



Coach-bijdehandje KHCLeuven

Coaching - en scheidsrechterregels for dummies

Sept 2016

Sportief comité van KHCLeuven

Versie : V1 16/09/2016

Verantwoordelijke : Thierry Renaer

Update: 16/09/2016



INLEIDING

6 vuistregels voor effectief coachen bij U7-U12:

1. Bespreek per wedstrijd **maximaal 2 onderwerpen**, herhaal deze in de rust.
2. Geef individuele aanwijzingen - **hou het kort en eenvoudig** (KISS - Keep it Short & Simple)
3. Communiceer met de trainer: wat er in de week wordt getraind, trachten we in de wedstrijd toe te passen.
4. **Wissel** de spelers regelmatig **van positie**, zodat ze complete spelers worden. Dit tot bij de U12.
5. Laat **iederéén** aan bod komen.
6. **Eindig altijd positief**, leg nadruk op de goede momenten



U7 (4-tallen)



U7 spelen op een 1/8 veld, met 4 tegen 4 zonder keeper.

De wedstrijdduur 2 x 20 minuten.

Voor de wedstrijd: korte duidelijke bespreking en indien mogelijk opwarming. Na de wedstrijd een positieve nabespreking (aanbevolen).

Het speelveld

1/8 deel van een normaal hockeyveld. Er wordt gespeeld in de breedte van het veld.

cirkels komen niet voor, daarvoor in de plaats wordt een zgn. 8 meter lijn gebruikt.

Voor de duidelijkheid is het handig om deze met twee kegels aan te geven.

Doelen.



Als doel is het meest ideaal de echte goal, of eventueel een achterplank met zijschotten van 3m. tot 3,66m. breed en 45 cm. hoog.

Het spelen van de bal

Alleen met de platte kant van de stick. De spelregels moeten zorgen voor veiligheid en plezier.

Niet alles fluiten, hoe meer spelen hoe beter!

Gevaarlijk spel

ALTIJD verboden. Gevaarlijk zwaaien met de stick, hoge bal, snijden, hakken op de stick, duwen, vasthouden. Van zodra iemand op de grond ligt dient men het spel te stoppen.

Kick.

Deze dient niet gefloten te worden, behalve bij een vrijwillige overtreding of wanneer de bal met de voet het doel wordt ingespeeld. Laat dus zoveel mogelijk spelen.

Vrije slag.

De bal moet stilliggen en niet omhoog worden gespeeld. De tegenstander moet op 5 meter afstand staan.

Een doelpunt

Is gemaakt als de bal tussen de doelpalen passeert en door een speler van de aanvallende partij binnen het 8 metergebied is aangeraakt. Er is geen doelpunt indien de bal met de voet of met de bolle kant in de goal wordt gespeeld.

Bal over de achterlijn.

Als de bal over de achterlijn uitgaat wordt hij uitgeslagen vanaf de 8 meter lijn.

Bal over de zijlijn.

Op dezelfde plaats (waar de bal uit ging) een inslag door de partij, die de bal niet als laatste heeft aangeraakt.



Self pass

Self pass is bij U7 toegelaten, spel mag hervat worden door zelf de bal te spelen (mag een pass zijn, hoeft niet). Totdat de bal “drie” meter is voortbewogen mogen de tegenstrevers, die binnen de “3” meter afstand van de bal zijn, de bal niet proberen afpakken of in de weg lopen.

Sancties.

Bij een overtreding buiten het 8 metergebied volgt een vrije slag op de plaats van de overtreding.

Bij een overtreding binnen het 8 metergebied volgt een vrije slag op de 8 m lijn.

Begeleiders.

Per ploeg mag er 1 begeleider in het veld staan en 1 scheidsrechter. De ouders staan buiten het veld.

Tip: Leer de kinderen achteruit te passen om zo het spel te verleggen.

Hockey is een veilige sport!

Om te voorkomen dat een stick als “slagwapen” wordt gebruikt, is hockey gebonden aan strenge regels. Al snel leer je wat de spelregels zijn en hoe je veilig kan hockeyen. Zo leer je ook wat “Fair-Play” is. Naast regels om voor je veiligheid te zorgen bestaan er ook beschermende materialen, zoals de verplichte gebitsbeschermers/ scheenbeschermers.



U8 (4-tallen)



U8 spelen op een 1/8 veld, met 4 tegen 4 zonder keeper.

De wedstrijdduur 2 x 20 minuten.

Voor de wedstrijd: korte duidelijke bespreking en indien mogelijk opwarming.

Na de wedstrijd een positieve nabespreking (aanbevolen).

Het speelveld

1/8 deel van een normaal hockeyveld. Er wordt gespeeld in de breedte van het veld.

cirkels komen niet voor, daarvoor in de plaats wordt een zgn. 8 meter lijn gebruikt.

Voor de duidelijkheid is het handig om deze met twee kegels aan te geven.

Doelen.



Als doel is het meest ideaal de echte goal, of eventueel een achterplank met zijschotten van 3m. tot 3,66m. breed en 45 cm. hoog.

Het spelen van de bal

Alleen met de platte kant van de stick. De spelregels moeten zorgen voor veiligheid en plezier.

Niet alles fluiten, hoe meer spelen hoe beter!

Gevaarlijk spel

ALTIJD verboden. Gevaarlijk zwaaien met de stick, hoge bal, snijden, hakken op de stick, duwen, vasthouden,...

Van zodra iemand op de grond ligt dient men het spel te stoppen.

Kick.

Deze dient niet gefloten te worden, behalve bij een vrijwillige overtreding of wanneer de bal met de voet het doel wordt ingespeeld. Laat dus zoveel mogelijk spelen.

Vrije slag.

De bal moet stilliggen en niet omhoog worden gespeeld. De tegenstander moet op 5 meter afstand staan.

Een doelpunt

Is gemaakt als de bal tussen de doelpalen passeert en door een speler van de aanvallende partij binnen het 8 metergebied is aangeraakt. Er is geen doelpunt indien de bal met de voet of met de bolle kant in de goal wordt gespeeld.

Bal over de achterlijn.

Als de bal over de achterlijn uitgaat wordt hij uitgeslagen vanaf de 8 meter lijn.



Bal over de zijlijn.

Op dezelfde plaats (waar de bal uit ging) een inslag door de partij, die de bal niet als laatste heeft aangeraakt.

