

# ***Spelregelboekje***



*Cultureel, eigenzinnig,  
onderzoekend*



***OSG West-Friesland***



**Spelregels OSG Westfriesland**

Een sport is gebaseerd op de verhouding tussen aanval en verdediging, een balans tussen tijd en ruimte. Zonder regels kan deze balans onmogelijk in stand gehouden worden. Het belang van afspraken en regels bij sporten weet iedereen. Natuurlijk is buitenspel verboden bij voetbal en natuurlijk kent men bij basketbal een doelpunt 2 punten toe. Of niet soms? Maar weet iedereen wel regels en afspraken van alle sporten die wij op de OSG beoefenen?

De sectie Lo heeft daarom dit boekje voor leerlingen van de tweede klassen gemaakt.

Per leerjaar komen er 2 sporten bij zodat in leerjaar drie de belangrijkste sporten op school aan bod zijn gekomen.

Dit document is niet alleen belangrijk voor de 2-toets die er op zal volgen maar is ook als naslagwerk te gebruiken voor de l.o.-lessen, voor een toernooi op school en zodra je gaat assisteren bij de toernooien als onderdeel van je PTA in de bovenbouw.

In de tweede klas komen wij, samen met de drie sporten uit de brugklas, tot de volgende vijf sporten:

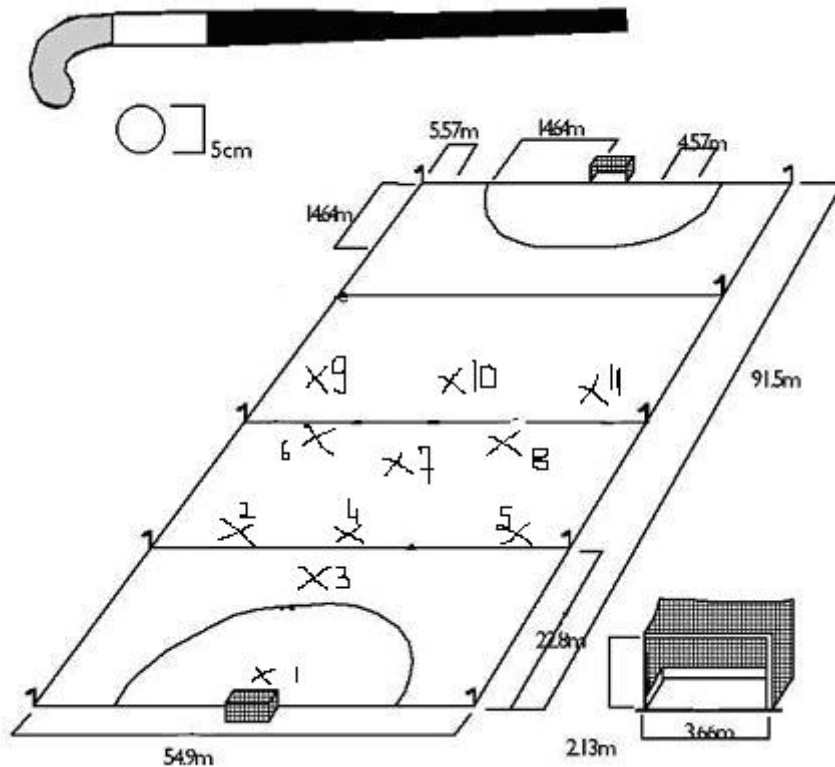
1. Hockey
2. Korfbal
3. Voetbal
4. Basketbal
5. Softbal

Bovenstaande vijf sporten komen terug in de spelregeltoets.

Wij wensen jullie veel leesplezier!

De sectie LO van de OSG West-Friesland

## 1. Spelregels Hockey



De hockeystick en het hockeyveld

### Het spel Hockey

Hockey wordt gespeeld met twee teams van elf spelers. Hockey wordt bijna altijd buiten gespeeld, meestal op een kunstgrasveld, natuurlijk kan het ook op gewoon gras gespeeld worden. Als het buiten te koud is wordt hockey ook wel in de zaal gespeeld.

Er zijn er ook nog andere vormen van hockey, zoals unihockey, en er zijn zelfs mensen die onderwaterhockey spelen.

Veiligheid is heel erg belangrijk bij hockey, de bal en stick zijn keihard, daarom dragen de spelers diverse bescherming zoals gebitsbeschermers. Ook de keeper draagt beschermende kleding. Veel regels zijn ontstaan om de spelers te beschermen.

Voor het gewone hockey gelden de volgende regels:

1. Er wordt gespeeld met een hockeystick, de bolle kant van de stick mag niet gebruikt worden. De stick mag niet boven schouderhoogte komen. Dit heet 'sticks'. Op school hanteren we vaak heuphoogte in verband met de veiligheid.
2. Als de bal op de voeten komt heet dat 'shoot' (spreek uit: 'sjoet') en daar fluit de scheidsrechter voor af. De tegenstander mag de bal uitnemen op de plaats waar de overtreding is begaan.

