

Hockey

Basic

Rules

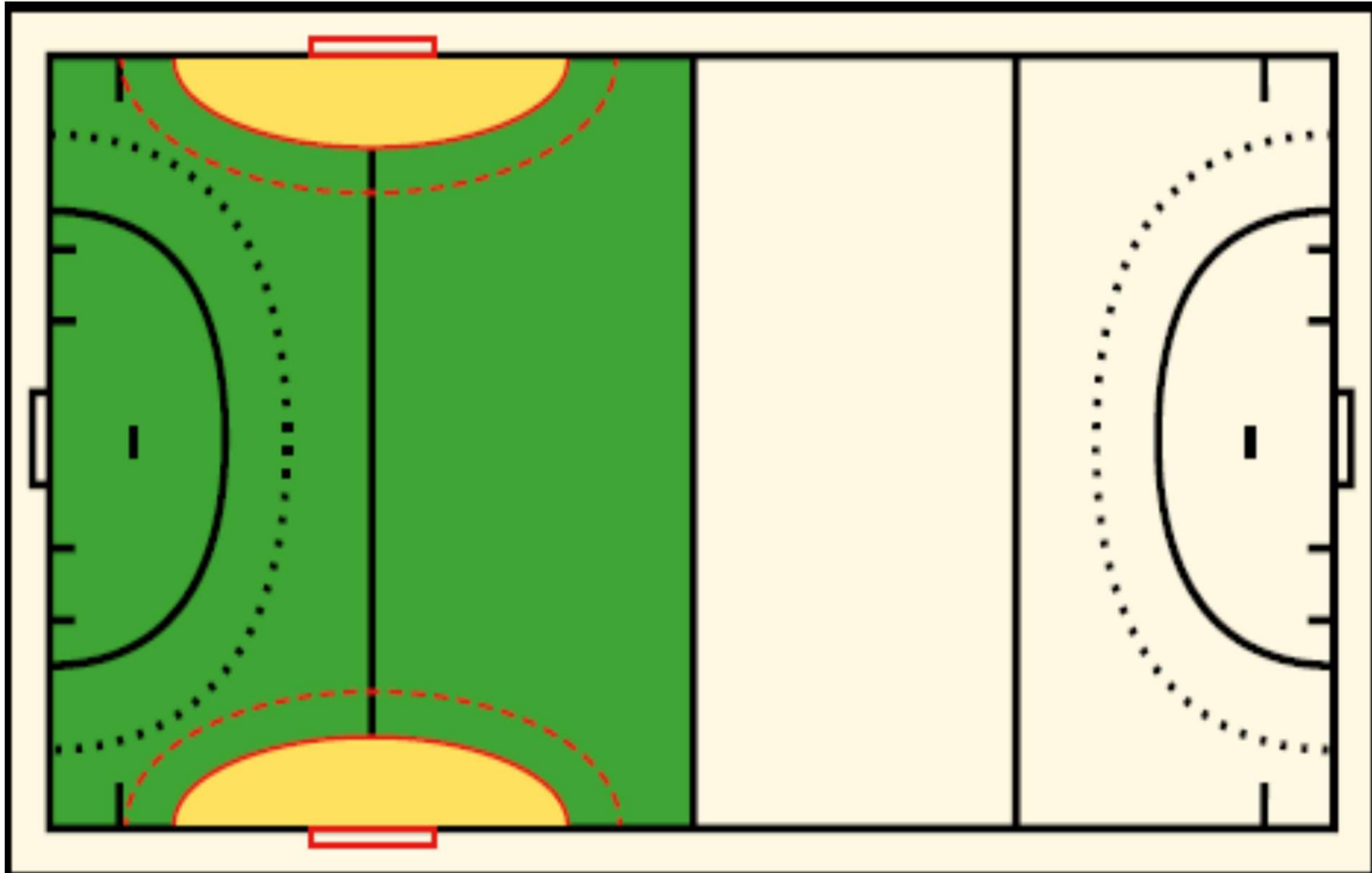


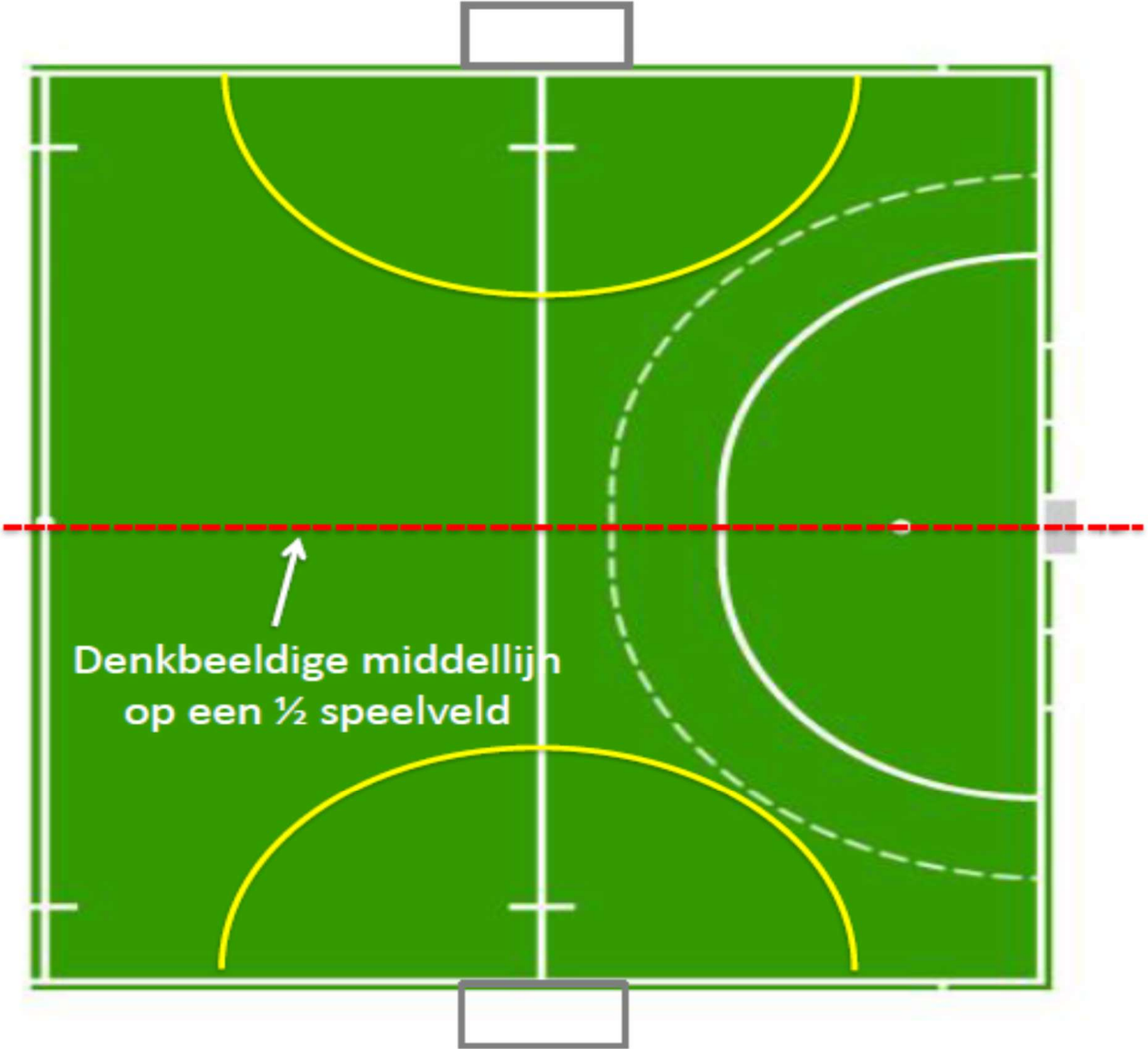


Soorten wedstrijden

- **U7 – U8** **2 x 20'** **1/8 veld** **3 spelers**
- **U9** **2 x 25'** **1/4 veld** **6 spelers**
- **U10 tem U12** **2 x 25'** **1/2 veld** **8 spelers**
- **U14** **2 x 30'** **11 spelers**
- **U16 tem U19** **2 x 35'** **11 spelers**