Self pass

Self pass is bij U8 toegelaten, spel mag hervat worden door zelf de bal te spelen (mag een pass zijn, hoeft niet). Totdat de bal drie meter is voortbewogen mogen de tegenstrevers, die binnen de 3 meter afstand van de bal zijn, de bal niet proberen afpakken of in de weg lopen.

Sancties.

Bij een overtreding buiten het 8 metergebied volgt een vrije slag op de plaats van de overtreding.

Binnen een overtreding binnen het 8 metergebied volgt een vrije slag op de 8 m lijn.

Begeleiders.

Per ploeg mag er 1 begeleider in het veld staan en 1 scheidsrechter. De ouders staan buiten het veld.

Tip: Leer de kinderen achteruit te passen om zo het spel te verleggen.

Hockey is een veilige sport!

Om te voorkomen dat een stick als “slagwapen” wordt gebruikt, is hockey gebonden aan strenge regels. Al snel leer je wat de spelregels zijn en hoe je veilig kan hockeyen. Zo leer je ook wat “Fair-Play” is. Naast regels om voor je veiligheid te zorgen bestaan er ook beschermende materialen, zoals de verplichte gebitsbeschermers/ scheenbeschermers.



U9 (6-tallen)



U9 spelen op een 1/4 veld, met 6 tegen 6 waarvan een keeper.

De wedstrijd 2 x 25 minuten.

Voor de wedstrijd: korte duidelijke bespreking en indien mogelijk opwarming.

Na de wedstrijd een positieve nabespreking (aanbevolen).

Het speelveld

1/4 deel van een normaal hockeyveld, met zijlijnen als doellijnen.

Cirkels komen niet voor, daarvoor in de plaats wordt een zgn. 10 m. lijn gebruikt.

Indien niet op het veld aangegeven wordt deze gemarkeerd door aan weerszijden van het speelveld kegels te plaatsen op 10 m. vanaf de doellijn. Voor de duidelijkheid is het ook handig om met 2 kegels een middenlijn aan te geven.



Doelen.

Als doel is het meest ideaal de echte goal, of eventueel een achterplank met zijschotten van 3m. tot 3,66m. breed en 45 cm. hoog.

Het spelen van de bal

Alleen met de platte kant van de stick. De spelregels moeten zorgen voor veiligheid en plezier.

Niet alles fluiten, hoe meer spelen hoe beter!

Gevaarlijk spel

ALTIJD verboden. Gevaarlijk zwaaien met de stick, hoge bal, snijden, hakken op de stick, duwen, vasthouden,...

Kick.

Deze dient niet gefloten te worden, behalve bij een vrijwillige overtreding.

Vrije slag.

De bal moet stilliggen en niet omhoog worden gespeeld. De tegenstander moet op 3 meter afstand staan.

VRIJE SLAG - De bal moet stilliggen. De self-pass is van toepassing. De tegenstander bevindt zich altijd op 3m.

Overtreding	Voor de verdedigende ploeg	Voor de aanvallende ploeg
Binnen de 10m zone	<i>Uitslaan in de 10m zone</i>	<i>Op 3m van de 10m lijn = "Free Hit Line". Opmerking: ook de medespelers bevinden zich op 3m van de bal</i>
Tussen de 10m en 13m zone	<i>Op de plaats van de overtreding</i>	<i>Op 3m van de 10m lijn : "Free Hit Line" Opmerking: ook de medespelers bevinden zich op 3m van de bal</i>
Buiten de 13m zone		<i>Op de plaats van de overtreding</i>

Een doelpunt

Is gemaakt als de bal tussen de doelpalen passeert en door een speler van de aanvallende partij binnen het 10 metergebied is aangeraakt.

Bal over de achterlijn.

Als de bal over de achterlijn uitgaat wordt hij uitgeslagen, of self pass, vanaf de 10 meter lijn.



Bal over de zijlijn.

Op dezelfde plaats (waar de bal uit ging) een inslag, of self pass, door de partij, die de bal niet als laatste heeft aangeraakt.

Self pass

Self pass is bij U9 toegelaten, spel mag hervat worden door zelf de bal te spelen (mag een pass zijn, hoeft niet). Totdat de bal vijf meter is voortbewogen mogen de tegenstrevers, die binnen de 5 meter afstand van de bal zijn, de bal niet proberen afpakken of in de weg lopen.

Sancties.

Bij een overtreding :

VRIJE SLAG - De bal moet stilliggen. De self-pass is van toepassing. De tegenstander bevindt zich altijd op 3m.

Overtreding	Voor de verdedigende ploeg	Voor de aanvallende ploeg
Binnen de 10m zone	<i>Uitslaan in de 10m zone</i>	<i>Op 3m van de 10m lijn = "Free Hit Line". Opmerking: ook de medespelers bevinden zich op 3m van de bal</i>
Tussen de 10m en 13m zone	<i>Op de plaats van de overtreding</i>	<i>Op 3m van de 10m lijn : "Free Hit Line" Opmerking: ook de medespelers bevinden zich op 3m van de bal</i>
Buiten de 13m zone		<i>Op de plaats van de overtreding</i>

Begeleiders.

Per ploeg mag er 1 begeleider in het veld staan en 1 scheidsrechter. De ouders staan buiten het veld.

Hockey is een veilige sport!

Om te voorkomen dat een stick als "slagwapen" wordt gebruikt, is hockey gebonden aan strenge regels. Al snel leer je wat de spelregels zijn en hoe je veilig kan hockeyen. Zo leer je ook wat "Fair-Play" is. Naast regels om voor je veiligheid te zorgen bestaan er ook beschermende materialen, zoals de verplichte gebitsbeschermers/ scheenbeschermers.

Tips:

1. Tracht hen reeds op regelmatige ogenblikken met 3 spelers achteraan te laten uitverdedigen en zo de bal in de kom (= de banaan) te laten rondspelen.



2. Bij het aannemen van de bal met de rug naar het doel van de tegenstander kan je best naar links draaien (= sterk draaien) om zo je bal beter te kunnen beschermen tegenover een tegenstander.



U10 (8-tallen)



U10 spelen op een 1/2 veld, met 8 tegen 8 waarvan een keeper.

De wedstrijdduur 2 x 25 minuten.

Voor de wedstrijd: korte duidelijke bespreking en opwarming.
Na de wedstrijd een positieve nabespreking (aanbevolen).

Het speelveld

Is 1/2 deel van een normaal hockeyveld, met de zijlijnen als doellijnen. De cirkels zijn bijna even groot als op een groot veld en dienen aangegeven te zijn.