3. Een bal mag bij een vrije slag niet omhoog gespeeld worden, alleen tijdens het spel als er géén direct gevaar voor de spelers is.
4. Aan het begin van het spel staan alle spelers van beide teams op hun eigen helft van het veld. De bal wordt genomen vanaf de middenstip door één van beide partijen.
5. Komt de bal buiten de zijlijn dan moet hij worden genomen op de plaats waar hij is uitgegaan. Dit heet een inslag. De speler die hem het laatste aanraakte krijgt de bal tegen. De speler mag de bal indribbelen of inspelen. Dit is de zogn. Selfpass.
6. Gaat de bal over de achterlijn zonder dat er een doelpunt is gescoord dan volgt er een uitslag, op school zo'n 5 meter voor het doel. Gaat de bal via de verdedigende partij over de achterlijn, dan krijg je een corner. Deze wordt op 5 m van de achterlijn op de zijlijn genomen.
7. Toekenning strafcorner  
Bij hockey wordt een strafcorner toegekend als een verdediger een overtreding maakt in de cirkel of na een zware of opzettelijke overtreding door een verdediger achter 23 meterlijn. Overtredingen binnen de cirkel kunnen hier zijn: een bal op de voet, bolle kant van de stick gebruiken, afhouden, gevaarlijk spel of de bal met opzet over de achterlijn spelen door de verdedigende partij.
8. Strafcornen:  
Deze corner wordt niet in de hoek genomen, maar één aanvaller geeft de bal aan op de juiste plek aangegeven met een streepje op de achterlijn links of rechts van het doel. Bij de strafcorner staan er niet meer dan 5 spelers inclusief keeper op de achterlijn, en niet meer dan 4 aanvallers buiten de cirkellijn. De andere verdedigers staan allen achter de middenlijn. Zodra de aangever de bal speelt mogen alle spelers de cirkel betreden..
9. Strafbal Toekennen en nemen:  
Naast de strafcorner kent hockey nog een andere belangrijke straf die bij een overtreding kan worden toegekend. Dit is de strafbal. Deze strafbal wordt bij hockey toegekend door de scheidsrechter als er een opzettelijke of zware overtreding wordt begaan door een verdediger binnen de cirkel. Een strafbal wordt genomen vanaf de stick op de stip in de cirkel. Hierbij staat alleen de speler die de strafbal neemt in de cirkel.  
  
Regel 7, 8 en 9 worden op school niet of nauwelijks gebruikt. Maar zijn wel typerend voor de sport.
10. Doelpunt :  
A. Wanneer de bal binnen de cirkel door een aanvaller is gespeeld of stick of lichaam van een verdediger heeft geraakt en  
  
B. daarna niet meer buiten de cirkel is gekomen voordat de bal in zijn geheel over de doellijn en onder de doellat gaat.  
  
Na een doelpunt moet het spel in het midden van het veld worden hervat op dezelfde plaats als aan het begin van het spel.
11. Bij een overtreding moet de tegenstander minimaal 4.50 meter afstand nemen van de plaats waar de bal moet worden genomen.

12. Een bijzondere regel bij hockey is het afhouden. Vroeger mocht je, je lichaam helemaal niet tussen de tegenstander en de bal houden om de bal af te schermen. Tegenwoordig mag het alleen als je daarbij wel de bedoeling hebt om weg te lopen van je tegenstander. Blijf je stil staan dan is dit nog steeds afhouden en fluit de scheidsrechter daarvoor.

13. Selfpass

De bal hoeft bij een spelhervatting (vrije slag, inslag, uitslag, lange hoekslag en beginslag) niet meer eerst te worden aangeraakt door een teamgenoot. De speler mag direct met de bal gaan lopen.

**Posities** (zie nummering tekening)

- |                                |                            |
|--------------------------------|----------------------------|
| - 1) Doelverdediger            | - 7) Centrale middenvelder |
| - 2) Linker vleugelverdediger  | - 8) Rechter middenvelder  |
| - 3) Laatste man               | - 9) Linker spits          |
| - 4) Voorstopper               | -10) Centrum spits         |
| - 5) Rechter vleugelverdediger | -11) Rechter spits         |
| - 6) Linker middenvelder       |                            |

**Oefenvragen:**

**1 De bal gaat via een verdediger over de achterlijn. Wat gebeurt er?**

- A Een corner vanaf de cornervlag
- B Een corner, 5 meter vanaf de cornervlag
- C Een achterbal

**2 Wat is de betekenis van de cirkel bij het hockey?**

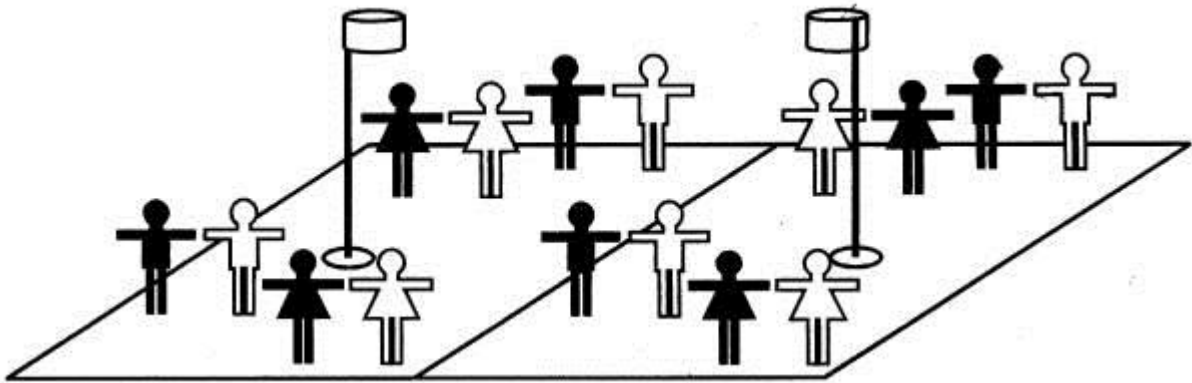
- A Lichte overtredingen binnen dit gebied worden bestraft met een strafbal.
- B De cirkel geeft het gebied aan waar de veldspelers niet mogen komen
- C De cirkel geeft het gebied aan waar de keeper binnen moet blijven.
- D De cirkel geeft het gebied aan van waaruit mag worden gescoord.