- **DAMES** **2 x 35'** **11 spelers**
- **HEREN** **4 x 17'30 of 2 x 35'** **11 spelers**
- **LADIES** **2 x 35'** **11 spelers**
- **GENTS** **2 x 30'** **1/2 veld** **7 spelers**

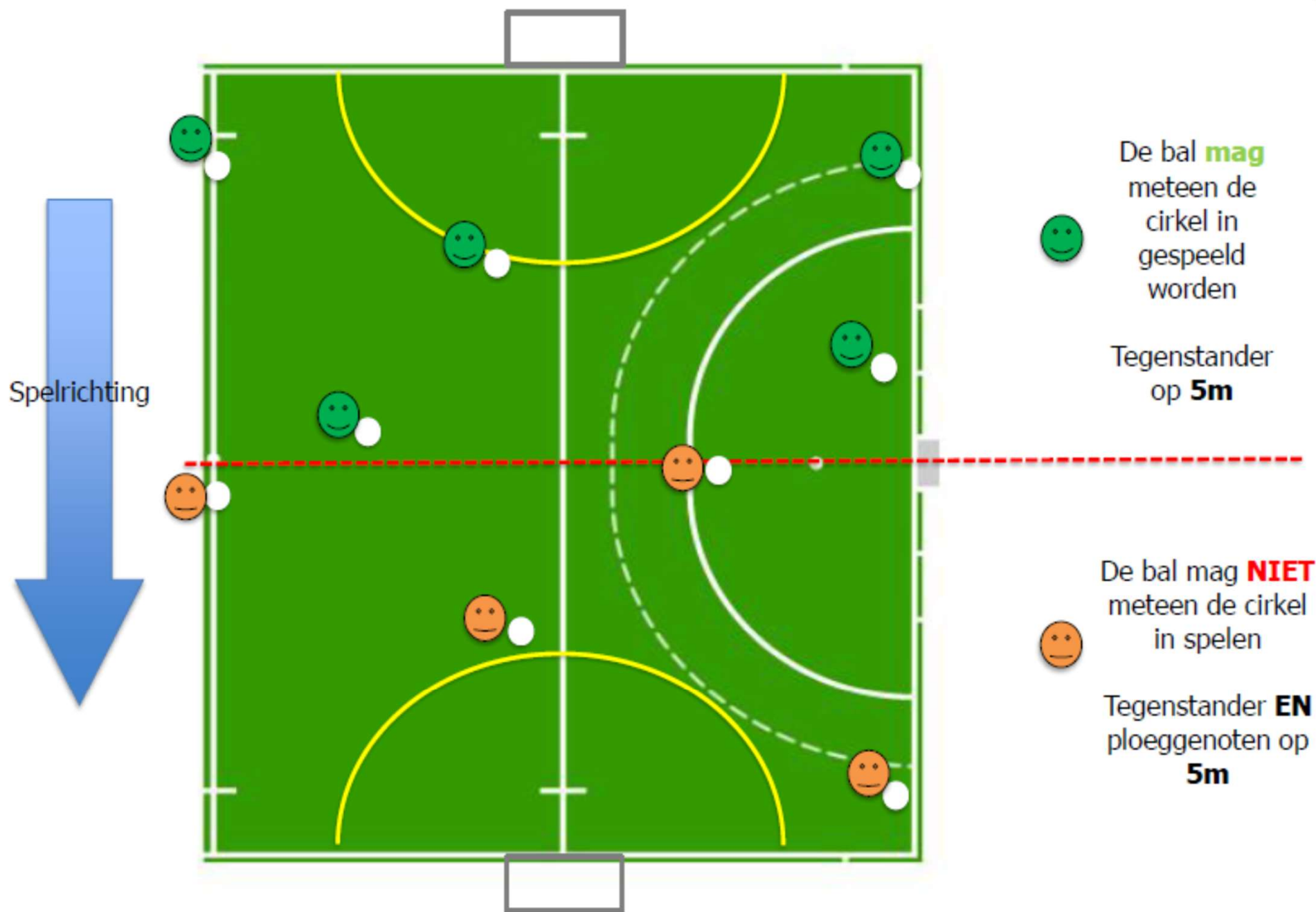
Vanaf de U10 tot U12 is het veld de helft van een normaal hockeyveld met cirkels van “normale afmeting”, met de zijlijnen als doellijnen.



