

Korfbal

in het bewegingsonderwijs



Een reader voor studenten op de sportopleidingen

Korfbal in het bewegingsonderwijs

SCHOOLKORFBAL

Inleiding:

Korfbal is bedoeld als spel en sport voor iedereen. Korfballen kan iedereen. We doen het al honderd jaar. In principe is het een eenvoudig spel, dat je met verschillende intenties kan spelen. Deze lopen uiteen van het spelen van een gezelschapsspel tot het bedrijven van topsport.

Hoewel korfbal op topniveau niet zo eenvoudig meer is, zijn de basisbedoelingen dezelfde als die van het eenvoudige spelletje dat kinderen en ouderen spelen op speelveldjes, op school, op het strand, in de sporthal of op het sportveld. In principe gaat het altijd om samenspelen en dan de bal door de mand werpen, scoren.

De basis van korfbal is eenvoudig. Waarom zou het onderwijzen en het leren van korfbal dan ingewikkeld moeten zijn? In deze reader geven we u de visie van het KNKV.

- vrijlopen;
 - herkennen van vrijlopen;
 - 'schijnbewegingen' maken om vrij te lopen.

Verder geven we een handreiking hoe met behulp van simpele oefenstof op een eenvoudige manier korfbal geleerd kan worden. We geven oefenstof gerangschikt volgens de visie van het KNKV: eerst het spelen van korfbal, dan werken aan het SCOREN, vervolgens leren SAMENSPELEN (om te komen tot scoren), het VOORKOMEN (van scoren en verstoren van het samenspelen) wordt slechts terloops behandeld. De belangrijkste spelregels worden genoemd. Zij geven het korfbal vorm.

U heeft, middels deze reader, een goed hulpmiddel in handen om ook korfballes te gaan geven. In een paar lessen per jaar is het mogelijk om kinderen de essentie van het spel te laten ervaren, en vooral, om korfbal als "leuk" te laten ervaren. *Korfbal, bij uitstek geschikt om op scholen te geven (een gemengde sport!), bij uitstek geschikt om vele lichaamsvaardigheden te ontwikkelen en om samenwerking te bevorderen.* Korfbal is een basisvorm voor vele andere spelsporten!

Juni 2002

Uitgave van het KNKV.

Samenstelling:

Fedde Boersma,

Rob Lof,

Jan Tonny Visser.

Korfbal in het bewegingsonderwijs

Inhoudsopgave

Inleiding	pag. 1
Inhoudsopgave	pag. 2
I Visie van het KNKV	pag. 3 - 4
II Oefenstof	pag. 5 - 14
IIa Spelvormen	pag. 6 - 7
IIb Scoren en oefenvormen	pag. 8 - 11
IIc Samenspel	pag. 12 - 14
IId Extra oefenvormen	pag. 15
III Literatuur en adressen	pag. 16

I - Visie KNKV

Vanuit welke visie werkt het KNKV?

Het korfbalspel staat centraal. Het spel wordt als één geheel gezien. Uit het spel worden de elementen gehaald om te oefenen. Een element dat geoefend wordt, hoort zoveel mogelijk binnen de korfbalcontext geoefend te worden. Dan pas krijgt het zijn ware betekenis.

Iedere korfballes moet voldoen aan de volgende eisen:

1. Korfbaleigen bedoelingen.

In korfbal gaat het altijd om de interacties tussen aanvallers (bal-bezitters) en verdedigers (niet bal-bezitters). In schema kan het als volgt weergegeven worden:

bal-bezitter

- scoren
- opbouwen tot / samenspelen om te scoren
- afgeleide van bovenstaande is:
- in balbezit blijven

niet bal-bezitter

- voorkomen van scoren
- verstoren van de opbouw

- in balbezit komen

Het spelen van korfbal komt eerst, dan het oefenen van de elementen.

2. Veel herhalingen.

- veel beurten
- geen lange wachttijden
- gemakkelijke organisatie
- voldoende materiaal: ballen, korven en lintjes

3. Rekening houden met de groep.

- leeftijd
- vaardigheid
- beleving (top, recreatie, school)

4. Juiste coaching / beïnvloeding.

- spelbedoelingen begrijpen
- kunnen voordoen, kunnen meespelen, kunnen vertellen
- regels kunnen veranderen
- spelers bevragen, oplossingen laten aandragen



Korfbal in het bewegingsonderwijs

De situatie op scholen waarin les moet worden gegeven is zeer verschillend. Leeftijd en niveau zijn zeer uiteenlopend. De ruimte is zeer verschillend, de hoeveelheid materiaal is overal anders, de grootte van de groep is wisselend. We denken echter dat de (vak)-leerkrachten in staat zijn *die* oefenstof er uit te halen die passend is en dat zij de oefenstof zodanig kunnen ordenen dat korfbal op een leuke en uitdagende manier wordt gegeven. Daarbij gaan we uit van de volgende ordening:

Spelen gaat voor oefenen.