**3 Bij hockey horen een aantal specifieke 'begrippen'. Zet de uitleg (letters) bij de juiste begrippen (cijfers) in het antwoordenblad.**

- I Shoot.
- II Sticks.
- III Bolle kant.
- IV Afhouden.

- A Een overtreding als je de bal met de verkeerde kant van de stick speelt.
- B Het al dan niet opzettelijk raken van de bal met de voet.
- C Gevaarlijk spel door de stick te hoog op te zwaaien.
- D Het afschermen van de bal met het lichaam.

## 2. Spelregels Korfbal



### Basisspelregels

Korfbal is een balsport met één bal die door een korf gegooid moet worden. Elk team heeft een korf die op een hoogte van 3,5 meter is opgehangen aan een paal. Bij de jongere jeugd gelden aangepaste hoogtes van de korf; 2,0 / 2,5 / 3,0 meter. Het team dat de meeste doelpunten maakt wint. Een team bestaat uit acht spelers, vier mannen en vier vrouwen.

Het spel start met een tos. De tos bepaalt wie in het aanvalsvak mag beginnen met balbezit.

### Het veld

Het korfbalveld - afmeting bij de senioren en junioren 60 bij 30 meter - is verdeeld in twee vakken (helften van het speelveld). Eén van de vakken is het aanvalsvak, het andere is het verdedigingsvak. Een team plaatst twee dames en twee heren in het aanvalsvak, de andere vier spelers in het verdedigingsvak.

Elke keer als er 2 doelpunten gescoord zijn wordt er van vak en functie gewisseld. Bij de jeugd F (van 6 t/m 8 jaar) wordt eenvakskorfbal ofwel Monokorfbal gespeeld. Hierbij moet je zowel aanvallen als verdedigen over op een vak.

### Scoren

Punten worden behaald wanneer de bal door de korf van de tegenpartij gaat. Deze moet van boven naar beneden en volledig door de korf vallen. Van onderaf scoren is dus niet mogelijk. Mocht de bal van bovenaf in de korf vallen, maar door het effect dat erin zit de korf ook weer aan de bovenkant verlaten, dan telt dit eveneens niet mee. Iedere keer dat de bal door de korf valt, telt dit als 1 punt.

Een doelpunt kan worden gemaakt door een afstandsschot; in deze variant schiet de speler van relatief grote afstand (6 tot ruim 10 meter) de bal in de korf. Een variant is de doorloopbal; hierbij loopt de speler zijn/haar directe tegenstander voorbij en krijgt de bal aangespeeld door een medespeler die zich meestal in de buurt van de korf heeft opgesteld en 'schiet' de bal onderhands in de loop. Verder bestaat er nog de korte kans waarbij er van korte afstand geschoten wordt, dit komt vooral veel voor bij vrije ballen.

Een bijzondere vorm van scoren is de strafworp. Als de verdediging van de ene partij de aanval van

de andere partij op onreglementaire wijze hindert bij het schieten, wordt een strafworp toegekend. Één speler van de aanvallende partij mag vanaf 2,5 meter voor de korf ongehinderd een doelpoging doen. Alle andere spelers moeten daarbij op minimaal 2,5 meter afstand van de paal en de schutter blijven.

Een andere manier op te scoren is de vrije bal. Een vrije bal wordt gegeven als er een overtreding wordt gemaakt die niet erg genoeg wordt bevonden voor een strafworp. Bij deze spelonderbreking moeten alle spelers 2,5 meter afstand nemen van de nemer van de vrije bal. Ook mogen de spelers van de aanvallende partij niet binnen een afstand van 2,5 meter van elkaar af staan.

### **Verdedigen**

Een aanval kan door de tegenpartij worden verdedigd. Indien de verdediger zich tussen aanvaller en korf opstelt, op een afstand waarbij hij/zij de schouder van de tegenspeler kan aanraken en wanneer hij/zij het gezicht naar de aanvaller heeft gericht, de aanvaller aankijkt, is de aanvaller verdedigd, en mag deze niet op de korf schieten. Bij het verdedigen geldt dat dames alleen dames mogen verdedigen, en de heren ook alleen elkaar. Als een dame een doelpoging waagt, die verdedigd wordt door een heer, wordt er een strafworp gegeven. Omgekeerd is dat uiteraard ook het geval. Wél mag er onderling van tegenstander worden gewisseld, zolang deze van dezelfde sekse is.

