

CHECKLIST SPELBEGELEIDER G-HOCKEY

Vóór de wedstrijd >

- Coach 1 + coach 2 + spelbegeleider: overleggen.
Bijvoorbeeld: wordt er van keeper gewisseld in de rust?
De '3 doelpuntenregel' doornemen.
Met welke kleur bal wordt er gespeeld?
- Welke spelers behoeven extra aandacht?
- Zijn er beschermde spelers?
Zo ja, wie dan (hesje aan) en waarom?
- Keeperuitrusting checken >
Min. klompen, legguards, body, helm.
Advies: gewoon volledige uitrusting i.v.m. veiligheid!
- Aanvoerders geven elkaar een hand > Toss



Ná de wedstrijd >

- Handen schudden 'bedankt voor het spelen/ fluiten'.
- Samen limonade.

De spelbegeleider >

- Zorgt dat de veiligheid altijd voorop staat!
- Houdt altijd overzicht over de spelsituatie.
- Legt uit waarom hij fluit.
- Geeft concrete aanwijzingen aan beide teams, voornamelijk als het spel even stilstaat.
- Onderbreekt het spel (plezier) zo min mogelijk. Alleen i.v.m. veiligheid en de hoofdregels.
- Stimuleert en zorgt voor nog meer spelbeleving.

Een doelpunt >

Een doelpunt wordt gescoord wanneer de bal binnen het doelgebied oor een aanvaller is gespeeld of als de bal via een voet of stick van een verdediger in het doel gaat. (gewijzigd)



SPELREGELS G-HOCKEY

- **Wedstrijdduur** > 2x 15min, rust 5min.
- **Doelpunt** > een doelpunt is gemaakt wanneer de bal de doellijn passeert, geslagen of gepusht door een speler van de aanvallende partij binnen het 10-metergebied. De bal mag hier bij niet hoger dan plankhoogte zijn.
- **Overtreding** > vrijeslag
Shoot (bij onopzettelijk 'shoot' wordt afgefloten wanneer het gevaar oplevert of wanneer er voordeel uit ontstaat.)
Bolle kant, Hoge bal spelen, Hoog je stick uithalen (sticks), Hakken op de stick of Vasthouden/ duwen
- **Vrijeslag** > **In het veld:** De bal wordt genomen op de plaats van overtreding. Tegenstanders 5m afstand. De bal mag niet omhoog. **In het doelgebied:** bij een verdedigende overtreding in het 10-metergebied wordt de vrijeslag genomen door de aanvallende partij: 5m buiten het 10-metergebied. Iedereen 5mtr afstand. De bal mag niet rechtstreeks het doelgebied in gespeeld worden. De bal moet eerst 5mtr hebben afgelegd (pass of selfpass) of zijn aangeraakt door een andere speler. **Tussen 10-mtrlijn en '15mtrlijn':** zelfde regel als in doelgebied!
- **Uitslaan** > Bal over achterlijn: Uitslaan óf lange corner. Bal over de zijlijn: tegenstander neemt uit op de zijlijn, let op allen afstand 5m
- **3 doelpuntenregel** > Bij 3 doelpnt verschil speelt de aanvallende partij, op de speelhelte van de tegenstander (over de middellijn), min. 3x over vóór er gescoord wordt. Als de bal onderschept wordt door de verdedigende partij begint het tellen weer opnieuw.
- **Self-pass** > Bij beginslag, vrijeslag, inslaan, uitslaan en lange corner mag de nemer de bal zelf nemen zonder dat hij de bal naar een medespeler moet afspelen. De speler moet eerst duidelijk de bal een tikje geven en mag daarna zelf verder spelen.



CHECKLIST SPELBEGELEIDER G-HOCKEY

Vóór de wedstrijd >

- Coach 1 + coach 2 + spelbegeleider: overleggen.
Bijvoorbeeld: wordt er van keeper gewisseld in de rust?
De '3 doelpuntenregel' doornemen.
Met welke kleur bal wordt er gespeeld?
- Welke spelers behoeven extra aandacht?
- Zijn er beschermde spelers?
Zo ja, wie dan (hesje aan) en waarom?
- Keeperuitrusting checken >
Min. klompen, legguards, body, helm.
Advies: gewoon volledige uitrusting i.v.m. veiligheid!
- Aanvoerders geven elkaar een hand > Toss



Ná de wedstrijd >

- Handen schudden 'bedankt voor het spelen/ fluiten'.
- Samen limonade.

De spelbegeleider >

- Zorgt dat de veiligheid altijd voorop staat!
- Houdt altijd overzicht over de spelsituatie.
- Legt uit waarom hij fluit.
- Geeft concrete aanwijzingen aan beide teams, voornamelijk als het spel even stilstaat.
- Onderbreekt het spel (plezier) zo min mogelijk. Alleen i.v.m. veiligheid en de hoofdregels.
- Stimuleert en zorgt voor nog meer spelbeleving.

Een doelpunt >

Een doelpunt wordt gescoord wanneer de bal binnen het doelgebied oor een aanvaller is gespeeld of als de bal via een voet of stick van een verdediger in het doel gaat. (gewijzigd)

SPELREGELS G-HOCKEY

- **Wedstrijdduur** > 2x 15min, rust 5min.
- **Doelpunt** > een doelpunt is gemaakt wanneer de bal de doellijn passeert, geslagen of gepusht door een speler van de aanvallende partij binnen het 10-metergebied. De bal mag hier bij niet hoger dan plankhoogte zijn.
- **Overtreding** > vrijeslag
Shoot (bij onopzettelijk 'shoot' wordt afgefloten wanneer het gevaar oplevert of wanneer er voordeel uit ontstaat.)
Bolle kant, Hoge bal spelen, Hoog je stick uithalen (sticks), Hakken op de stick of Vasthouden/ duwen
- **Vrijeslag** > **In het veld:** De bal wordt genomen op de plaats van overtreding. Tegenstanders 5m afstand. De bal mag niet omhoog. **In het doelgebied:** bij een verdedigende overtreding in het 10-metergebied wordt de vrijeslag genomen door de aanvallende partij: 5m buiten het 10-metergebied. Iedereen 5mtr afstand. De bal mag niet rechtstreeks het doelgebied in gespeeld worden. De bal moet eerst 5mtr hebben afgelegd (pass of selfpass) of zijn aangeraakt door een andere speler. **Tussen 10-mtrlijn en '15mtrlijn':** zelfde regel als in doelgebied!
- **Uitslaan** > Bal over achterlijn: Uitslaan óf lange corner. Bal over de zijlijn: tegenstander neemt uit op de zijlijn, let op allen afstand 5m
- **3 doelpuntenregel** > Bij 3 doelpnt verschil speelt de aanvallende partij, op de speelhelte van de tegenstander (over de middellijn), min. 3x over vóór er gescoord wordt. Als de bal onderschept wordt door de verdedigende partij begint het tellen weer opnieuw.
- **Self-pass** > Bij beginslag, vrijeslag, inslaan, uitslaan en lange corner mag de nemer de bal zelf nemen zonder dat hij de bal naar een medespeler moet afspelen. De speler moet eerst duidelijk de