Doelen.

Zijn echte doelen (3,00m. tot 3,66m. breed).



Het spelen van de bal

Alleen met de platte kant van de stick. De spelregels moeten zorgen voor veiligheid en plezier. Niet alles fluiten, hoe meer spelen hoe beter!

Gevaarlijk spel

ALTIJD verboden. Gevaarlijk zwaaien met de stick, hoge bal, snijden, hakken op de stick, duwen, vasthouden,...

Afhouden.

Het is verboden tussen de bal en tegenstander te staan of er tussendoor te lopen.

Kick.

De bal mag niet opzettelijk met de voet gespeeld worden. Gebeurt dit onopzettelijk, dan wordt alleen gefloten als het gevaar of voordeel oplevert.

Self pass

Self pass is bij U10 toegelaten, spel mag hervat worden door zelf de bal te spelen (mag een pass zijn, hoeft niet). Totdat de bal vijf meter is voortbewogen mogen de tegenstrevers, die binnen de 5 meter afstand van de bal zijn, de bal niet proberen afpakken of in de weg lopen.

Vrije slag.

De bal moet stilliggen en niet omhoog worden gespeeld. De tegenstander moet op 5 meter afstand staan. (self pass mag). Indien de bal zich binnen de aanvallende helft bevindt dan moet de bal moet minstens **5m** rollen OF worden aangeraakt door een **verdediger** vóór de bal in de cirkel mag (zie update). Indien de bal zich buiten de aanvallende helft bevindt dan mag de bal onmiddellijk in de cirkel gespeeld worden.



Een doelpunt

Is gemaakt als de bal tussen de doelpalen passeert en door een speler van de aanvallende partij binnen de cirkel is aangeraakt. Hij mag omhoog schieten als dit geen gevaarlijk spel veroorzaakt.

Bal over de achterlijn.

Als er door de aanvallende partij was gespeeld of als laatste aangeraakt, dan wordt er door de verdedigende partij uitgeslagen vanaf de cirkel. Als er door de verdedigende partij was gespeeld of als laatste aangeraakt, dan wordt er door de aanvallende partij een lange hoekslag (=Corner) genomen. Corner ter hoogte van de virtuele lijn ter **hoogte van de cirkeltop** loodrecht met waar de bal over de achterlijn is gegaan.

Bal over de zijlijn.

Op dezelfde plaats (waar de bal uit ging) een inslag, of self pass, door de partij, die de bal niet als laatste heeft aangeraakt.

Sancties.

Bij een overtreding buiten de cirkel volgt een vrije slag op de plaats van de overtreding.

Bij een overtreding binnen de cirkel volgt de korte hoekslag (strafcorner).

Begeleiders.

Per ploeg mag er 1 scheidsrechter in het veld staan. Coach raden we aan de kant van het veld te staan. De ouders staan buiten het veld.

Een strafcorner

Wordt genomen door de aanvallende partij vanaf de achterlijn, 9 meter vanaf het doel. Vijf verdedigers (keeper plus 4 verdedigers) mogen achter de doellijn staan. De overige spelers van de verdedigende partij moeten ter hoogte van de cirkel van



de aanvallende partij staan. De aanvallende spelers moeten allemaal buiten de cirkel staan. De cirkel mag pas door beide partijen betreden worden als de bal gegeven is.

Voordat de bal op het doel geslagen mag worden, moet deze eerst, tevoren de cirkel verlaten.

Tips:

1. Tracht reeds op regelmatige ogenblikken met 4 spelers achteraan te laten uitverdedigen en zo de bal in de kom te laten rondspelen (= de banaan). Indien mogelijk ook reeds één speler overslaan in de kom om zo snelheid te krijgen bij het veranderen van kant.
2. Bij het aannemen van de bal met de rug naar het doel van de tegenstander kan je best naar links draaien (= sterk draaien) om zo je bal beter te kunnen beschermen tegenover een tegenstander.



U11 (8-tallen)



U11 spelen op een 1/2 veld, met 8 tegen 8 waarvan een keeper.

De wedstrijdduur 2 x 25 minuten.

Voor de wedstrijd: korte duidelijke bespreking en opwarming.

Na de wedstrijd een positieve nabespreking (aanbevolen).

Het speelveld

Is 1/2 deel van een normaal hockeyveld, met de zijlijnen als doellijnen. De cirkels zijn bijna even groot als op een groot veld en dienen aangegeven te zijn.



Doelen.

Zijn echte doelen (3,00m. tot 3,66m. breed).

Het spelen van de bal

Alleen met de platte kant van de stick. De spelregels moeten zorgen voor veiligheid en plezier. Niet alles fluiten, hoe meer spelen hoe beter!

Gevaarlijk spel

ALTIJD verboden. Gevaarlijk zwaaien met de stick, hoge bal, snijden, hakken op de stick, duwen, vasthouden,...

Afhouden.

Het is verboden tussen de bal en tegenstander te staan of er tussendoor te lopen.

Kick.

De bal mag niet opzettelijk met de voet gespeeld worden. Gebeurt dit onopzettelijk, dan wordt alleen gefloten als het gevaar of voordeel oplevert.

Self pass

Self pass is bij U11 toegelaten, spel mag hervat worden door zelf de bal te spelen (mag een pass zijn, hoeft niet). Totdat de bal vijf meter is voortbewogen mogen de tegenstrevers, die binnen de 5 meter afstand van de bal zijn, de bal niet proberen afpakken of in de weg lopen.

Bal over de achterlijn.

Als er door de aanvallende partij was gespeeld of als laatste aangeraakt, dan wordt er door de verdedigende partij uitgeslagen vanaf de cirkel. Als er door de verdedigende partij was gespeeld of als laatste aangeraakt, dan wordt er door de aanvallende partij een lange hoekslag (=Corner) genomen. Corner ter hoogte van de virtuele lijn ter **hoogte van de**



cirkeltop loodrecht met waar de bal over de achterlijn is gegaan.

Een strafcorner

Wordt genomen door de aanvallende partij vanaf de achterlijn, 9 meter vanaf het doel. Vijf verdedigers (keeper plus 4 verdedigers) mogen achter de doellijn staan. De overige spelers van de verdedigende partij moeten ter hoogte van de cirkel van de aanvallende partij staan. De aanvallende spelers moeten allemaal buiten de cirkel staan. De cirkel mag pas door beide partijen betreden worden als de bal gegeven is.