### **Lopen**

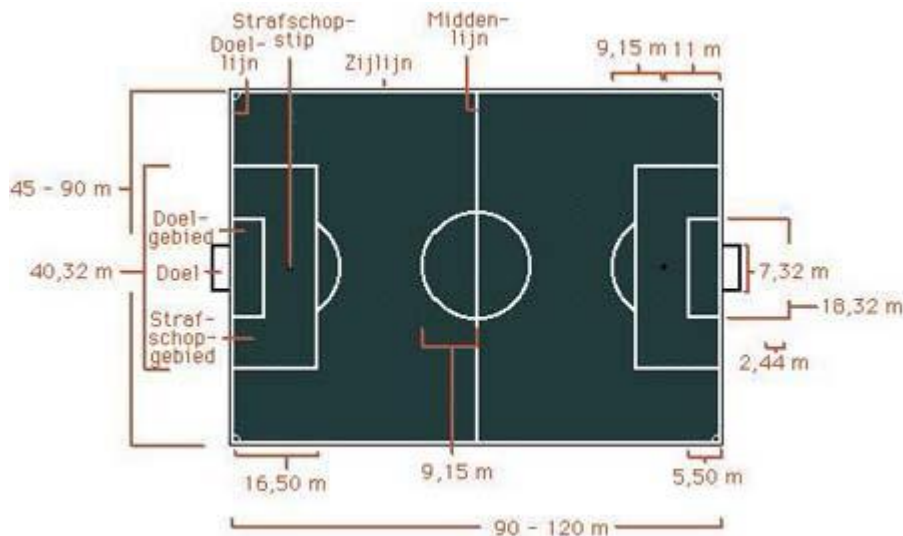
Een speler die in balbezit is, mag niet lopen met de bal. In de praktijk betekent dit dat je één voet van een de stilstaande speler gefixeerd is. De speler mag wel om deze voet draaien om de bal af te kunnen spelen (pivoteren). Zodra de bal is afgespeeld mag uiteraard weer worden gelopen. De regel is dat een speler zo snel als mogelijk met een voorwaartse actie moet stoppen, zodra hij de bal in handen krijgt.

Deze regel heeft tot gevolg dat veel van de acties (bijna per definitie) wel van de andere drie spelers in het aanvalsvak moeten komen. Een speler, die zojuist de bal heeft afgespeeld, zal direct weer in actie komen om zich vrij te lopen en aanspeelbaar te zijn. Korfbal is daardoor van nature een beweeglijk en explosief spel.

### **Oefenvragen**

1. Bij welke score wordt er van vak gewisseld?
  - A. 12 – 13
  - B. 7 – 9
  - C. 4 – 7
2. Wanneer fluit de scheidsrechter niet?
  - A. De verdediger staat op 30 centimeter van de aanvaller met de handen omhoog terwijl de aanvaller probeert te scoren
  - B. Een speler probeert in een voorwaartse beweging de bal te vangen, maar maakt daar per ongeluk een paar stappen bij.
  - C. Een verdediger wisselt tijdens het spel van een tegenstander van dezelfde sekse.
3. Korfbal speel je in een vak?
  - A. 3 tegen 3
  - B. 4 tegen 4
  - C. 5 tegen 5

### 3. Spelregels Voetbal



Tekening 1

Voetbal is één van de populairste sporten ter wereld, iedereen van jong tot oud kent wel iets van de voetbalregels, maar kent ook iedereen wel de basisregels van het voetbal?

Er zijn een paar belangrijke spelregels die zijn bepaald door de FIFA en deze voetbal spelregels zijn van toepassing bij elke vorm van competitie van het voetbal. We gaan een aantal belangrijkste regels van het voetbal en de afmeting van het speelveld verder verduidelijken.

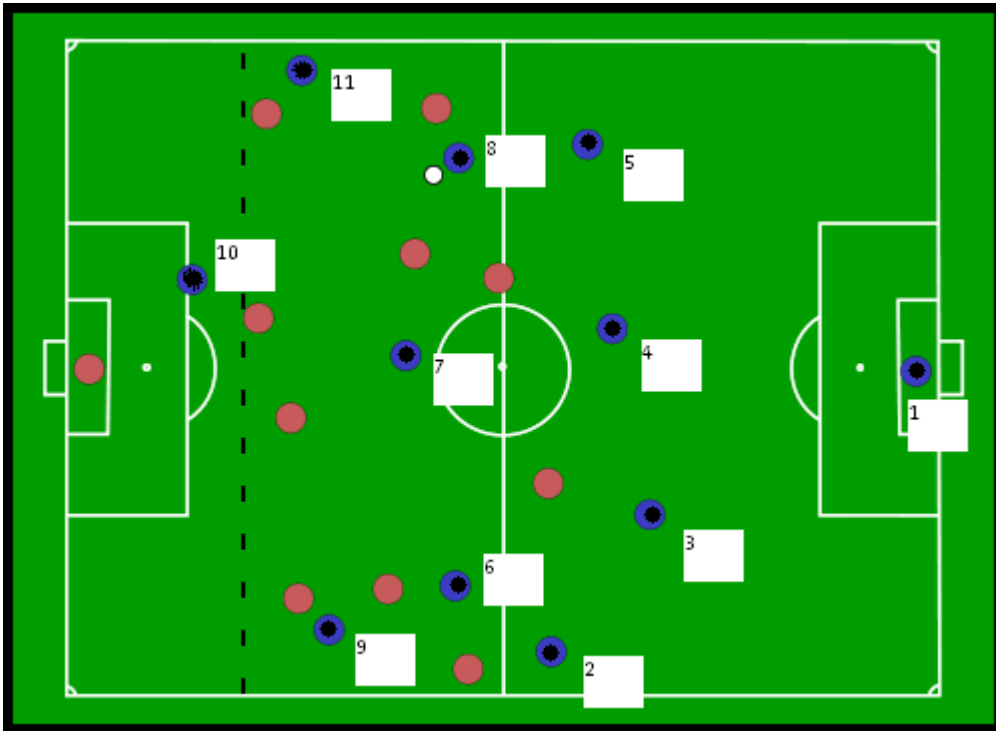
#### Basisregels en afmetingen voetbalveld