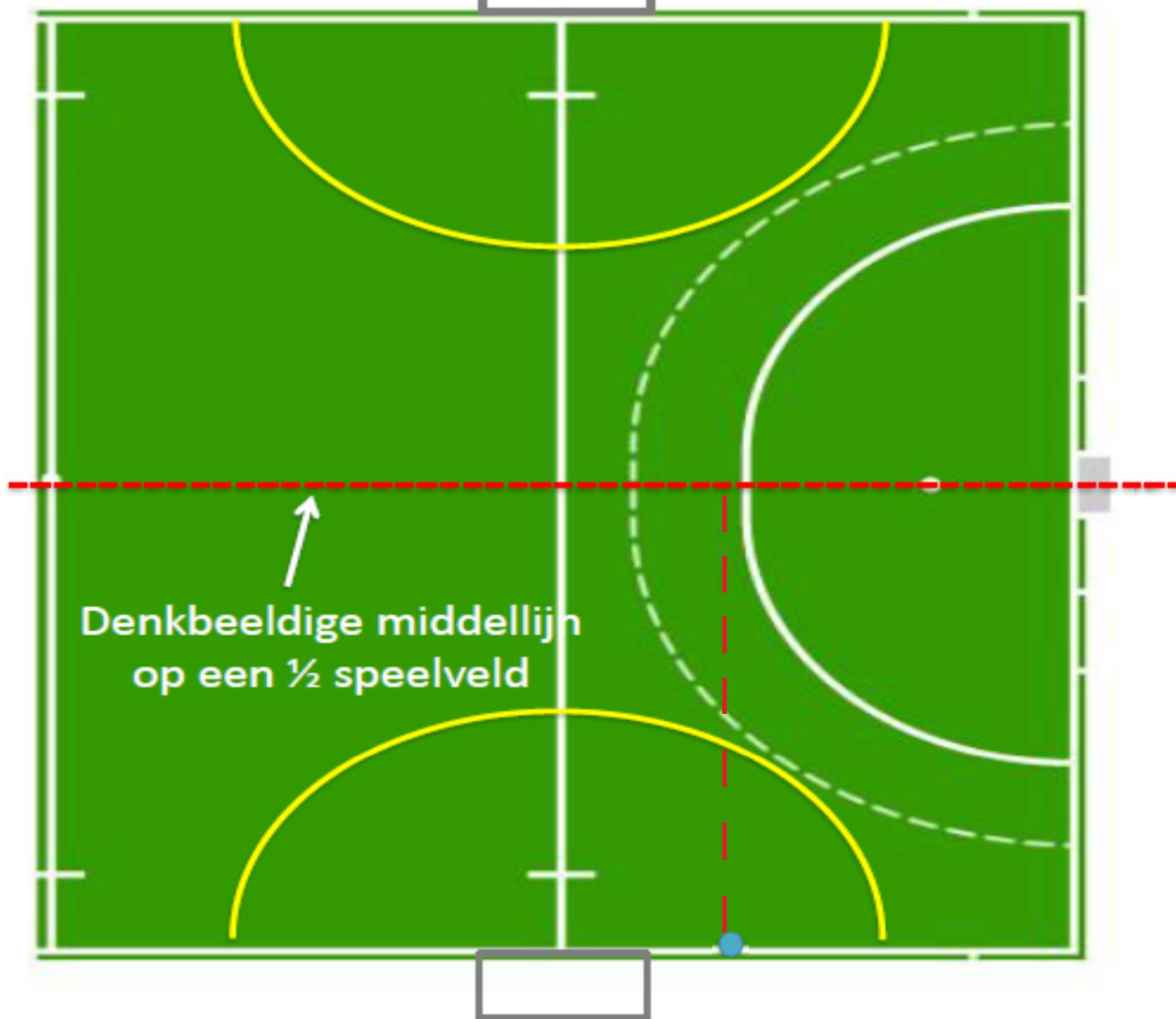


Denkbeeldige middellijn
op een ½ speelveld

Vrije slag



Lange Corner



Denkbeeldige middellijn
op een ½ speelveld

Keeper of vliegende keeper ?



Volledig uitgeruste keeper



Speler die fungeert als..



① FOUTEN



① FOUTEN



- *KICK*



① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*



① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*
- *OBSTRUCTIE*



① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*
- *OBSTRUCTIE*
 - *Direct*



① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*
- *OBSTRUCTIE*
 - *Direct*
 - *Indirect*

① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*
- *OBSTRUCTIE*
 - *Direct*
 - *Indirect*
- *GEVAARLIJK SPEL*

① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*
- *OBSTRUCTIE*
 - *Direct*
 - *Indirect*
- *GEVAARLIJK SPEL*
 - *Illegaal contact*

① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*
- *OBSTRUCTIE*
 - *Direct*
 - *Indirect*
- *GEVAARLIJK SPEL*
 - *Illegaal contact*
 - *Hoge bal*

① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*
- *OBSTRUCTIE*
 - *Direct*
 - *Indirect*
- *GEVAARLIJK SPEL*
 - *Illegaal contact*
 - *Hoge bal*
 - *Uitlokken*



① FOUTEN

- *KICK*
- *BACKSTICK*
- *OBSTRUCTIE*
 - *Direct*
 - *Indirect*
- *GEVAARLIJK SPEL*
 - *Illegaal contact*
 - *Hoge bal*
 - *Uitlokken*
 - *Sticks*

- **KICK:** Veldspelers mogen de bal niet stoppen, schoppen, slaan, oppakken, met zich meedragen, gooien of voortbewegen met welk deel van het lichaam dan ook (vrijwillig !!).



Let wel: Er is geen sprake van een overtreding wanneer de bal de hand raakt die de stick vasthoudt als hij anders de stick geraakt zou hebben.



- ***BACKSTICK***: Spelers mogen de bal noch met de achterkant van de stick (de bolle kant) spelen noch hard met de zijkant van de stick slaan bij een forehand slag.



Let wel: Het gebruik van de zijkant van de stick bij een backhand slag is toegestaan mits dit niet leidt tot gevaarlijk spel.





- *OBSTRUCTION:*

Spelers mogen een tegenstander die probeert de bal te spelen, niet blokkeren of het pad naar de bal versperren (direct afhouden) noch met de stick, noch met enig ander deel van het lichaam.... (ook bij indirect afhouden, screening of shadow obstruction)

DIRECTE OBSTRUCTIE



Kan en wil de tegenstander de bal (af)nemen ?