Het "lezen" van het spelen, het partijtje, de wedstrijd is aanleiding om spelelementen te oefenen. Het spelen door de deelnemers geeft de leerkracht gelegenheid problemen te benoemen en van daaruit de lesbedoeling te formuleren.

Schieten gaat voor samenspelen.

Scoren is de meest centrale doelstelling van korfballen. Alle spelers hebben plezier in het schieten van de bal door de korf.

Aanvallen gaat voor verdedigen.

Spelers kunnen pas het verdedigen leren, als er sprake is van aanvallen. Verdedigen is een reactie op aanvallen.

Samenspelen gaat voor tegenspelen.

Korfbal is een spel van interactie. Dit betekent dat spelers samenwerken en een andere partij tegenwerkt. In het leerproces gaat het verbeteren van het samenwerken eerst zonder tegenspel, maar de samenwerking zal zich pas goed ontwikkelen als er sprake is van (gedoseerd) tegenspel.

Verdedigen is een reactie op het aanvallen.

Het verdedigen is gericht op het verhinderen of het moeilijk maken van het aanvallen.

II - Oefenstof

De oefenstof is gerangschikt volgens de visie van het KNKV. We geven eerst de meest essentiële spelregels, vervolgens een aantal spelvormen (IIa). Daarna beschrijven we de nodige oefenstof passend bij de thema's scoren (IIb) en samenspelen (IIc). Voorkomen van scoren en samenspelen wordt niet behandeld. Tenslotte worden nog enkele 'extra' oefenvormen beschreven voor zeer jonge kinderen (groep 3 en 4) en oefenvormen voor leerlingen van het middelbaar onderwijs (IIId).

De spelvormen die we beschrijven zijn:

1. Monokorfbal
2. Eenvakskorfbal
3. Quattrobal

Noot: In competitieverband en vaak ook op schoolkorfbaltoernooien wordt er gespeeld in twee vakken (de jongste jeugd speelt ook monokorfbal). In het verband van de lessen wordt deze vorm niet besproken.

Bij alle spelen zijn de essentiële spelregels:

Je mag:

- * niet lopen of dribbelen met de bal oftewel niet alleen spelen;
- * niet een doelpoging doen als een tegenstander (verdediger) heel dicht bij de balbezitter staat (de verdediger moet ook dicht bij de korf staan dan de balbezitter) en 1 of 2 handen omhoog heeft;
- * niet de bal uit de handen slaan, pakken;
- * niet elkaar wegduwen, tegenhouden;
- * niet 'duiken' op de bal;
- * het gooien moeilijk maken, maar niet onmogelijk (er mag maar 1 speler tegelijk voor de balbezitter staan).

Welk materiaal is nodig voor de lessen?

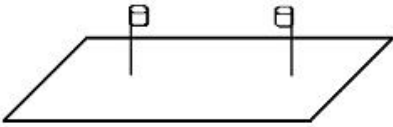
1. In de gymzaal zijn meestal 2 korfbalpalen en manden aanwezig. Daarnaast kunnen de baskets gebruikt worden, waarbij dan opgemerkt moet worden dat de kinderen niet via het bord scoren, maar rechtstreeks. De hoogte van de korven en baskets worden aangepast aan het niveau (leeftijd) van de kinderen. De hoogte is niet belangrijk, wel de succesbeleving van SCOREN.
2. Lintjes om partijen te kunnen maken.
3. Probeer zo veel mogelijk veldjes te maken zodat zo veel mogelijk kinderen tegelijk kunnen spelen.



Ila Spelvormen

Omdat we werken vanuit het geheel wordt eerst een korfbalspel aangeboden. Het spel kan op verschillende manieren gespeeld worden. De vorm welke gekozen kan worden is afhankelijk van leeftijd van leerlingen, grootte van de groep, ruimte van de leszaal, etc.

1. Monokorfbal.



Beginsituatie: Zoveel mogelijk veldjes met 2 palen. Er wordt 3 tegen 3 of 4 tegen 4 gespeeld. Bij jonge kinderen kan nog wel eens met 5-5 gespeeld worden. Partij A mag op de ene korf aanvallen, partij B op de andere korf. Welk team scoort de meeste punten? Probeer de bal te veroveren om te kunnen aanvallen. Probeer door samen te spelen in scoringspositie te komen en probeer te scoren.

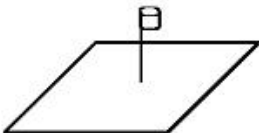
Aanpak: De docent is scheidsrechter en spelleider. Eventueel leerlingen zelf laten fluiten met duidelijke instructie vooraf op de eerder genoemde spelregels. Bevorder als docent het gebruik van de ruimte (inzicht). Dit kun je bevorderen door zelf mee te doen met de aanvallende partij (kameleon).

Aandachtspunten: Zorg er voor dat spelers vrijlopen. Het kijken waar 'vrije ruimte' ligt is belangrijk en het maken van schijnbewegingen draagt hiertoe bij. Laat de balbezitter snel gooien.