Voordat de bal op het doel geslagen mag worden, moet deze eerst, tevoren de cirkel verlaten.

Bal over de zijlijn.

Op dezelfde plaats (waar de bal uit ging) een inslag, of self pass, door de partij, die de bal niet als laatste heeft aangeraakt.

Vrije slag.

De bal moet stilliggen en niet omhoog worden gespeeld. De tegenstander moet op 5 meter afstand staan. (self pass mag). Indien de bal zich binnen de aanvallende helft bevindt dan moet de bal moet minstens **5m** rollen OF worden aangeraakt door een **verdediger** vóór de bal in de cirkel mag (zie update). Indien de bal zich buiten de aanvallende helft bevindt dan mag de bal onmiddellijk in de cirkel gespeeld worden.

Een doelpunt

Is gemaakt als de bal tussen de doelpalen passeert en door een speler van de aanvallende partij binnen de cirkel is aangeraakt. Hij mag omhoog schieten als dit geen gevaarlijk spel veroorzaakt.

Sancties.

Bij een overtreding buiten de cirkel volgt een vrije slag op de



plaats van de overtreding.

Bij een overtreding binnen de cirkel volgt de korte hoekslag (strafcorner).

Begeleiders.

Per ploeg mag er 1 scheidsrechter in het veld staan. Coach raden we aan de kant van het veld te staan. De ouders staan buiten het veld.

Tips:

1. Tracht hen reeds op regelmatige ogenblikken met 4 spelers achteraan te laten uitverdedigen en zo de bal in de kom te laten rondspelen. Indien mogelijk ook reeds één speler overslaan in de kom om zo snelheid te krijgen bij het veranderen van kant.
2. Leer een verdediger zijn/haar tegenstander te “channelen” naar de zijlijn toe of naar een medespeler(ster) om zo in overtal de bal te kunnen bemachtigen.



U12 (8-tallen)



U12 spelen op een 1/2 veld, met 8 tegen 8 waarvan een keeper.

De wedstrijdduur 2 x 25 minuten.

Voor de wedstrijd: korte duidelijke bespreking en opwarming.

Na de wedstrijd een positieve nabespreking (aanbevolen).

Het speelveld

Is 1/2 deel van een normaal hockeyveld, met de zijlijnen als doellijnen. De cirkels zijn bijna even groot als op een groot veld en dienen aangegeven te zijn.

Doelen.

Zijn echte doelen (3,00m. tot 3,66m. breed).



Het spelen van de bal

Alleen met de platte kant van de stick. De spelregels moeten zorgen voor veiligheid en plezier. Niet alles fluiten, hoe meer spelen hoe beter!

Gevaarlijk spel

ALTIJD verboden. Gevaarlijk zwaaien met de stick, hoge bal, snijden, hakken op de stick, duwen, vasthouden,...

Afhouden.

Het is verboden tussen de bal en tegenstander te staan of er tussendoor te lopen.

Kick.

De bal mag niet opzettelijk met de voet gespeeld worden. Gebeurt dit onopzettelijk, dan wordt alleen gefloten als het gevaar of voordeel oplevert.

Bal over de achterlijn.

Als er door de aanvallende partij was gespeeld of als laatste aangeraakt, dan wordt er door de verdedigende partij uitgeslagen vanaf de cirkel. Als er door de verdedigende partij was gespeeld of als laatste aangeraakt, dan wordt er door de aanvallende partij een lange hoekslag genomen aan de kant waar de bal uitging.

Begeleiders.

Per ploeg mag er 1 scheidsrechter in het veld staan. Coach raden we aan de kant van het veld te staan. De ouders staan buiten het veld.

Een strafcorner

Wordt genomen door de aanvallende partij vanaf de achterlijn, 9 meter vanaf het doel. Vijf verdedigers (keeper plus 4 verdedigers) mogen achter de doellijn staan. De overige spelers van de verdedigende partij moeten ter hoogte van de cirkel van



de aanvallende partij staan. De aanvallende spelers moeten allemaal buiten de cirkel staan. De cirkel mag pas door beide partijen betreden worden als de bal gegeven is.

Voordat de bal op het doel geslagen mag worden, moet deze eerst, tevoren de cirkel verlaten.

Bal over de zijlijn.

Op dezelfde plaats (waar de bal uit ging) een inslag, of self pass, door de partij, die de bal niet als laatste heeft aangeraakt.

Vrije slag.

De bal moet stilliggen en niet omhoog worden gespeeld. De tegenstander moet op 5 meter afstand staan. (self pass mag). Indien de bal zich binnen de aanvallende helft bevindt dan moet de bal moet minstens **5m** rollen OF worden aangeraakt door een **verdediger** vóór de bal in de cirkel mag (zie update). Indien de bal zich buiten de aanvallende helft bevindt dan mag de bal onmiddellijk in de cirkel gespeeld worden.

Een doelpunt

Is gemaakt als de bal tussen de doelpalen passeert en door een speler van de aanvallende partij binnen de cirkel is aangeraakt. Hij mag omhoog schieten als dit geen gevaarlijk spel veroorzaakt.

Sancties.

Bij een overtreding buiten de cirkel volgt een vrije slag op de plaats van de overtreding.

Bij een overtreding binnen de cirkel volgt de korte hoekslag (strafcorner).

Self pass

Self pass is bij U12 toegelaten, spel mag hervat worden door zelf de bal te spelen (mag een pass zijn, hoeft niet).



Totdat de bal vijf meter is voortbewogen mogen de tegenstrevers, die binnen de 5 meter afstand van de bal zijn, de bal niet proberen afpakken of in de weg lopen.

Tips:

1. Tracht hen reeds op regelmatige ogenblikken met 4 spelers achteraan te laten uitverdedigen en zo de bal in de kom te laten rondspelen. Indien mogelijk ook reeds één speler overslaan in de kom om zo snelheid te krijgen bij het veranderen van kant.
2. Leer een verdediger zijn/haar tegenstander te “channelen” naar de zijlijn toe of naar een medespeler(ster) om zo in overtal de bal te kunnen bemachtigen.
3. Hier kunnen ze ook reeds het verschil tussen man op man verdediging of zone verdediging begrijpen. Wissel deze begrippen af indien mogelijk.



Algemene spelregels

Doelpunt.

Een doelpunt is gemaakt wanneer de bal de doellijn passeert en binnen het 8- of 10- metergebied of de cirkel is aangeraakt door een aanvaller. Als binnen het doelgebied de bal door een stick van een aanvaller is gespeeld en daarna via de stick of het lichaam van een verdediger de doellijn passeert, is er eveneens een doelpunt gemaakt.