De speler mag niet vrijwillig met het lichaam de tegenstander verhinderen de bal te spelen.



OBSTRUCTIE DOOR SCREENING

Speler verhindert de tegenstander de bal te spelen
maar geeft wel de kans aan medespeler



OBSTRUCTIE AL LOPEND

De tegenstander kan de bal niet spelen...

Stick in één hand, bal achter het lichaam.
(nog geen sprake van obstructie) ...



NU is er WEL een obstructie, omdat de tegenstander de bal probeert te spelen...



- **GEVAARLIJK SPEL:** Spelers die in het veld zijn mogen noch de bal spelen noch hun stick of lichaam gebruiken op een gevaarlijke, bedreigende of intimiderende manier.

A) spelers niet hinderen of hun spel belemmeren door hun stick of kleding vast te pakken of aan te raken.



B) niet opzettelijk met een slag de bal van de grond omhoog spelen (behalve bij een schot op doel als er GEEN gevaarlijk spel is uiteraard)



... of de bal boven kniehoogte spelen van een nabije speler



C) Bal niet 'liggend' spelen. Speler brengt zichzelf in gevaar en leidt enkel tot gevaarlijk spel.



D) stick niet opzettelijk over het hoofd van andere spelers heen tillen



② 5 METER regel

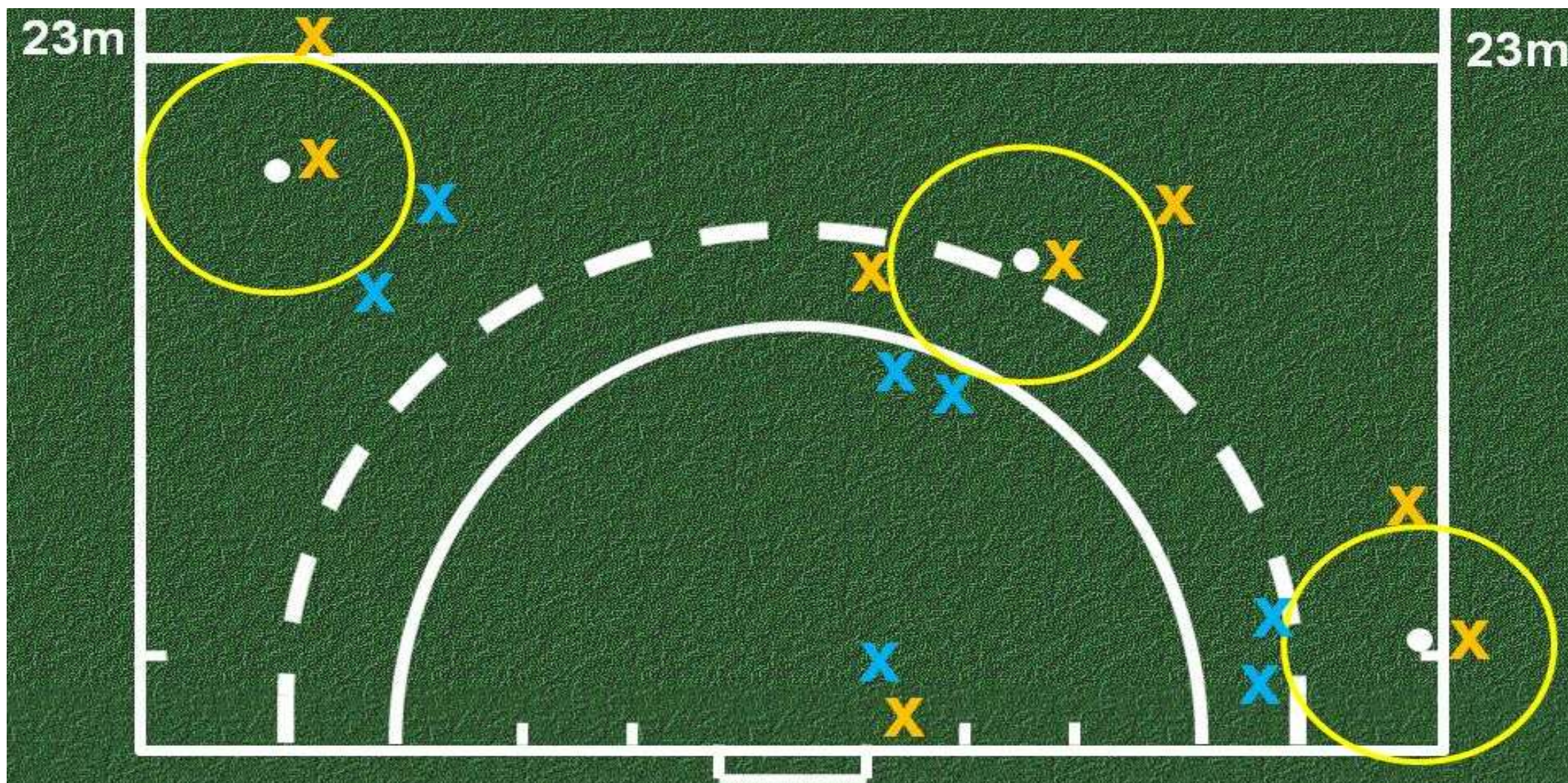


1 2 3 en 4 : tegenstander op 5 meter en bal mag elke richting uit

5 en 6 : iedereen op 5 meter en bal mag elke richting uit



Als de vrije slag wordt gefloten in het voordeel van de aanval en dit binnen het aanvallende gebied moet iedereen (met uitzondering van de persoon die de bal geeft uiteraard) op minstens 5 meter van de bal staan. MEDESPELERS en TEGENSTANDERS



Een vrije slag voor de aanvallende partij binnen 5 meter van de cirkel, moet op de plek van de overtreding worden genomen, en niet meer op minimaal 5 meter van de cirkel (stippellijn).





③ 5 METER regel bij lange afstandsbal door de lucht

De speler die bij een lange afstandspass door de lucht **NIET** het eerst de kans krijgt om de bal te spelen, moet (wanneer de bal door een andere speler als eerste gecontroleerd wordt) deze laatste de mogelijkheid bieden om de bal verder te spelen en moet hij dus ook dan op 5 meter afstand blijven.