Variaties op het spel:

- Er wordt gespeeld met drie teams. Bij een doelpunt moeten de verliezers eruit en komt het nieuwe team binnen de lijnen. Deze hebben ook de bal uit. Wisselen kan ook op tijdsduur.
- De aanvallers mogen scoren op *beide* korven, zij kunnen dus kiezen. Als de verdediging de bal onderschept dan moeten ze eerst drie maal samenspelen om het recht van aanval te krijgen. Bij dit laatste spel wordt meer gevraagd van het inzicht van de spelers.

2. Eénvakskorfbal



Beginsituatie: Het spel wordt gespeeld op één korf, die in het midden staat in een vak van 10 bij 10 meter of andere afmetingen. Welk team scoort de meeste doelpunten? Probeer de bal te onderscheppen om vervolgens naar een lijn, een mat of wat dan ook vóór in het vak uit te spelen om het recht van aanval te krijgen.

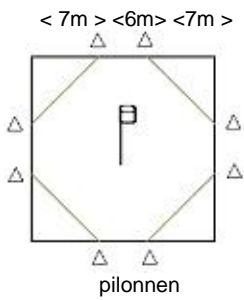
Aanpak en aandachtspunten:
Zie monokorfbal.

Variaties op het spel:

- Wisselen van aanval en verdediging kan ook gebeuren na bijv.: 2x scoren van de aanval, een aantal maal onderscheppen door de verdediging.
- De aanval begint bijv. met 5 punten. Een score levert een extra punt op, balverlies kost 2 punten. Komt de aanval op nul of minder dan wordt er gewisseld van aanval en verdediging.

Korfbal in het bewegingsonderwijs

3. Quattrobal



Beginsituatie: Zo veel mogelijk veldjes met 1 paal. De afmetingen van een volleybalveld kunnen gebruikt worden. In de 4 hoeken worden met behulp van pilonnen driehoeken gevormd. Er wordt 3 tegen 3 of 4 tegen 4 gespeeld. Wisselen van spelers gebeurt regelmatig via een wisselzone aan de zijanten. Scoor meer punten dan de tegenstander. Een doelpunt vanuit één van de hoeken telt voor 2 punten.

Extra spelregels: Na een onderschepping moet de balbezittende partij recht van aanval halen door de bal in één van de hoeken te spelen. Na een doelpunt krijgt de niet-scorende partij de bal en begint in één van de driehoeken.

Aanpak: De docent laat op één veldje het voorbeeld zien en praat tijdens het plaatje. De docent is tijdens de wedstrijden spelleider, scheidsrechter en supporter. Laat eventueel leerlingen (met strakke afspraken) fluiten.

IIb Scoren en oefenvormen

Eerst naar de hoofdbedoelingen van korfbal.

Wat is korfbal?

Korfbal is **scoren**. De techniek die kinderen in eerste instantie aangeleerd krijgen is 'het schot uit stand'. Voor korfbal op de scholen is dat voldoende.

Korfbal is **samenspelen**. Er zijn 2 spelregels die het samenspelen bevorderen. Een speler mag niet lopen met de bal in de handen en mag niet schieten als hij 'verdedigd' staat.

Korfbal is **voorkomen van scoren** en **verstoren van het samenspel**. Maar ook het **veroveren van de bal**, want dan kun je samenspelen en gaan scoren.

Als het spel voor de leerlingen duidelijk is wat betreft de bedoelingen, dan doemen er altijd 'problemen' op met betrekking tot de uitvoering. Voor een paar problemen is er ondersteunende oefenstof, te weten scoren en samenspelen.

Welk materiaal is nodig voor de lessen?

1. Ideaal zou zijn als er per 2 kinderen een bal zou zijn.
2. In de gymzaal zijn meestal 2 korfbalpalen en manden aanwezig. Daarnaast kunnen de baskets gebruikt worden, waarbij dan opgemerkt moet worden dat de kinderen proberen niet via het bord te scoren, maar rechtstreeks. De hoogte van de korven en baskets worden aangepast aan het niveau (leeftijd) van de kinderen. De hoogte is niet belangrijk, wel de succesbeleving van SCOREN.

Scoren middels het schot uit stand

Beginsituatie:

Er zijn zoveel mogelijk doelsituaties gecreëerd. Ook baskets kunnen gebruikt worden, waarbij het de bedoeling is de bal door de ring te schieten, zonder het bord te raken. Schieten vanaf de zijkant geniet daarbij de voorkeur.

De goede techniek

Beginhouding:

- de handenstand: duimen naar elkaar toewijzen, duimen achter/onder de bal, afstand tussen de duimen is vrij klein, wijsvingers schuin omhoog, dus je maakt een driehoek van duimen en wijsvingers, de andere vingers over de bal spreiden;
- bal voor je neus, je kijkt over de bal naar de korf;
- voeten in parallelstand, iets uit elkaar.

Bewegingsverloop:

- de schutter zakt iets door de knieën, daarna strekking van het hele lichaam, indien nodig opspringen;
- de bal vanuit de neus omhoog brengen, de armen strekken, loslaten op het hoogste punt, wijs de bal na.