Bij het vier- en zestal hockey mag de bal hierbij niet hoger komen dan de plankhoogte.

Bal over de achterlijn, zonder doelpunt.

- Door een aanvaller gespeeld: uitslaan door een verdediger op de 8- of 10- meterlijn of op de rand van de cirkel, loodrecht tegenover het punt waar de bal over de achterlijn ging.

- Door een verdediger gespeeld: aan de aanvallende partij wordt een lange corner toegekend. Corner ter hoogte van de virtuele lijn ter hoogte van de cirkeltop loodrecht met waar de bal over de achterlijn is gegaan.

Bij het achttal hockey wordt een strafcorner toegekend aan de aanvallende partij wanneer een verdediger de bal opzettelijk over de achterlijn speelt vanaf een punt binnen de eigen helft.

Bal over de zijlijn.

Inslag op de zijlijn van op de plaats waar de bal over de lijn ging, door een speler van de partij die de bal niet het laatst heeft aangeraakt voor hij over de zijlijn ging. Wanneer een speler van de aanvallende partij een inslag neemt binnen het 8- of 10-metergebied, moet de bal opnieuw binnen het 8- of 10-metergebied door een stick van een aanvaller worden aangeraakt, voor dat een doelpunt kan worden gemaakt. Voor de inslag gelden verder de regels van de vrije slag.

Straffen.

Vier- en zestal hockey.

- Bij een opzettelijke overtreding van een verdediger binnen het 8- of 10 metergebied: een vrije slag wordt toegekend aan de aanvallende partij, te nemen op de 8- of 10 meterlijn en zo dicht mogelijk bij de plaats van de overtreding. Na het nemen van de vrije slag moet de bal opnieuw



binnen het 8- of 10 metergebied door een stick van een aanvaller worden geraakt, alvorens een doelpunt kan worden gemaakt.

- Bij een overtreding van een aanvaller binnen het 8- of 10 metergebied: een vrije slag wordt toegekend aan de verdedigende partij, te nemen op de 8- of 10 meterlijn zo dicht mogelijk bij de plaats van de overtreding.
- Bij een overtreding buiten het 8- of 10 metergebied: een vrije slag wordt toegekend aan het team wat niet de overtreding heeft gemaakt, op de plaats van die overtreding.

Zestalhockey.

- Bij een opzettelijke overtreding van een verdediger binnen het 10-metergebied: Indien heel duidelijk een doelpunt wordt voorkomen door een opzettelijke overtreding, wordt een stroke toegekend aan de aanvallende partij, te nemen op 6,4 meter midden voor het doel. Indien niet een doelpunt wordt voorkomen, wordt een vrije slag toegekend aan de aanvallende partij, te nemen op de 10-meterlijn midden voor het doel.

Achttalhockey.

- Bij een overtreding van een verdediger binnen het doelgebied: een strafcorner wordt aan de aanvallende partij toegekend.
 - Bij een overtreding door een verdediger binnen het doelgebied waardoor duidelijk een doelpunt wordt voorkomen: een stroke wordt aan de aanvallende partij toegekend.
 - Bij een overtreding van een aanvaller binnen het doelgebied: een vrije slag wordt toegekend aan de verdedigende partij, te nemen op de 15-meterlijn zo dicht mogelijk bij de plaats van overtreding.
 - Bij een overtreding buiten de doelgebieden: een vrije slag wordt toegekend aan het team dat niet de overtreding heeft begaan.
- Als er met een cirkel wordt gespeeld gelden hiervoor de bepalingen voor het doelgebied.

Lange corner.

Inslaan door een aanvaller op de kruising van de 8- meterlijn en de zijlijn, aan die kant van het doel waar de bal over de achterlijn ging. Na het nemen van de inslag moet de bal opnieuw binnen het doelgebied door de stick van een aanvaller worden aangeraakt, alvorens een doelpunt kan worden gemaakt. Alle spelers van de tegenpartij moeten minimaal 5 meter afstand nemen van de bal.



Strafcorner (alleen bij achtthockey).

Een strafcorner is een vrije slag die genomen wordt vanaf de achterlijn (op minimaal 10 meter afstand van het doel) door een speler van de aanvallende partij.

Als de strafcorner genomen gaat worden, mogen maximaal 5 spelers (inclusief de keeper) van de verdedigende partij achter hun eigen achterlijn/doellijn staan. Zij moeten met hun sticks en voeten achter de lijn staan en moeten minimaal 5 meter afstand nemen van de bal. De overige spelers van de verdedigende partij moeten zich achter de 15- meterlijn opstellen op de andere helft van het veld.

De spelers van de aanvallende partij stellen zich op in het veld, buiten het doelgebied. Pas op het moment dat de strafcorner genomen is, mogen zowel de verdedigers als de aanvallers in het doelgebied komen. Voordat de bal op het doel geslagen mag worden, moet deze eerst buiten het doelgebied geweest zijn. De bal mag bij de doelpoging niet hoger komen dan plankhoogte bij een geslagen bal.

Time Out.

Een time out heeft tot doel de begeleiders van beide teams de gelegenheid te geven de spelers te “hergroeperen” en extra aanwijzingen te geven, zodat het spel voor beide partijen beter kan verlopen. Een time out kan op eigen initiatief van de spelleider gegeven worden. Ook een begeleider van een team kan een time out aanvragen, echter maximaal één per wedstrijd.

Opgelet deze regel is niet overal gebruikelijk en best op voorhand afstemmen met de tegenstanders om geen verrassingen te hebben tijdens de wedstrijd.