- Het spel wordt gespeeld met 11 tegen 11 spelers
- Beide teams mogen 3 keer wisselen
- De wedstrijd duurt 2 keer 45 minuten
- De lengte van het speelveld is minimaal 90 en maximaal 120 lang
- De breedte is minimaal 45 en maximaal 90 meter breed
- Bij internationale wedstrijden zijn de afmetingen lengte 100-110 breedte 64-75
- Het doel is 7m32 breed en 2m44 hoog
- De voetbal is minimaal 410 en maximaal 450 gram en heeft een omtrek van 68 tot 70 cm.
- Bij het scoren in het doel krijg je een score van 1 punt.
- Wie aan het eind van de wedstrijd de meeste punten heeft wint.
- Bij gelijke punten is er een gelijk spel.
- In competities is er sprake van het behalen van punten door wedstrijden te winnen of gelijk te spelen. Bij een overwinning ontvangt een ploeg 3 competitiepunten, bij een gelijk spel 1 punt.
- In competities wordt er in de regel tegen elke deelnemer 2 x gespeeld, 1 x thuis en 1 x bij de tegenstander (uit).



**Overige belangrijke spelregels en spel kenmerken van voetbal zijn:**

**Buitenspel** (zie tekening 2): Als een aanvallende speler voorbij de denkbeeldige breedtelijn is van de laatste verdediger op de speelhelft van de tegenstander staat deze speler buitenspel op het moment dat een medespeler de bal hier naartoe schiet (bal bij nr. 8 naar nr. 10). Deze regel voorkomt een oneerlijk voordeel in afstand naar de keeper en het balletje-afwachten waarbij een aanvaller dicht bij de keeper blijft staan als het spel verderop aan de gang is.



Tekening 2

**Penalty:** Als er een overtreding wordt gemaakt binnen het strafschopgebied ontvangt de gedupeerde een strafschop, ook wel penalty genoemd. Bij een penalty mag een speler naar keuze uit het elftal 1 tegen 1 tegen de keeper van de tegenpartij een schot op het doel doen vanaf de penalty stip. Deze penaltystip ligt op 11 meter afstand.

**Vrije trap:** Dit is een trap vanaf een plek buiten het strafschopsgebied als er een overtreding is gemaakt. Vrije trappen mogen geblokt worden op 9 meter afstand (rondom plek van de bal) en de andere spelers mogen tussen doel en keeper staan. Een vrij trap kan direct of indirect (als voorzet naar een andere speler) genomen worden. Een vrije trap in het strafschopgebied is per definitie een indirecte vrije trap, deze moet verplicht in tweeën genomen worden.

**Corner:** Een corner of hoekschop is een trap vanaf de hoek bij het vijandige doel. Een corner wordt verdiend als de bal via de tegenstander over de achterlijn bij de keeper van de tegenstander uit het veld gaat.

**Ingooi:** Is het gooien van de bal vanaf de zijlijn. De ingooi wordt toegekend aan het team wat niet als laatste de bal heeft geraakt als deze over de zijlijn uit het spel is gegaan. De bal moet met twee handen uit de nek gegooid worden.

**Gele kaart:** Bij een overtreding kan een scheidrechter, naast een vrije trap of penalty, een officiële waarschuwing geven door middel van een gele kaart. Een gele kaart heeft geen directe gevolgen, maar bij een tweede gele kaart in de wedstrijd krijg je de rode kaart.

**Rode kaart:** Bij een rode kaart moet een speler het veld verlaten en mag deze niet vervangen worden door een wisselspeler. De ploeg speelt vanaf dat moment met een speler minder. Bij een zware overtreding kan een scheidsrechter besluiten om direct een rode kaart te geven. Een rode kaart volgt ook altijd na een tweede gele kaart.

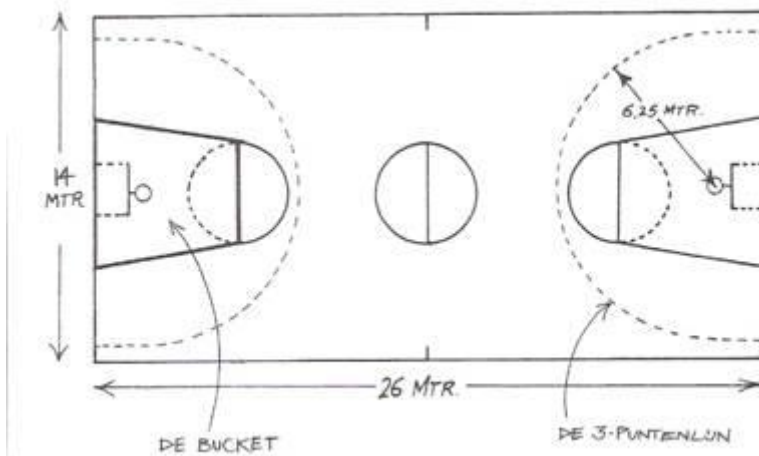
**Posities** (zie nummering tekening 2)