Eindhouding:

- de voeten hebben geen contact met de grond;
- het lichaam is gestrekt;
- de gestrekte armen en gespreide vingers wijzen de bal na.

Fouten:

- vingers wijzen naar elkaar en/of de duimen staan te ver uit elkaar, waardoor de ellebogen ver buiten het lichaam komen;
- er is geen symmetrie in de beweging;
- benen worden niet gebruikt, alle kracht komt uit de armen.

Korfbal in het bewegingsonderwijs

Aandachtspunten:

- makkelijk staan;
- begin op een lage korf;
- pas de afstand en de korfhoogte aan als het niveau verbetert.

Oefenvormen behorende bij het schot uit stand.

1. Per tweetal één bal. Nr. 1 schiet 2 of 3 keer, dan de ander. Er kunnen meerdere tweetallen per korf (basket) werken. Ze kunnen van verschillende kanten van de korf schieten.

2. Snel schieten.

Nr.1 speelt de bal naar nr. 2, die snel probeert te schieten. Zorg dat de handen 'klaar staan' om te vangen en te schieten in één vloeiende beweging. Vertel erbij dat het 'handig' is om snel te kunnen schieten omdat, als je veel tijd nodig hebt met schieten, er een verdediger voor staat. Dus de relatie leggen met de wedstrijd. Geef aan dat het dus ook belangrijk is dat de aangever goed in de handen gooit, want dan kun je snel schieten.

3. Streepjesdoelen.

Met schieten dichtbij beginnen, scoren is een stap verder van korf; mis is schieten van dezelfde afstand. Een alternatief is dat als ze 'op de mand' schieten, ze ook een stap verder mogen.

Aandachtspunt: bij grotere afstand niet naar voren springen, maar omhoog springen. Staat er namelijk een verdediger voor je (die 'te ver' staat) en je springt naar voren, dan schiet je tegen de handen. Daarom omhoog springen!

Een vervolg hierop kan zijn dat je kinderen laat proberen om het schot af te vangen zonder dat het op de grond komt. Het gaat dan om het beoordelen van de bal. Daar hoeft je alleen de organisatie van uit te leggen.

4. Een oefenvorm is om er telspelletjes van te maken. Wie maakt er het eerste X-goals. Een variant kan zijn dat als de bal op de grond valt er een punt van de score af gaat. Het voordeel hiervan is dat je ze 'stiekem' laat werken aan het vangen. Zijn er veel tweetallen bij een korf dan is het verstandig het 'ineens vangen' weg te laten.

Een andere variant is: welk 2-tal heeft het eerst X-maal raak geschoten, maar na een score moet je op een andere korf gaan schieten. Van de ene korf naar de andere moet dan wel door samen te spelen.

5. Pilonnen rond een korf of in een halve cirkel. Tweetallen, met één bal. Elk tweetal begint bij een eigen pilon. Scoort één van het tweetal dan mag je een pilon verder. Zo alle pilonnen afwerken tot je weer bij je eigen pilon bent.

6. 'Blind' schieten.

De bal is in de handen van de schutter. De schutter kijkt eerst goed naar de korf en sluit vervolgens de ogen. Daarna wordt geschoten. Bij de uitleg vertellen dat de voeten naast elkaar staan en dat je de armen volledig strekt na het schot. Doel van de oefening is om kinderen de techniek te laten 'voelen'.

7. Schieten en tikspel in combinatie.

A. 1/3 of 1/4 van de groep gaat schieten. Elke speler krijgt een 'eigen' bal en gaat schieten. Als een kind scoort steekt het de hand omhoog naar de 'meester' zodat die weet dat er gescoord is. Een score is belangrijk. Daarna weer doorgaan.

B. De andere kinderen lopen in een beperkte ruimte (maak de ruimte niet te groot, het is goed als er 'makkelijk' getikt kan worden). Er is één tikker. De tikker probeert zo snel en zo veel mogelijk kinderen te tikken. Is een kind getikt dan komt deze naast de leerkracht te staan.

Nu de verbinding tussen de onderdelen A en B.

Een kind mag weer meedoen met het tikspel als één van de 'schutters' gescoord heeft.

Anders gezegd: de tikker probeert het vak met kinderen 'leeg' te krijgen, de schutters zorgen er voor dat het niet lukt. Het is dus belangrijk om snel en veel te scoren. Het is dus als het ware een wedstrijd tussen de schutters en de tikker.

Na niet al te lange tijd alles stop zetten. De schutters worden vervangen door een volgende groep, er komt een andere tikker.

Korfbal in het bewegingsonderwijs

8. Tienen

Er worden 3- of 4-tallen (of meer) gemaakt. Elke groep heeft één bal en staat bij een korf. Er wordt om de beurt geschoten. Welke groep heeft het eerst samen 10 goals gescoord (of een ander aantal). Een variatie is door meer rondes te spelen. De winnaar van ronde 1 moet weer 10 goals maken, de andere groepen hoeven er nu maar 9 te scoren. En zo verder.