Overzicht Regels U7 – U12 (2016-2017)

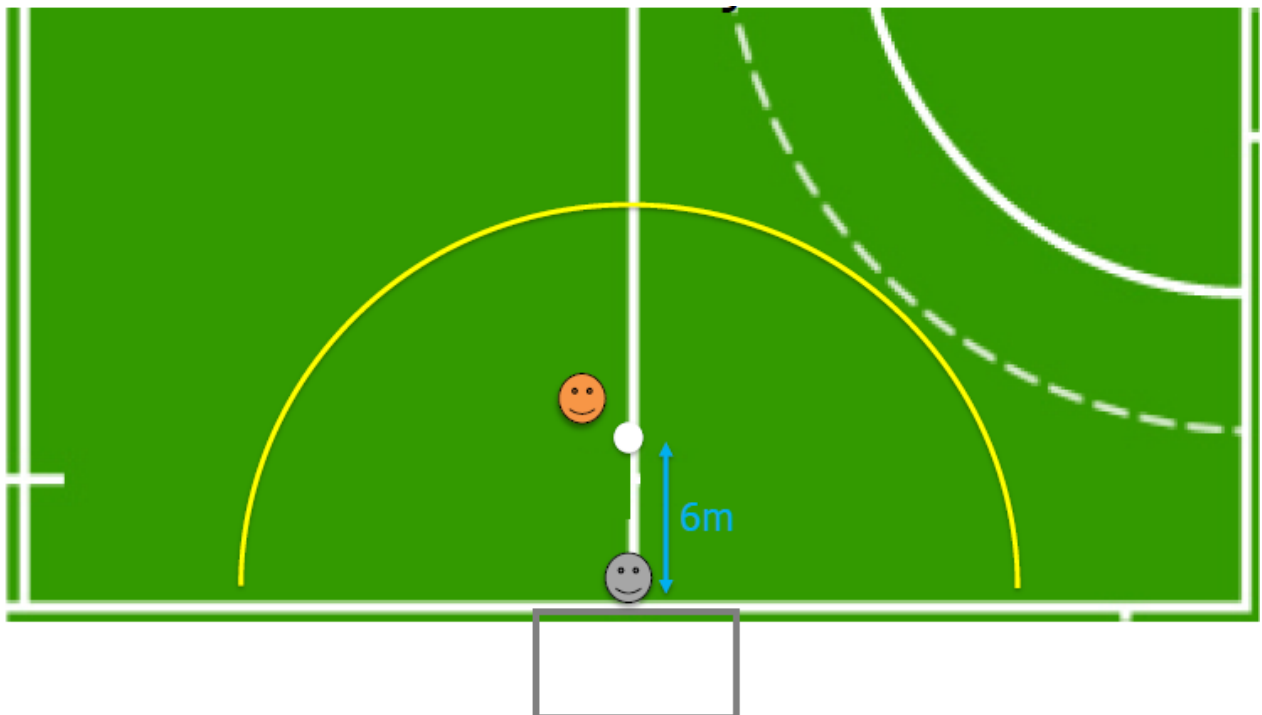
	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U14	U16	U19
Aantal spelers	4x4		6x6	8x8			11x11		
Speelveld	1/8 veld		1/4 veld	1/2 veld			1/1 veld		
Goal	Plank aangeraden						Plank verplicht		
Goalkeeper	Nee		Ja						
Self-pass	Ja								
PC	Nee			Shoot-Out	Ja				
Corner	Nee			Ja					
Cirkel	Lijn op 8m van de basislijn		Lijn op 10m van de basislijn	Ja (ideaal met stippelijijn op 5m)			Ja (met stippelijijn op 5m)		
Speeltijd	2 X 20'		2 X 25'				2 X 30'	2 X 35'	
Aantal scheidsrechters	1		2						
Coach op het veld	Ja			Nee					



Update spelregels 2016-2017

Stroke:

Op 6m afstand van het midden van de doellijn

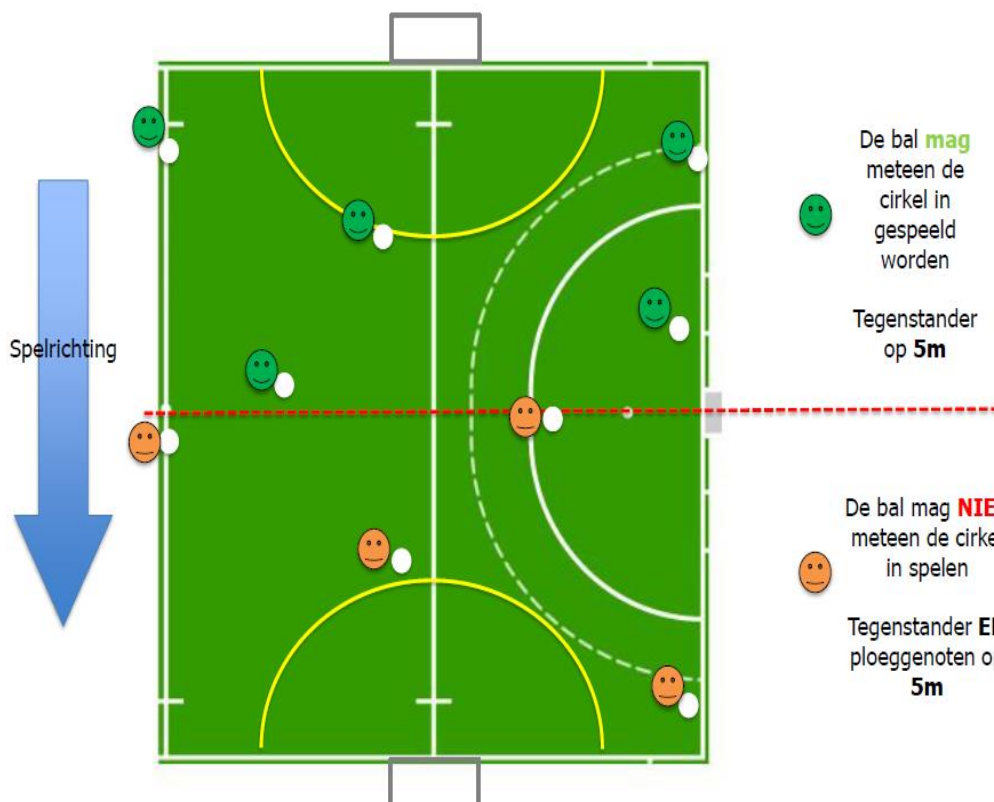
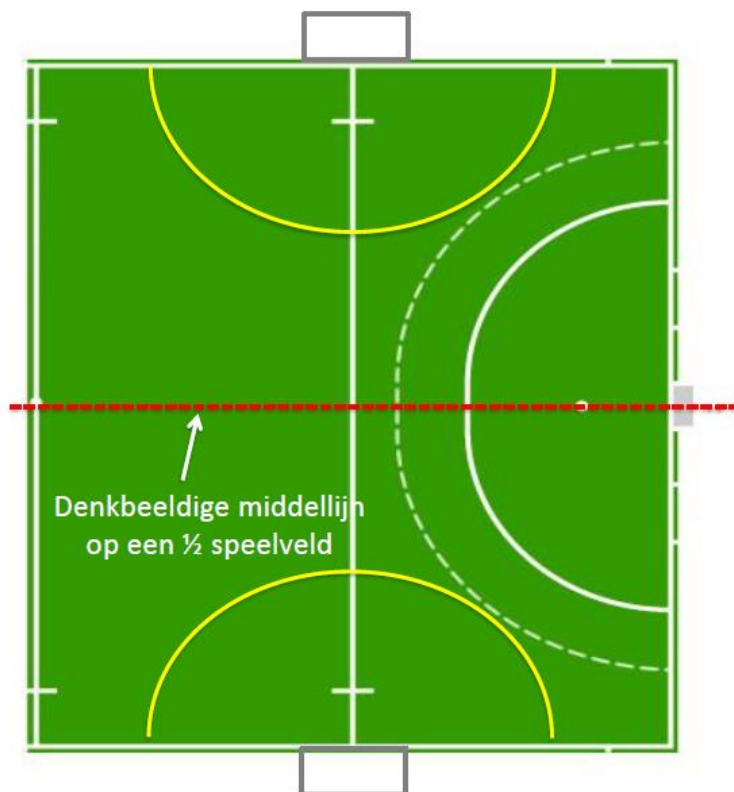