- 1) Doelverdediger
- 2) Linker vleugelverdediger
- 3) Laatste man
- 4) Voorstopper
- 5) Rechter vleugelverdediger
- 6) Linker middenvelder
- 7) Centrale middenvelder
- 8) Rechter middenvelder
- 9) Linker spits
- 10) Centrum spits
- 11) Rechter spits

**Oefenvragen:**

- 1) Open vraag: Wat is buitenspel en waarom is de buitenspelregel bedacht?
- 2) Hoe veel punten krijg je bij voetbal door een wedstrijd te winnen?
  - A) 1
  - B) 2
  - C) 3
  - D) 4
- 3) Waar/niet waar:
  - A) Voetbal speel je officieel 10 tegen 10.
  - B) Een wedstrijd duurt 2 x 45 minuten.
- 4) Waar/niet waar:
  - A) Een indirecte vrije trap kan worden toegekend bij een overtreding binnen het strafschopsgebied.
  - B) Bij een vrije trap mag er binnen 9 meter geen tegenstander staan.
- 5) Waar/niet waar:
  - A) De aanvaller waarop een overtreding begaan wordt met als resultaat een penalty, moet de penalty zelf nemen.
  - B) De penalty moet vanaf 10 meter genomen worden.
- 6) Waar/niet waar:
  - A) Bij het ontvangen van een gele kaart krijg je een officiële waarschuwing.
  - B) Bij het ontvangen van een tweede gele kaart krijg je daaropvolgend de rode kaart en wordt je verwijderd uit het veld en speelt je team met een speler minder.

## 4. Spelregels Basketbal



Het basketbalveld

### Het spel basketbal

Basketbal wordt gespeeld met twee ploegen van vijf spelers. De spelers proberen te scoren in de basket van de tegenstander. Bij een officiële wedstrijd moet een ploeg steeds binnen dertig seconden een doelpoging doen. Een doelpunt is twee punten waard. Een gelukke strafworp is één punt. Een doelpunt geldt voor drie punten als hij is geworpen van achter de 3-puntenlijn.

Op school wordt niet gespeeld met de dertig seconden regel, en ook tellen doelpunten nooit voor drie punten. Toch wel handig om te weten, als je bijvoorbeeld een wedstrijd op tv kijkt.

### Op school gelden de volgende regels:

1. Het spel begint met een sprongbal. Van elke ploeg staat een speler in de middencirkel en de scheidsrechter gooit de bal recht omhoog tussen hen in. De spelers proberen de bal naar een medespeler te tikken. De springers staan op hun eigen helft, de medespelers hoeven dit niet.
2. De speler mag altijd lopen met de bal, als hij de bal maar met één hand op de grond stuit. Dit heet dribbelen. Wanneer je stopt met dribbelen mag je nog twee passen maken met de bal in je handen. Maak je een extra pas dan is het een loopfout.
3. Als je stopt met dribbelen mag je niet weer gaan dribbelen, dit heet de second-dribble en dat is een fout. Ook als je tijdens het dribbelen de bal in twee handen vastpakt is dit een second-dribble.
4. Als je stilstaat met de bal in je handen (en je mag niet meer lopen omdat je al twee passen hebt gezet na het dribbelen) mag je ronddraaien op je achterste voet. Dit heet pivoteren. Als je je achterste voet optilt maak je een extra pas en is het een loopfout.
5. Wanneer je stilstaat met de bal in je handen en je springt in de lucht, is dit een loopfout en krijgt de andere partij de bal direct aan de zijlijn van waar de overtreding gemaakt is.
6. De lay-up is een techniek om vanuit de dribbel te scoren. Na de dribbel maak je twee passen met de bal in je handen en na de tweede pas spring je omhoog en probeer je te scoren. Op

deze manier kom je dichterbij de basket en vergroot je je scoringskans. Kom je weer neer met de bal nog in je handen, dan heb je een extra pas gemaakt en is het dus een loopfout.

7. De bal naar een medespeler gooien heet 'passen'(spreek uit 'pasen'). Dit mag rechtsreeks door de lucht of stuiteren via de grond.
8. Raak je opzettelijk een tegenstander aan door te duwen of op de arm te slaan dan is dat een persoonlijke fout en is de bal voor de tegenpartij. Behalve bij een fout tijdens een doelpoging (zie punt 10), krijgt de aanvallende partij waar een overtreding op gemaakt is een vrije bal, direct aan de zijlijn van waar de overtreding gemaakt is.
9. De bal is uit als hij buiten het speelveld komt. De lijn hoort niet bij het speelveld, een bal die de lijn raakt is dus ook uit. De bal is ook uit als de speler die hem vast heeft buiten de lijnen stapt of de lijn aanraakt.
10. Als een speler een doelpoging doet en een verdediger maakt tegen hem een persoonlijke fout dan krijgt de aanvaller:
  - A. twee vrije worpen als er niet gescoord is wordt.
  - B. één vrije worp als de doelpoging wel gelukt is.
11. De winnaar is de ploeg die aan het einde van de speeltijd de meeste punten heeft behaald.
12. Het basketbalveld is 26x14 meter, en de basket hangt op ongeveer drie meter hoogte.