Er kan ook gevarieerd worden door de korf wat hoger te zetten voor de winnaar van een ronde!

9. Lintjesroof - blokkenroof

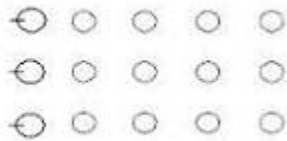
Er worden 3- of 4-tallen (of meer) gemaakt. Elke groep heeft één bal en staat bij een korf. Er wordt om de beurt geschoten. In het midden van de zaal ligt een X-aantal linten of ander materiaal (blokken). Wordt er gescoord door een groep dan mogen zij een lintje uit het midden halen. Zijn de lintjes in het midden op, dan mogen zij die halen bij een andere groep. Wie heeft het eerst een X-aantal lintjes veroverd!

10. Met groep 3 en 4 van de basisschool kan het volgende gedaan worden: de kinderen zitten in 2-tallen verspreid door de zaal. Nr. 1 van het tweetal gaat, met de hand aan de bal rollend naar een korf en schiet, rollend naar een volgende korf en schiet. Dan terug naar nr. 2, die begint. Dit kan ook door met de bal te stuiten. Vervolgens een combinatie van die twee. Vertel er wel bij dat 'rollen of stuiten met de bal' bij korfbal eigenlijk niet mag!

11. Estafette.

Maak bijv. vier groepen. De kinderen van een groep zitten achter elkaar. Nr. 1 heeft de bal en gaat (variatie naar eigen inzicht) met de bal stuiten of rollen, langs en om pilonnen naar korf. Na 3x schieten of direct bij een doelpunt, terug naar de groep en de volgende gaat. Wie is het eerste klaar? Hiermee vallen talloze andere variaties te bedenken.

12. Estafette.



Eén korf met daarvoor (in lijn) zoveel hoepels als er kinderen in een groep zitten. In elke hoepel staat een kind. De bal is bij het achterste kind. Op signaal wordt de bal van kind naar kind doorgespeeld naar de voorste, die schiet en vangt zelf de bal. Het kind rent naar de achterste hoepel, intussen zijn alle kinderen een hoepel opgeschoven naar voren. De reeks begint opnieuw. Als alle kinderen zijn geweest tellen wie het meest gescoord heeft.

13. Er staan een aantal korven (baskets) in de gymzaal. Tweetallen bij een korf. Ze starten op de eigen korf. Bij elke korf moet één doelpunt gemaakt worden. Het tweetal moet één rondje langs de korven gaan tot ze weer terug zijn bij de eigen korf.

Voorwaarde: bij elke korf moet er éénmaal gescoord worden om verder te mogen. Eén bal op de grond na een schot betekent één korf terug. Het laatste doelpunt maak je dus bij je eigen korf. Wie is het eerste klaar.

Korfbal in het bewegingsonderwijs



Sneller leren schieten

Een uitbreiding van het schot uit stand en gecombineerd met samenspel is een schot uit beweging. Naarmate de tegenstander beter in staat is om de aanvaller te verdedigen, zal het belangrijker worden dat de aanvaller sneller gaat schieten. De passing naar de schutter is daarbij belangrijk. Gooi de schutter de bal goed in de handen. De handen houdt de schutter voor zijn neus klaar om de bal te vangen. Daardoor kan hij ook snel schieten. De aanvaller kan meer vrije ruimte krijgen door schijnbewegingen te maken. Hieronder beschrijven we een enkele oefenvorm.

14. Schieten uit beweging.

Bij elke paal staan 4 leerlingen, van wie één onder de korf met de bal. De anderen staan vóór de korf.

Bedoeling: Uit beweging 'vloeiend' tot een bovenhands schot komen.

Uitvoering: Er is een vaste aangever. Bij de eerste oefening lopen de leerlingen om beurten van links naar rechts voor de korf, krijgen de bal en schieten. Bij de tweede oefening lopen de leerlingen schuin van de korf weg, krijgen de bal, stoppen en schieten.

Aanpak: De oefening wordt eerst een keer voorgedaan. Na even oefenen stopt de docent de oefening.

Hij stimuleert vervolgens de leerlingen de beweging steeds sneller en soepeler te laten verlopen. Daarbij legt hij uit, dat behalve door naar de korf te lopen, je ook vrij kunt komen door schijnbewegingen te maken. Dat doet hij voor en laat hij oefenen. Als het nodig is stopt de docent de oefening en demonstreert dat het belangrijk is op het moment van schieten goed naar de korf ingedraaid te staan.

IIc Samenspel

Na het schieten is samenspelen bij het korfbal belangrijk. Door twee spelregels: 'je mag niet lopen met de bal' en 'het is verboden te doelen als je verdedigd staat' wordt de aanval gedwongen samen te spelen.

