

Baseball5; all you need is a ball

Het zal jullie als beweegspecialisten niet ontgaan zijn dat op allerlei niveaus pogingen worden gedaan om mensen aan te zetten tot bewegen. Geëigende structuren als sportbonden, verenigingen, onderwijsinstellingen en gemeenten slaan nieuwe wegen in om mensen aan het bewegen te brengen en te houden. Het terugkeren naar de pleintjes cultuur van weleer in de vorm van 'Urbansports' neemt daarbij een steeds grotere vlucht.

TEKST MICHEL AUSSEMS



Urbansports

Een aantal overeenkomstige karakteristieken van succesvolle urbansports is dat ze op lokaal niveau een losse organisatiestructuur kennen (denk aan pick-up games, uitnodigingen via apps, et cetera) en simpele eisen stellen aan materialen en accommodaties. Succesvolle transformaties van traditionele sporten weten de kerngedachte van de oorspronkelijke sport te behouden en zich vooral voor kleinere aantallen en met beperkte ruimte en tijdsinvestering toegankelijk te maken. De meest succesvolle urban balsporten kenmerken zich daarnaast door het hoge aantal balcontacten per individu binnen de gestelde speeltijd.

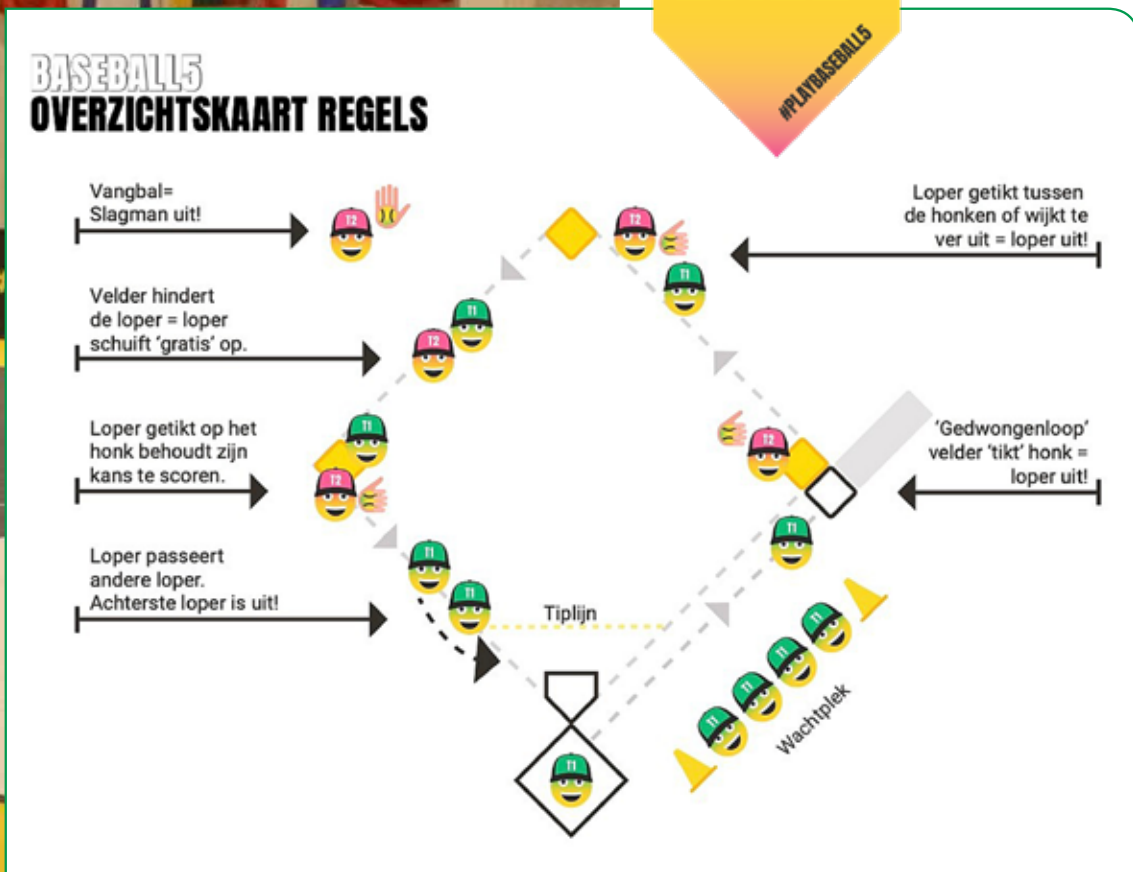
Honkbal en softbal terug naar de straat

Ook in de oorspronkelijke honkbal- en softballanden kent men een lange traditie in 'street'