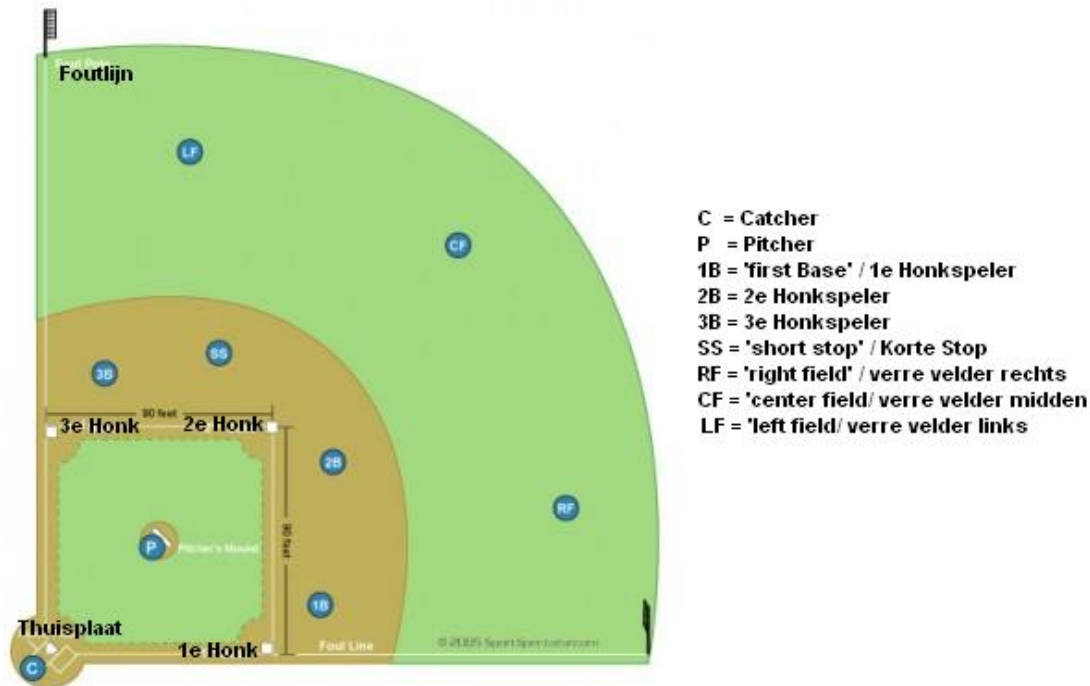


**Voorbeeldvragen:**

**Posities in het veld.**

1. **De Lay up is een :**
  - a. Draai op je achterste voet om zo ruimte te creëren zonder te lopen.
  - b. Manier om de wedstrijd te beginnen.
  - c. Manier om dichterbij de basket te komen en je scoringskans te vergroten.
  - d. Dribbelen, stoppen en weer verder dribbelen.
2. **De bal is uit wanneer:**
  - a. De speler met zijn voet de zijlijn aanraakt.
  - b. De bal over de zijlijn op de grond stuit.
  - c. De speler buiten het veld staat en de bal vangt.
  - d. Alle antwoorden zijn juist
3. **Bij basketbal kan een score tellen voor:**
  - a. 1 punt
  - b. 1 punt, 2 punten
  - c. 2 punten
  - d. 1 punt, 2 punten, 3 punten

## 5. Spelregels Softbal



Het softbalveld en de veldopstelling

### Het Spel Softbal

Softbal lijkt erg op honkbal, alleen is de bal wat groter en zijn de afstanden tussen de honken wat kleiner. Meestal wordt honkbal door mannen en softbal door vrouwen gespeeld. Op school spelen we softbal.

Softbal wordt gespeeld in twee ploegen van negen spelers. Er is een slagpartij en een veldpartij. Op het veld liggen vier honken in een vierkant. In het midden van het vierkant ligt de werpplaat, waar de werper (pitcher) staat. De slagman staat bij de thuisplaat (één van de vier honken). Achter de slagman staat de catcher (de achtervanger), die de bal probeert te vangen als hij is misgeslagen of bij een wijdbal. De pitcher en de catcher horen bij de veldpartij.

De pitcher gooit onderhands de bal en de slagman probeert de bal het veld in te slaan, waarna de slagman vervolgens via honk 1, 2 en 3 terug naar de thuisplaat probeert te lopen. Een speler die een heel rondje heeft gelopen (heeft hij ook zelf geslagen dan heet dat een homerun), haalt een punt.

De bedoeling is dat de veldpartij probeert de lopende spelers 'uit' te maken. Bij drie 'uit' wisselen de ploegen, de veldpartij wordt slagpartij en andersom. Een wedstrijd bestaat uit zeven slagbeurten, waarin beide partijen hebben mogen slaan (dit heten innings, tot drie uit).