Samenspelen - Hier gaat het vooral om vrijlopen en herkennen van vrijlopen. Door vrij te lopen kunnen spelers de bal krijgen. Door vrij te lopen kunnen ze ook schieten als ze de bal krijgen. Om vrij te lopen kunnen spelers schijnbewegingen maken. De balbezitter moet zien dat iemand vrijloopt. Bij samenspelen is 'snel' spelen een belangrijk aandachtspunt.

Oefenstof behorende bij het samenspel

⇒ Samenspel zonder korven

1. In een gymzaal kunnen 3 veldjes gemaakt worden. Maak 6 partijen. In 1/3 van de zaal spelen ze 4-4 (bij 5-5 kan er 1 speler rouleren). Het gaat om samenspelen zonder korf! Bij onderscheppen van de bal wisselen van functie. Het is een vorm van 'lummelen'. Aandachtspunten zijn dat kinderen *snel spelen en vrijlopen!*

2. Lummelen, maar er zitten veel kinderen in een groep, of bijv. groep 8 die meer ruimte om te spelen nodig heeft. Per 1/3 zaal niet 2, maar 3 teams. Eén partij zit op de bank. Wordt de bal onderschept, dan gaat de 'balverliezende' partij zitten, de bankzitters gaan onderscheppen.

3. Twee partijen op 1/3 deel van de zaal. Eén viertal gaat overspelen, ze beginnen zonder tegenstanders. Een ander viertal (de tegenstander) zit op de bank. Nr. 1 van de 'bankzitters' gaat (na niet te lange tijd) proberen de bal te onderscheppen. Na een zekere tijd (ook niet te lang) komt er een tweede onderschepper bij, uiteindelijk tot er 4-4 gespeeld wordt.

4. Een leuke variant waarmee samenspelen geoefend kan worden, is werken met een overtal-situatie. Dat kan bij alle soorten van 'partijtjes'. Er zijn twee partijen van bijv. 3 spelers. Er is één speler die altijd meedoet bij de aanvallende partij en dus zorgt voor het 'overtal'. Geef deze speler bijv. een pet op of doe hem/haar een hesje aan, zodat hij/zij herkenbaar is (de kameleon).

5. Een uitbreiding van 4 is, dat de verdedigers ook de balbezitter mogen 'tikken'. Is de balbezitter 'getikt' of is de bal onderschept, dan wisselen de functies. De maatregel 'tikken' bevordert het sneller overspelen, maar let op het 'duwen' van kinderen bij het tikken en het zomaar weggooien van de bal als een kind getikt dreigt te worden.

6. Hoe veel keer kan een groep overspelen zonder dat de bal onderschept wordt? Dat kan in een 4-4 situatie, maar ook in een overtal-situatie, bv. 4 aanvallers tegen 3 verdedigers. Een kleine variatie hierop is om te tellen hoe vaak je kunt onderscheppen in een bepaalde tijd. Het leukste is de combinatie met beide voorgaande vormen (4 en 5), want dan wordt er snel overgespeeld en wordt de bal snel teruggegeven bij onderscheppen.

7. Een combinatie van oefening 6 met scoren is mogelijk. In bijv. 1 minuut tijd wordt geteld hoe vaak een team kan overspelen. Het aantal maal overspelen is tevens het aantal doelpogingen dat het team mag doen. Welke ploeg haalt de hoogste score? Variaties daarop: aftrek als bal onderschept wordt, aftrek als bal op de grond komt.

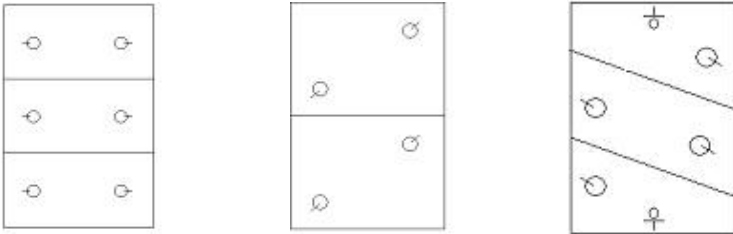
Noot: bij alle vormen kunnen scores in het samenspel gebruikt worden om in te zetten bij scoren op een korf.

Korfbal in het bewegingsonderwijs

Samenspel met korven

De spelregels zoals eerder genoemd worden toegepast. Echter: *bij groep 3 en 4 de regel van verdedigen nog niet uitleggen en toepassen. Voor deze groepen is het al moeilijk genoeg om partijtjes te spelen, goed vrij te lopen, aan schieten toe te komen.*

We geven hier 3 voorbeelden hoe de gymzaal kan worden ingedeeld. We gebruiken zoveel mogelijk velden om zo veel mogelijk kinderen tegelijk te laten werken.



De 3 spelvormen zoals die zijn beschreven (monokorfbal, éénavakskorfbal en quattrobol - blz. 6 en 7) kunnen toegepast worden.

Andere spel/oefenvormen:

1. Ruimtegebruik bij overtalsituaties.

Beginsituatie: Korven staan op 2 meter van de achterlijn. Onder elke korf staan 2 verdedigers met een lintje, aan de overkant 3 aanvallers.

