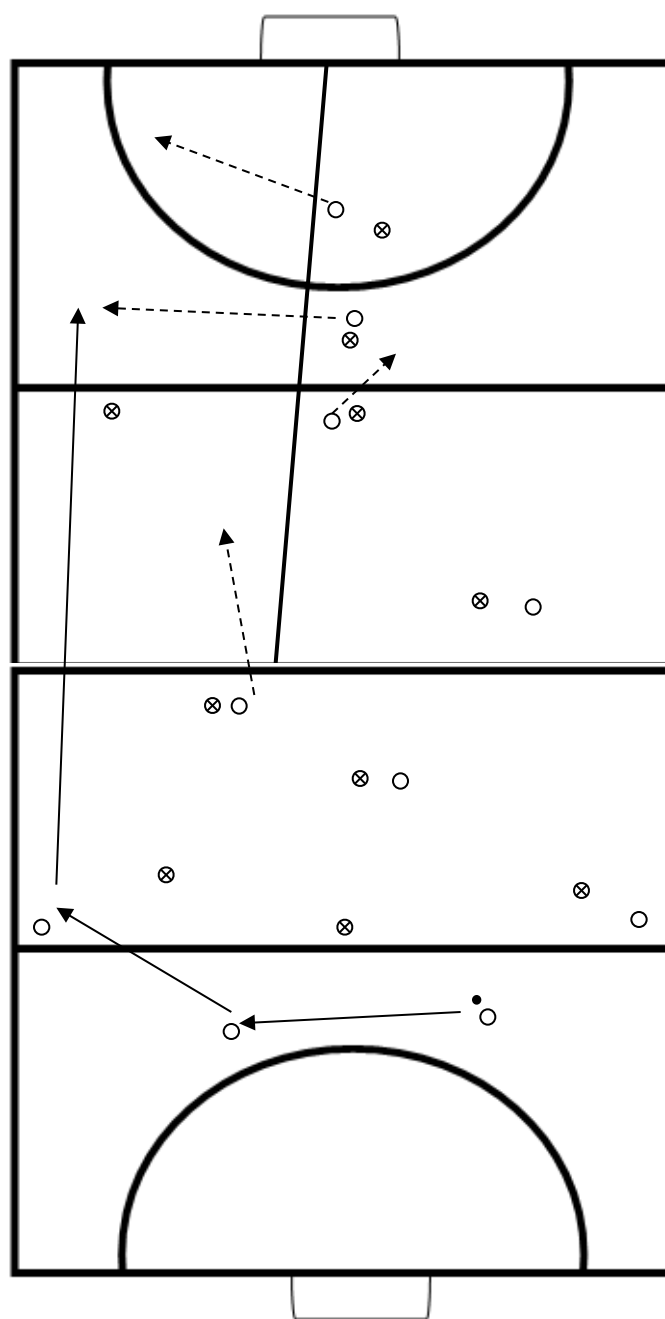
5-opbouw (van 4- naar 5-
opbouw



Let op

Mid mid zakt uit (vergelijk
zaal van 2- naar 3-opbouw)
Vleugelverdedigers komen
op
Middenveld wordt leeg
voor directe lange bal op
spitsen

Spitsen op de blinde lijn
(lijn tussen de bal en het
doel)



Let op

Vooral te gebruiken op een
traag veld

Eenvoudig te verdedigen
door vleugelverdediger in
zone te laten staan (zie
tekening)

Conclusies



- 1 Snelheid is cruciaal (fysieke snelheid, snelheid beslissingen en handelingsnelheid): balcirculatie
- 2 Techniek staat in dienst van tactiek
- 3 Totaalhockey (alle spelers vallen aan en alle spelers verdedigen)
- 4 Niet meer drie traditionele linies (achterhoede, middenveld en voorhoede)
- 5 Dynamisch spel (give & go, linie-over-linie, positiewissels)