Zijn beide spelers op hetzelfde ogenblik bij de bal dan moet **gevaarlijk spel gefloten worden tegen het team die de bal door de lucht heeft gespeeld** op de plaats waar de bal gevaarlijk werd (dus op de plaats waar beide spelers stonden toen ze die bal wilden spelen)



④ SANCTIES

- *AANVALLENDE VRIJE SLAG (zie eerder)*



④ SANCTIES

- *AANVALLENDE VRIJE SLAG (zie eerder)*
- *VERDEDIGENDE VRIJE SLAG*



④ SANCTIES

- *AANVALLENDE VRIJE SLAG (zie eerder)*
- *VERDEDIGENDE VRIJE SLAG*
- *LANGE CORNER*



④ SANCTIES

- *AANVALLENDE VRIJE SLAG (zie eerder)*
- *VERDEDIGENDE VRIJE SLAG*
- *LANGE CORNER*
- *PENALTY CORNER/PC*

④ SANCTIES

- *AANVALLENDE VRIJE SLAG (zie eerder)*
- *VERDEDIGENDE VRIJE SLAG*
- *LANGE CORNER*
- *PENALTY CORNER/PC*
- *STRAFBAL/STROKE*

④ SANCTIES

- *AANVALLENDE VRIJE SLAG (zie eerder)*
- *VERDEDIGENDE VRIJE SLAG*
- *LANGE CORNER*
- *PENALTY CORNER/PC*
- *STRAFBAL/STROKE*
- *BULLY*

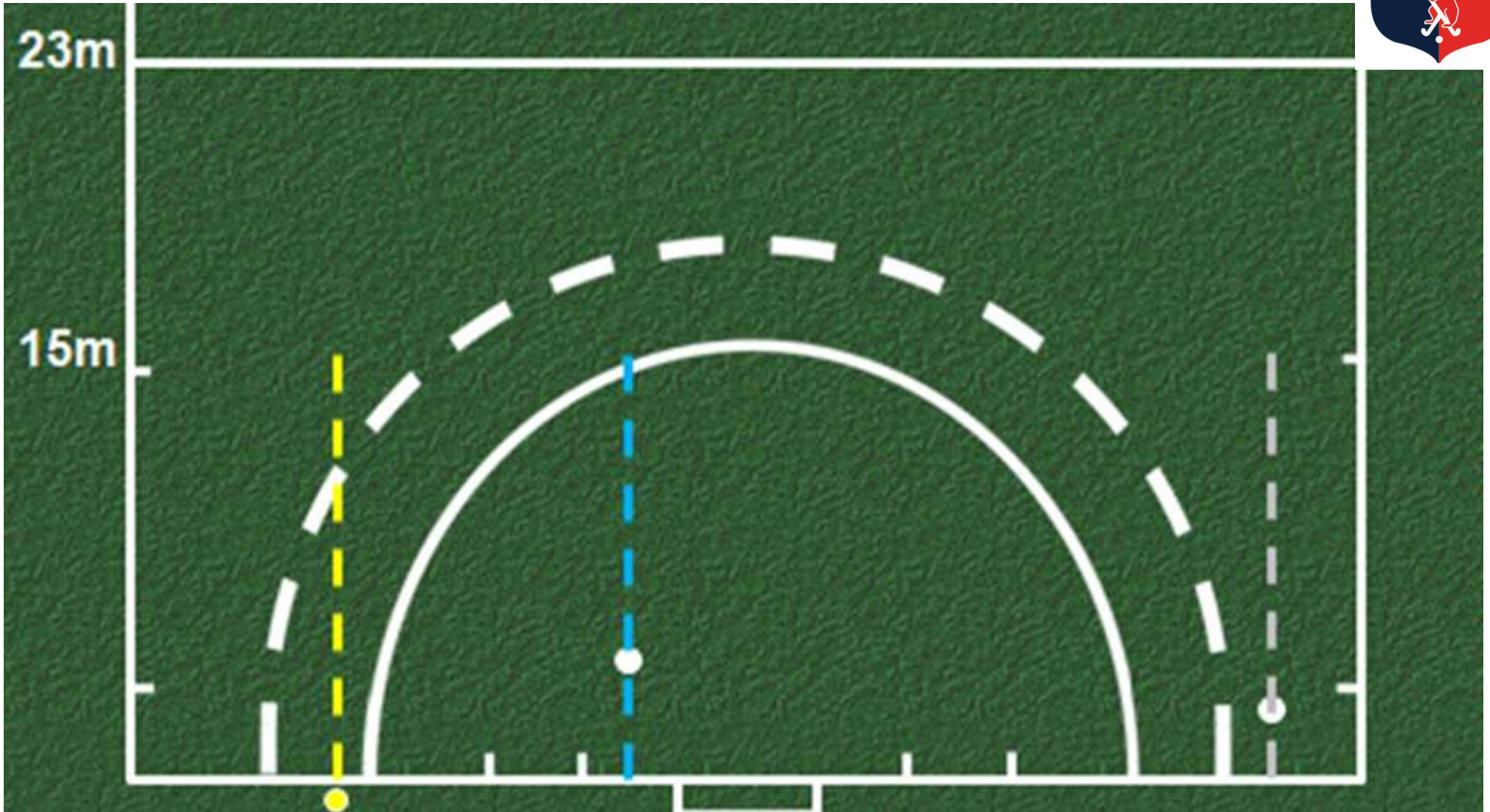
④ SANCTIES

- *AANVALLENDE VRIJE SLAG (zie eerder)*
- *VERDEDIGENDE VRIJE SLAG*
- *LANGE CORNER*
- *PENALTY CORNER/PC*
- *STRAFBAL/STROKE*
- *BULLY*
- *PERSOONLIJKE STRAFFEN/KAARTEN*



VERDEDIGENDE VRIJE SLAG (Uitslaan)

- Een vrije slag toegekend aan de verdediging binnen de cirkel mag van overal in de cirkel gegeven worden OF op een punt tot ten hoogste 15 meter van de achterlijn, recht tegenover de plaats van de overtreding en evenwijdig aan de zijlijn als men dit verkiest.
- Die laatste optie geldt ook voor een vrije slag toegekend aan de verdediging buiten de cirkel maar dan op minder dan 15 meter van de achterlijn