Spelbedoeling: Op een startsignaal gaan de aanvallers samenspelend naar de korf om te scoren. De verdedigers proberen de bal te onderscheppen. Als de aanvallers scoren gaan ze terug naar het startpunt en beginnen opnieuw. Na een onderschepping door de verdedigers wordt de bal op de grond gelegd, aanvallers pakken de bal en halen het recht van aanval door naar het startpunt te gaan met de bal. De verdedigers gaan ook terug naar de beginsituatie. Welk aanvalstrio scoort het meest in 1 minuut?

Aanpak: Een groepje voor laten doen. De docent doet het voor en geeft tegelijkertijd uitleg. Laat na een wisselmoment het vrijlopen zien. "Loop naar een plek waar niemand anders staat en waar je een doelpunt kan maken".

2. Schieten + samenspel.

Beginsituatie, spelbedoeling en aanpak zie 1, echter nu met tweetallen samenspelen van korf naar korf. Bij elke korf staat één verdediger die probeert om één doelpoging te verhinderen. Als verdediger de bal onderschept legt hij deze op de grond, zodat de aanvallers het op een volgende korf opnieuw kunnen proberen.

3. Spelen tussen twee korven (en/of baskets) door 2 partijen. Eerst zonder de spelregel van 'verdedigd schieten'. Daarna de spelregel invoeren. Met de spelregel van verdedigd doelen, kan het nut aangegeven worden van goed vrijlopen, snel overspelen en 'snel' schieten. Het is belangrijk om je handen klaar te houden om de bal te vangen, de bal goed in de handen te gooien en dus snel te kunnen schieten (monokorfbal).

4. Aanvallen door een 4-tal op een korf. Er zijn slechts 3 verdedigers (1 kind zit op de bank)

Bij onderscheppen wordt er gewisseld van aanval en verdedigen. (Ook dan 4 tegen 3 spelen). Na een doelpoging mag niet onderschept worden! Deze vorm bevordert het samenspelen, vrijlopen, snel schieten en ver gooien.

5. Spelen met 2 korven in een veld. De aanvallende partij mag op allebei de korven schieten. Onderscheppen is wisselen van aanval en verdediging.

6. De spelvormen kunnen ook gespeeld worden met 3 partijen op één veld. Partij A en B spelen, A is aanval, B is verdediging, C zit op de bank. Verliest A de bal, dan wordt B aanval, C gaat verdedigen en A komt op de bank, en zo verder.

Een toegevoegde variant van bovenstaande is: scoort de aanval, dan gaat de verdediging er uit. Met name de laatste vorm kan bij groep 7 en 8 gebruikt worden.

Korfbal in het bewegingsonderwijs

Variaties waarbij gespeeld wordt met een overtal-situatie (zoals bij 4) kan bij alle soorten van 'partijtjes'. Er zijn twee partijen van bijv. 3 spelers. Er is één speler die altijd meedoet bij de aanvallende partij en dus zorgt voor het 'overtal'. Geef deze speler bijv. een pet op of doe hem/haar een hesje aan, zodat hij/zij herkenbaar is.

7. Junior Fun korfbal.

Beginsituatie: Zoveel mogelijk veldjes met 2 palen. Er wordt 3 tegen 3 of 4 tegen 4 gespeeld. Er wordt regelmatig doorgewisseld als er veel partijen zijn.

Doelpunten gescoord van achter de korf tellen dubbel.

Het gaat vooral om het 'voorkomen van / verdedigen / veroveren van de bal'. Ten eerste is het belangrijk dat kinderen leren om de bal te zien en te onderscheppen. Ten tweede dat zij een balbezitter verdedigen. Let er op dat de verdediger vrij dicht bij de aanvaller moet staan. Het is dus niet snel verdedigd!!



Ild Extra oefenstof

Voor de basisschool

Hoewel het vooral gaat om kinderen te laten spelen, kan het nuttig zijn kinderen te ondersteunen door oefenstof aan te bieden die te maken heeft met gooien en vangen. We geven een klein aantal mogelijkheden aan. De oefenstof moet ons inziens telkens slechts kort aan bod komen. Want gooien - vangen is saai en niet uitdagend!

- Samenspelen is belangrijk, goed gooien en vangen ook. Daarom met een 2-tal tegenover elkaar staan en overspelen. Met twee handen gooien, met één hand gooien, met twee handen of met één hand vangen. Aanwijzingen: na het gooien de handen gelijk klaar houden om te vangen. Bij 1-handig gooien bal op de hand achter het oor, de hand langs het oor bewegen, nawijzen naar het kind waarnaar je gegooid hebt. De afstand vergroten tussen de kinderen.

Bij de oefening kan elk kind op eigen niveau werken. De leerkracht kan de leerlingen uitdagen steeds meer te proberen.

- Met een tweetal een bal. De twee staan achter elkaar bij een muur. Nr. 1 gooit bal tegen muur, stapt snel weg, nr. 2 probeert de bal te vangen. Nr. 1 gaat achter 2 staan.