**De regels van softbal zijn:**

1. De werper moet voordat hij begint met gooien met twee voeten op de werpplaat staan waarna hij de bal onderhands op moet gooien.
2. Een slag is een bal die goed door de slag zone is geworpen, dat wil zeggen: een bal die over de slagplaat en tussen knie- en schouderhoogte van de (rechttop staande) slagman gaat.
3. Een wijd is een geworpen bal dat geen slag is.
4. Als de werper de bal door de slag zone werpt, en de bal wordt misgeslagen of niet geslagen, dan telt deze bal als slag. Gooit de werper een wijd, maar maakt de slagman een slagbeweging dan telt de bal ook als slag.
5. Bij drie slag zijn er drie mogelijkheden
  - a. De catcher vangt de bal, de slagman is uit.
  - b. De catcher vangt de bal niet, en het 1<sup>e</sup> honk is vrij. De slagman mag naar het eerste honk rennen en de veldpartij probeert hem uit te branden.
  - c. De catcher vangt de bal niet, en het 1<sup>e</sup> honk is bezet. De slagman is uit.
6. Als tijdens de slagbeurt van een slagman de werper vier keer wijd heeft geworpen mag de slagman op het eerste honk gaan staan. Lopers op de volgende honken die daardoor gedwongen worden op te schuiven mogen vrij naar het volgende honk lopen.
7. Een bal is goed geslagen als hij in het binnenveld (tussen de honken) of het buitenveld landt, en dus niet buiten de zijlijnen.
8. Een bal is fout geslagen (een foutslag) als hij in het foutegebied landt. Dit is buiten de foute lijnen die vanaf de thuisplaat over het eerste honk loopt, en vanaf de thuisplaat over het derde honk loopt.
9. Een foutslag telt mee als slag, behalve als het de derde slag van de slagman is, dan blijft het twee slag en mag de slagman het nog eens proberen.
10. De slagman is uit als:
  - a. de geslagen bal zonder te stuiten door de andere ploeg gevangen wordt(vangbal).
  - b. hij bij zijn derde slag mislaat en de catcher vangt de bal.
  - c. Hij bij zijn derde slag mislaat, de catcher vangt de bal niet, maar het 1<sup>e</sup> honk is bezet.
  - d. de veldpartij de slagman uitbrandt of uittikt.
11. Voor het honklopen geldt het volgende:
  - a. Wanneer de slagman goed geslagen heeft, of voor de derde keer heeft misgeslagen, waarna de catcher de bal niet vangt, wordt hij honkloper.
  - b. De honken moeten in de juiste volgorde worden aangeraakt(aanraken met de voet is voldoende).
  - c. Een honkloper mag geen andere honkloper inhalen.
  - d. Er mag maar één honkloper op een honk staan.

12. Een gedwongen loop is een spelsituatie waarbij een looper weg moet lopen van een honk omdat er een andere looper aankomt. Dit kan gebeuren als de slagman een goede slag slaat en moet gaan lopen en er staat een looper op honk 1, of op honk 1 én 2, of als honk 1,2 en 3 bezet zijn. De veldpartij mag de looper uittikken en uitbranden
13. Op eigen risico lopen betekent dat de speler kan kiezen tussen blijven staan en naar het volgende honk lopen. De veldpartij moet de looper dan uittikken.
14. Een honkloper krijgt een vrije loop als hij wordt gehinderd door een veldspeler.
15. Een honkloper is uit als:
  - a. Hij tussen twee honken getikt wordt. De veldspeler moet tikken met de bal of met de hand waarmee hij de bal vasthoudt. Als hij de bal bij het tikken laat vallen is de looper niet uit.
  - b. Een veldspeler de looper uitbrandt bij een gedwongen loop. De veldspeler moet met de bal in de hand het honk aanraken voordat de looper het honk bereikt.
  - c. De looper meer dan twee meter uitwijkt van de rechte lijn tussen twee honken.
  - d. De looper een veldspeler hindert bij het vangen of werpen van een bal.
  - e. De looper van zijn honk wegloopt voordat de werper de bal heeft opgeworpen.
16. Bij een vangbal is de slagman uit en moeten de lopers die al zijn vertrokken terug naar het honk waar ze stonden (mogen dan wel weer verder lopen). Deze lopers mogen dan op dit honk ook uitgebrand worden. Was een looper nog niet vertrokken dan mag hij gaan lopen wanneer de bal wordt gevangen.

### **Oefenvragen**

1. Wat betekent 'slag'?
  - A. Een geworpen bal die over de slagplaat gaat.
  - B. Een geworpen bal die tussen knie – en schouderhoogte van de rechtop staande slagman gaat.
  - C. Een geworpen bal die over de plaat gaat en tussen knie – en schouderhoogte van de rechtop staande slagman doorgaat.
  - D. geen van de boven genoemde antwoorden is waar.
2. Honk 1 en honk 2 zijn bezet. De slagman slaat de bal over de grond richting honk 3. Hoe moet de 3<sup>e</sup> honkman de looper naar honk 3 uitmaken?
  - A. Hij moet hem uitbranden
  - B. Hij moet hem uittikken
  - C. Het mag allebei.
3. Hoe heet de speler die achter het thuishonk zit om de bal te vangen.
  - A. Pitcher
  - B. Brander
  - C. Catcher
  - D. Korte stop

**Antwoorden oefenvragen:**

Hockey

1. B
2. D
3. III, I, II, IV

Korfbal

1. B
2. A
3. B

Voetbal

1. Zie pagina 9
2. C
3. Niet waar / waar
4. Waar / waar
5. Niet waar / niet waar
6. Waar / waar

Basketbal

1. C
2. D
3. D

Softbal

1. C
2. C
3. C