Categorie	Oud reglement	Nieuw reglement
4x4 U7/U8	Geen self-pass	Self-pass
6x6 U9	GEEN WIJZIGING	
8x8 U10/U11/U12	Fout op minder dan 5m van de cirkel → de bal niet onmiddellijk in de cirkel spelen	Fout en/of bal buiten op de helft van de tegenstander: → De bal moet minstens 5m rollen OF worden aangeraakt door een verdediger vóór de bal in de cirkel mag → Alle spelers op 5m afstand
	Corner op de zijlijn	Corner ter hoogte van de virtuele lijn ter hoogte van de cirkeltop loodrecht met waar de bal over de achterlijn is gegaan



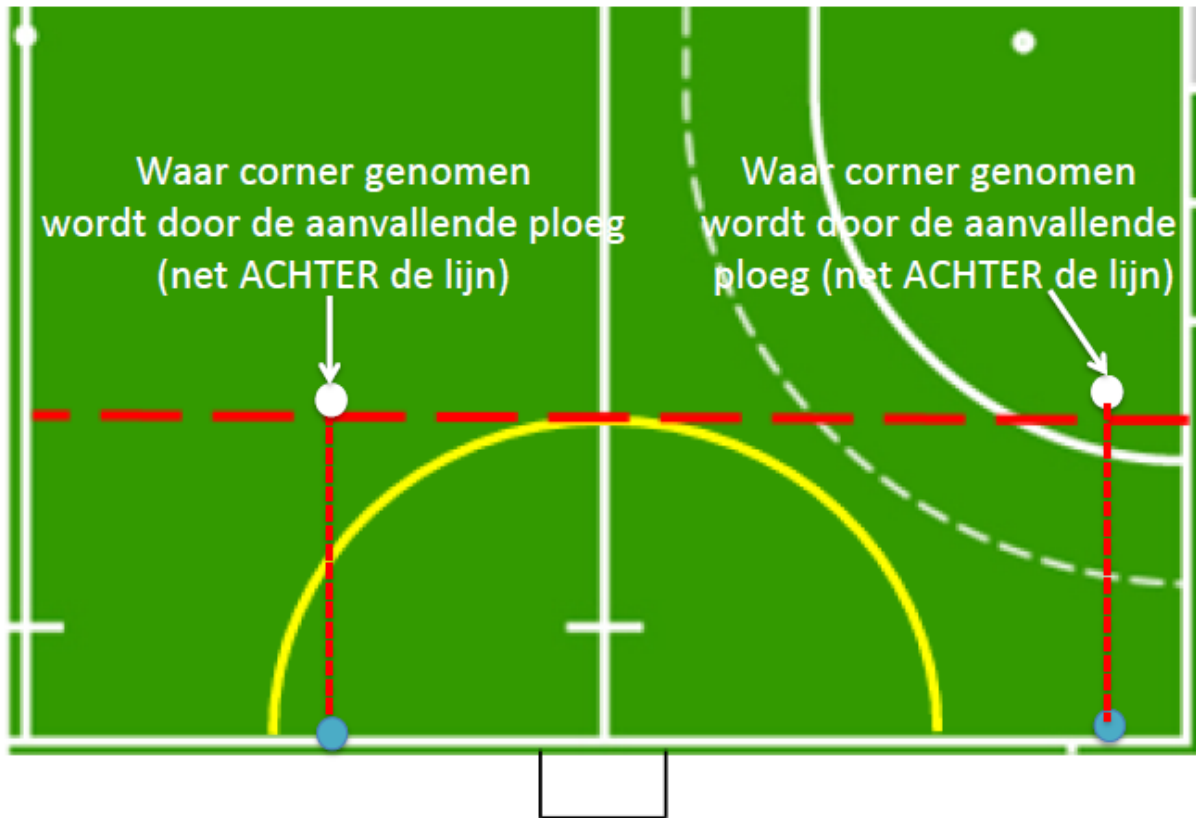
Vrije slag ½ veld (U10-U12)