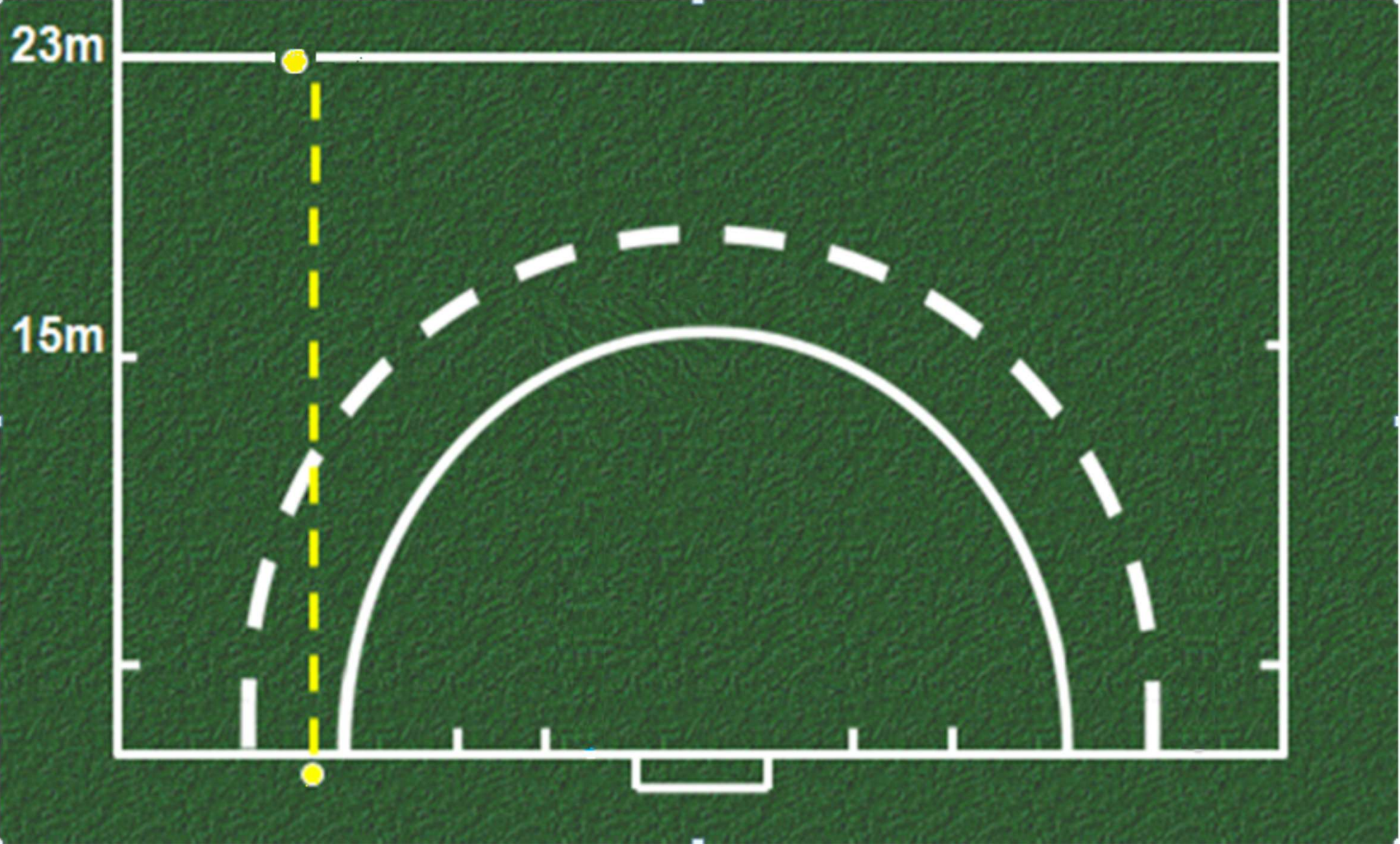


Er is dus bijna geen verschil meer bij het in het spel brengen van de bal, na het toekennen van een vrije slag voor de verdediging of nadat de bal over de achterlijn is gegaan.



LANGE CORNER

- Een lange corner wordt toegekend aan de aanvallende ploeg wanneer een verdediger de bal onopzettelijk over de achterlijn speelt of die als laatste aanraakt voor de bal die lijn overschrijdt.
- De bal wordt niet meer vanop de zijlijn gegeven (5 meter van de achterlijn) maar wordt gegeven vanop de 23 lijn op het punt dat loodrecht staat met het punt waar de bal is buiten gegaan.



STRAFCORNER/PC



- ✓ Bij een overtreding van een verdediger in zijn cirkel, waarbij het maken van een doelpunt niet wordt voorkomen.
- ✓ Bij een opzettelijke overtreding van een verdediger in zijn cirkel tegen een tegenstander die geen balbezit heeft, noch een mogelijkheid heeft de bal te spelen.
- ✓ Bij een opzettelijke overtreding van een verdediger buiten zijn cirkel, maar binnen zijn 23-metergebied.
- ✓ Voor het opzettelijk over de achterlijn spelen van de bal door een verdediger.



- ✓ Wanneer de bal in de cirkel komt vast te zitten in de kleding uitrusting van een keeper of verdediger.

Keepers en veldspelers met de rechten van een keeper mogen de bal van hun stick, hun beschermende uitrusting of enig deel van hun lichaam in iedere gewenste richting laten afkaatsen, ook over de achterlijn.

Verdere bepalingen:

Een doelpunt is pas geldig als het 'eerste' **shot** op doel de lijn overschrijdt ter hoogte van de plank en deze ook raakt.

Pas als de bal volledig over de doellijn is geweest kan het doelpunt worden goedgekeurd.

NB: PC op het eind van elke speelhelft !!!

AANGEVEN



Minimum één voet achter de doellijn

Dus, allebei mag ook.



Maar nooit op de lijn!



UITLOPEN



Goed maar een beetje te traag 😊



Iets te vroeg uitgelopen, en dus moet die speler achter de middellijn plaats nemen (zonder vervangen te worden)



CONTROLLEREN/STOPPEN

De bal niet stoppen IN ...