- Tweetalen staan op enige afstand van elkaar, een pilon staat in het midden (bij elk tweetal een pilon). Probeer de pilon om te gooien, met een 2-handige worp, een 1-handige worp. Bij het gooien van de bal met 1 hand: bal op hand achter oor, langs oor bewegen, nawijzen naar de pilon. Als er pilonnen zijn van verschillende grootte, dan kunnen die naast elkaar gebruikt worden.

Voor het voortgezet onderwijs

Het 1 tegen 1 duel.

Beginsituatie: viertallen bij een korf met 1 bal. Twee aangevers, één aanvaller en één verdediger.

Spelbedoeling: De aanvaller krijgt 4 balcontacten. Hij probeert één of meer keer te scoren. De verdediger dient dit te voorkomen door de bal te onderscheppen of voor de aanvaller te blijven lopen met de handen omhoog en zo het schieten onmogelijk te maken. Na 4 balcontacten wisselen van functie.

Aanpak: De docent speelt in het voorbeeld de rol van de aangever. Hij laat na een aantal ronden te hebben geoefend zien dat er een spanning is tussen aangever en aanvaller. "Gooi de bal naar de aanvaller als hij vrij staat om een doelpunt te maken".

Overtal-vormen:

Aangezien aanvallen voor verdedigen gaat kun je er ook voor kiezen om in het 1-1 duel de aanvaller te bevoordelen. Er zijn meerdere korven waarop een aanvaller mag proberen te scoren. Bij elke korf staat een aangever met een bal. Variaties zijn hierop maar één bal te gebruiken of om nog een verdediger bij de aanvaller te zetten (voorwaarde is wel dat er dan meer korven zijn dan verdedigers)

2-2 Aanvallen

Beginsituatie: zestallen bij een korf met 1 bal. Twee aangevers, twee aanvallers en twee verdedigers.

Spelbedoeling: De aanvallers krijgen 6 balcontacten. Zij proberen samen 1 of meer keer te scoren. De verdedigers dienen dit te voorkomen door de bal te onderscheppen of door voor de aanvallers te blijven lopen met de handen omhoog en zo het schieten onmogelijk te maken. Na 6 balcontacten wisselen van functie.

Aanpak: zie het 1-1 duel.

Tot op heden is nog niets gezegd over het derde element in de analyse van korfbal, te weten het *voorkomen van scoren en het verstoren van de opbouw, het veroveren van de bal*. Uiteraard is dit in het spel een belangrijk element, maar het moet pas gestimuleerd worden als de leerlingen het scoren en samenspelen enigszins onder de knie hebben. Het te vroeg introduceren of te veel nadruk leggen op het verdedigen betekent dat de leerlingen nog maar slecht aan doelpogingen toekomen. Dat haalt de motivatie omlaag. In het kader van schoolkorfbal geven wij dan ook geen oefenstof die te maken heeft met verdedigen.

Wij hopen dat de reader kan bijdragen tot succesvolle lessen korfbal op de scholen.

III - Literatuur en adressen

Mocht u zich verder willen verdiepen in korfbal in het algemeen en oefenstof in het bijzonder dan is de volgende literatuur aanbevolen:

1. Korfbal in Zicht: de nieuwste opvattingen over coaching en training. Ruud Emmerik, Freek Keizer, e.a. 2^e druk. ISBN 90-72323-04-1
2. Eenvoudige korfbalvormen - Ben Crum. ISBN 90-72323-07-6
3. Spelenderwijs op verkenning, korfbalmodule groep 3/4 - Warner Schols. ISBN 90-72323-08-4
4. Spelenderwijs op verkenning, korfbalmodule groep 5/6 - Joyce van Haren. ISBN 90-72323-05-X
5. Spelenderwijs op verkenning, korfbalmodule groep 7/8 - Ben Crum. ISBN 90-72323-06-8
6. Basisboek korfbaltraining: met 1001 korfbaloefeningen - Harke van de Wall. ISBN 90-801628-1-7

Foto's gemaakt door Wim de Bruijne Webmaster KNKV - district Oost.

Wilt u meer informatie over schoolkorfbal en/of ondersteuning door het KNKV dan kunt u zich richten tot de sportconsulenten van het Koninklijk Nederlands Korfbal Verbond.
Het KNKV is onderverdeeld in 5 districten.

District Noord:
Postbus 41
9411 SB Beilen
0593-523871
E-mail: district.noord@knkv.nl

District Oost
Postbus 847
7400 AW Deventer
0570-641923
E-mail: district.oost@knkv.nl

District Noord-West
Postbus 75246
1070 AE Amsterdam
020-4713236
E-mail: district.noordwest@knkv.nl

District Zuid-West
Postbus 163
4760 AD Zevenbergen
0168-337665/0168-337612
E-mail: district.zuidwest@knkv.nl

District Zuid
Postbus 415
5500 AK Veldhoven
040-2836938
E-mail: district.zuid@knkv.nl