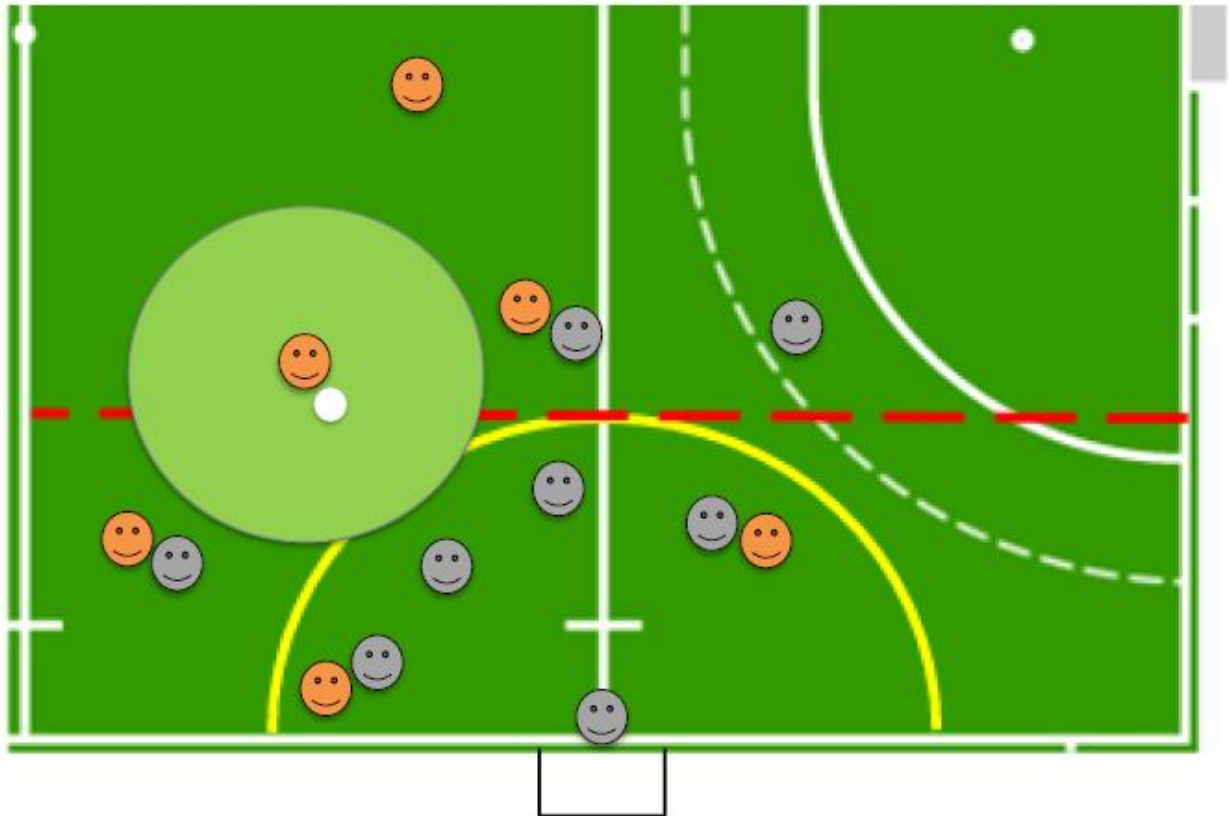
Lange corner U10-U12







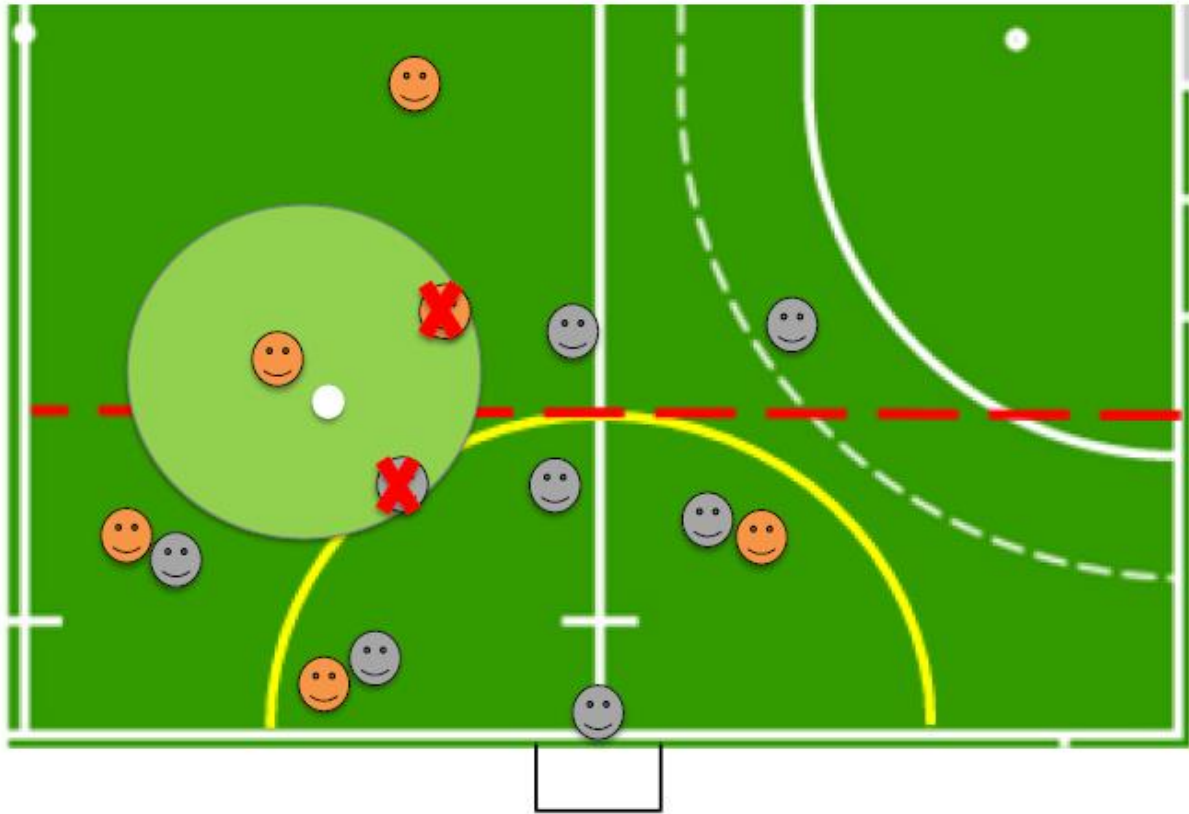
! Alle spelers moeten op minstens **5m** staan !



Als een speler op minder dan 5m staat en het spel beïnvloedt:

als de speler een verdediger is → PC

als de speler een aanvaller is → Vrije slag





Advies voor scheidsrechters:

WEES PROACTIEF !

- ✓ Voorkomen
- ✓ Uitleggen



Tactische basisprincipes (vanaf U12)

Tactische basisprincipes die reeds kunnen aangeleerd worden bij U12 maar zullen pas bij de U14 echt tot hun recht komen.

- Man op man verdedigen (Man2man marking)
- Zone verdediging (zonal defence)
- Platte driehoekverdediging
- Hoog pressen (Full press, moving press)
- Side pocket press
- Half-court press
- Bal-kant & help kant
- Met 3 uitverdedigen (back 3)
- Met 4 uitverdedigen (back 4)
- Met 5 uitverdedigen (back 5)
- Hook left
- Hook right
- Sliding midfield
- Channeling
- Baseline defence
- 9-yard defence
- Cirkel defence
- 23 meter defence
- Carroussel (mid and front)
- Go around and behind