Maar, BUITEN de cirkel



AFWERKEN

Het moet ZONDER GEVAAR



Hier is de bal GEVAARLIJK,
uitslaan voor de verdediging



TEGENHOUDEN

Het is de verdediger TOEGELATEN om op PC de bal met de stick tegen te houden of die te doen afwijken ook al is die boven schouderhoogte maar zonder dat er sprake is van gevaarlijk spel. Het is VERBODEN om de bal weg te slaan (→ Stroke)





STRAFBAL/STROKE

- ✓ Voor een overtreding van een verdediger in zijn cirkel, waardoor het waarschijnlijk maken van een doelpunt wordt voorkomen
- ✓ Voor een opzettelijke overtreding van een verdediger in zijn cirkel tegen een tegenstander die in balbezit is of een mogelijkheid heeft om de bal te spelen
- ✓ ~~Bij voortdurend te vroeg uitlopen van de verdedigers bij het nemen van penalty corner (PC)s.~~
→ Kaart voor de kapitein

De scheidsrechter fluit en toont 'Stroke'.

De tijd wordt stilgezet tot na de fase van de stroke (doelpunt of uitslaan).

Wissels zijn toegestaan voor alle spelers, verdedigers of aanvallers, die niet geschorst zijn (kaart) op het ogenblik dat de stroke wordt toegekend.



NEMEN vd STROKE

Tot aan het fluitsignaal, moet de 'gever' zich achter de bal bevinden, op speelafstand ervan. Niet slaan en geen « drag »

De scheids fluit, de speler geeft hem. GOEDE positionering



De scheids fluit, de speler geeft hem. SLECHTE positionering



BULLY


Hetzij door een externe factor tijdens een spel fase: kapotte bal, paraplu of hond op het veld...



Hetzij door een incident gedurende een spel fase: gewonde speler die dringend verzorging nodig heeft, vechtpartij...



KAARTEN

 :tijdelijke uitsluiting van 2'
(bij wedstrijden op kleiner veld
enkel verwittiging)

 : tijdelijke **UITSLUITING** van
minimum 5'



KAARTEN



: DEFINITIEVE UITSLUITING

De speler moet onmiddellijk het veld verlaten en MOET naar de kleedkamer



⑤ BLESSURE(S)

Een bloedende speler MOET het veld verlaten en mag pas terug het veld op als die behandeld is en de wonde(n) bedekt is (zijn), na goedkeuring van de scheidsrechter(s)



De geblesseerde speler die met behulp van een derde het veld afgaat MOET er 2' uit en mag vervangen worden



⑥ SIGNALISATIE

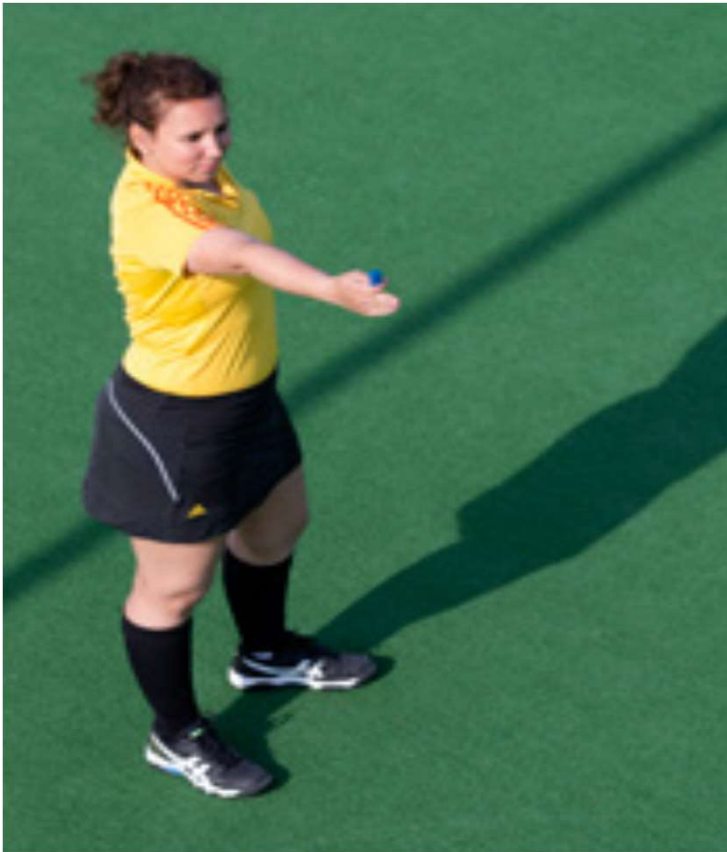


Het starten en stilleggen van een wedstrijd gebeurt telkens op fluitsignaal. Bij aanvang van de match vraag je bevestiging aan de collega of ie klaar is en op het fluitsignaal gestart mag worden door een arm de lucht in te houden. Moet de tijd worden stilgelegd dan fluit je en maak je dit duidelijk door beide armen gekruist boven het hoofd te houden.



Met een
horizontaal
gestrekte
arm de
richting
aangeven als
de bal over
de zijlijn is of
bij toekennen
vrije slag





Een arm schuin omhoog steken in de speelrichting van de partij die voordeel krijgt.

“Spelen!” of “Play” roepen



Met de rug naar de achterlijn gekeerd beide armen zijwaarts uitstrekken bij uitverdedigen nadat de bal over de achterlijn gaat.



Bij het toekennen van een lange corner wijzen in de richting van de hoek(vlag) die het dichtst is bij het punt waar de bal over de achterlijn ging en in eenzelfde beweging met diezelfde arm aanduiden waar de bal genomen moet worden



Het been even optillen en met de hand de voet wijzen of raken als er sprake is van 'kick' (shoot NL)



Wrijf of beweeg de handpalm van de ene hand over de bovenkant van de andere hand/arm (horizontaal of verticaal) bij het fluiten voor backstick



Maak met je ene arm de beweging van een stick die op een andere slaat bij 'stickslag'



Bij Obstructie/Afhouden kruis je beide armen voor het lichaam. Is dit *indirect* dan hou je die zelfde gekruiste houding maar beweeg je beide armen op en neer.



Ook met de stick kan je iemand verhinderen de bal te spelen? Bij stick obstructie/afhouden strek je een arm voor je uit en ga je de andere arm er over brengen met de vingers wijzend naar beneden.



Bij gevaarlijk spel breng je één arm voor de borst met je hand op schouder hoogte



Afstand nemen/houden: open hand met gestrekte en gespreide vingers (+ roep “3 meter”).



Bully: Beweeg de handen afwisselend op en neer voor het lichaam, met de handpalmen naar elkaar toe.



Bij wangedrag en/of agressief gedrag het spel stopzetten en een kalmerend gebaar maken door beide handen langzaam op en neer te bewegen voor het lichaam, met de handpalmen naar beneden gericht.



Gevaarlijk met stick zwaaien:

Arm in een hoek van 90° naast het lichaam omhoog steken en een circulerende beweging maken met de hand.



Een *doelpunt* geef je aan door te fluiten, en beide armen naast elkaar te strekken, waarbij je naar de middenstip wijst



Een *PC of strafcorner* geef je aan door te fluiten, en beide armen naast elkaar te strekken, waarbij je naar het doel wijst



Een *Stroke of strafbal* geef je aan door te fluiten, en met één arm naar het stroke punt te wijzen en met de andere recht omhoog te wijzen (ca. 90°).

8 x 8
U10-U12

Aantal spelers



Min 6, Max 8 per team
op het veld

Speeltijd



2 x 25' + 5' rusttijd

Coach



Buiten het veld
1 time out per coach

Scheidsrechter



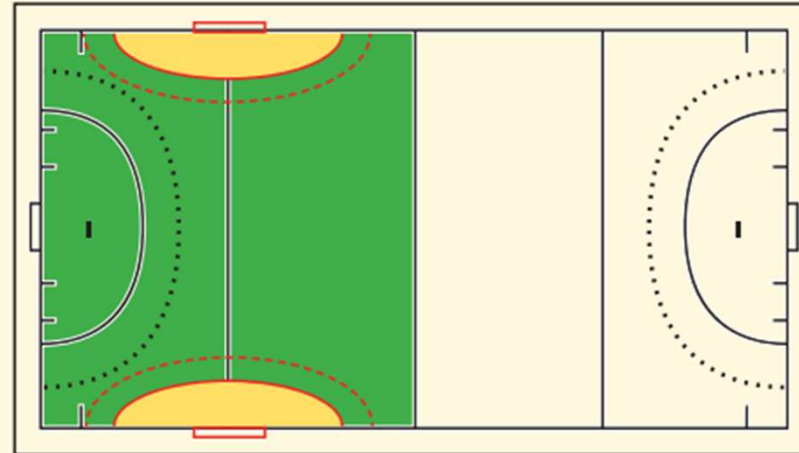
2

Keeper



Keeper verplicht

Terrein



1/2 veld

Fairplay



Handen schudden na
de wedstrijd

Back stick



Back stick niet toegelaten

Kick



Kick niet toegelaten

Hoge ballen



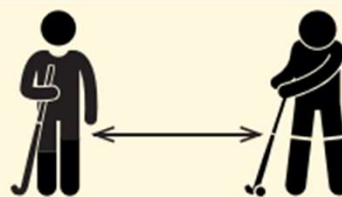
Alleen toegestaan
op goal

Gevaarlijk spel



Niet toegelaten

Vrije slag



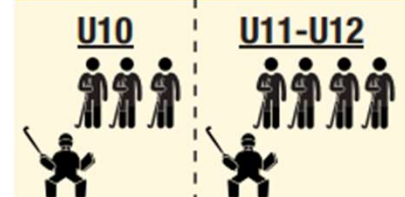
Tegenstander op 5m

Self pass



Toegestaan

PC



3 verdedigers + 1 keeper | 4 verdedigers + 1 keeper



Publiek	Buiten het veld (achter de afsluiting), behalve spelers – coach – scheidsrechter
Wedstrijdblad	Max 12 spelers op het wedstrijdblad
Uitrusting	VEPLICHT: Clubuitrusting + scheenbeschermers + mondbeschermer
Wissels	Elk moment behalve tijdens PC
Time - Out	Elke coach krijgt 1 time-out per helft van max. 30 seconden (de tijd wordt hiervoor niet stopgezet), deze mag enkel worden agevraagd wanneer het spel stil ligt (wanneer de bal buiten gaat of voor een vrije slag). Gevallen waarin een time-out NIET mag worden aangevraagd: - wanneer een nieuwe PC wordt gefloten; - in de LAATSTE 5 minuten van de wedstrijd Spel moet stil liggen om een Time-Out aan te kunnen vragen.
Bal over de achterlijn	Voor de aanvallende ploeg; Onbewust: ter hoogte van de middellijn loodrecht met waar de bal over de achterlijn is gegaan; Bewust over de achterlijn gespeeld door de verdediging: PC Voor de verdedigende ploeg: uitverdedigen
Gevaarlijk spel	Altijd verboden en wordt bestraft. Gevaarlijke beweging (stick, hakken op de stick, speler duwen, speler vasthouden) Een bal die boven de knie komt in de buurt van één of meerdere spelers Speler die gehurkt zit of op de grond ligt dicht bij de bal
Vrije slag	Bal moet stilliggen (Tegenstander op 5M)
Vrije slag in de cirkel	Voor verdedigers: uitslaan op maximum 15M (kop cirkel) loodrecht van waar de bal is buiten gegaan Voor aanvallers: PC
Vrije slag buiten de cirkel	In de helft van de tegenpartij: De vrije slag moet worden genomen op de plaats van de overtreding (iedereen op 5M) Self-pass OK. De bal moet minstens 5M rollen (bal aan de stick) OF worden aangeraakt door een andere speler (op 5M) vóór de bal in de cirkel mag Op zijn eigen helft: de bal mag rechtstreeks in de cirkel worden gespeeld
PC	3 verdedigers + keeper in de goal (U10) 4 verdedigers + keeperin de goal (U11/U12) De andere spelers van de verdedigende ploeg bevinden zich in de andere cirkel (beide voeten in de cirkel tot het spel hervat wordt)
Lange Corner	Ter hoogte van de middellijn loodrecht met waar de bal over de achterlijn is gegaan



VRAAGEN ?????

DANK VOOR UW AANDACHT

HOPELIJK TOT EEN VOLGENDE KEER EN WIE WEET BIJ HET AFLEGGEN
VAN HET SCHEIDSRECHTERSEXAMEN 😊