varianten: Stickball, Whiffleball, Corkball et cetera. In navolging van de World Baseball Softbal Confederation heeft de KNBSB sinds vorig jaar het in Latijns-Amerika zeer populaire Baseball5 omarmd. Wereldwijd worden er al officiële kampioenschappen gespeeld en Baseball5 is opgenomen in het programma van de jeugd Olympische Spelen van 2022 in Dakar. Het motto 'Play Everywhere' geeft aan dat het ook voor het onderwijs en de buurtsport een mogelijk aantrekkelijke spelvorm betreft.

Het spel

De naam Baseball5 is ontleend aan het feit dat in officiële wedstrijden er teams van vijf tegen vijf spelers gedurende vijf innings tegen elkaar spelen. Deze officiële wedstrijdjes duren in de praktijk ongeveer 20 minuten. Deze korte tijdsduur komt vooral doordat de speelruimte beperkt en het 'inbrengen' van de bal in het spel eenvoudig is. Daar waar wij binnen de onderwijssetting vaak kiezen voor het 'inwerpen' van de bal voor de wat minder capabele leerling, is bij deze spelvorm het simpel wegspelen met de hand juist het uitgangspunt. Het spel wordt gespeeld met een wat zachte rubberen bal, maar kan heel goed met diverse



soorten tennisballen worden gespeeld. Voor een video-impressie en speluitleg kun je bijgaande QR-code gebruiken.



QR code voor video-impressie en speluitleg Baseball5



QR code voor Beeball op school PO (KNBSB site)



QR-code voor softball VO leskaarten (KNBSB site)

Inblijven en uitmaken

Dezelfde ‘beweeguitdagingen’ als bij BeeBall, Honkbal en Softbal komen aan bod. Het spel kan via dezelfde mogelijke stappen, die velen al kennen vanuit ‘BeeBall op school’ of ‘leskaarten VO’, flexibel worden aangeboden.

Opbouw Baseball5

In de tabel 1 staat een opbouw van spel Baseball5 qua spelregelopbouw.

Variaties:	1	2	3	4
Speelveld/speelhoek:	3 Honken, aangepaste speelhoek.	4 Honken.	Aangepaste afstand: 12 tot 15 meter.	
Bal:	Speel met stage 2 of stage 3 tennisbal.	Speel met reguliere tennisbal	Speel met BB5 bal	
Inbrengen:	Onbeperkt aantal pogingen.	Maximaal 3 pogingen.	Slechts 1 poging	
Uitmaken:	Veldspeler in bezit van bal tikt met lege hand.	Veldspeler tikt met hand met bal.	Veldspeler ‘brandt’ een honk.	
Vangbal:	Slagman is uit maar spel gaat door.	Slagman is uit en spel dood. Lopers keren terug naar het honk van voor de slag.	Slagman is uit. Spel dood; Terugkerende lopers naar honk kunnen alsnog uitgetikt worden.	Slagman uit. Spel levend; Eenmaal teruggekeerde lopers kunnen alsnog opschuiven!
Stilleggen:	Loper blijft staan op het honk.	Loper geeft met opgestoken hand aan dat hij zijn poging stopt.	Loper gaat terug naar een honk, waardoor hij aangeeft niet verder te gaan (‘terugdrijven’).	Lopers kunnen doorlopen zolang zij niet gedwongen worden naar een honk.
Wisselen:	leder team een vast aantal afgesproken slagmensen.	Als je een afgesproken aantal (bv 2) keer geweest bent, mag je team doorgaan tot er daarna nog 1 iemand uitgemaakt wordt (Geef ook een maximum aan.) Slagvolgorde blijft gehandhaafd!	Als er 3 spelers uit zijn (gebruik pilonnen als uitmarkering en geef een maximum aan bv allen 3 keer).	3 uit is wisselen.

▲
Tabel 1: Opbouw Baseball5

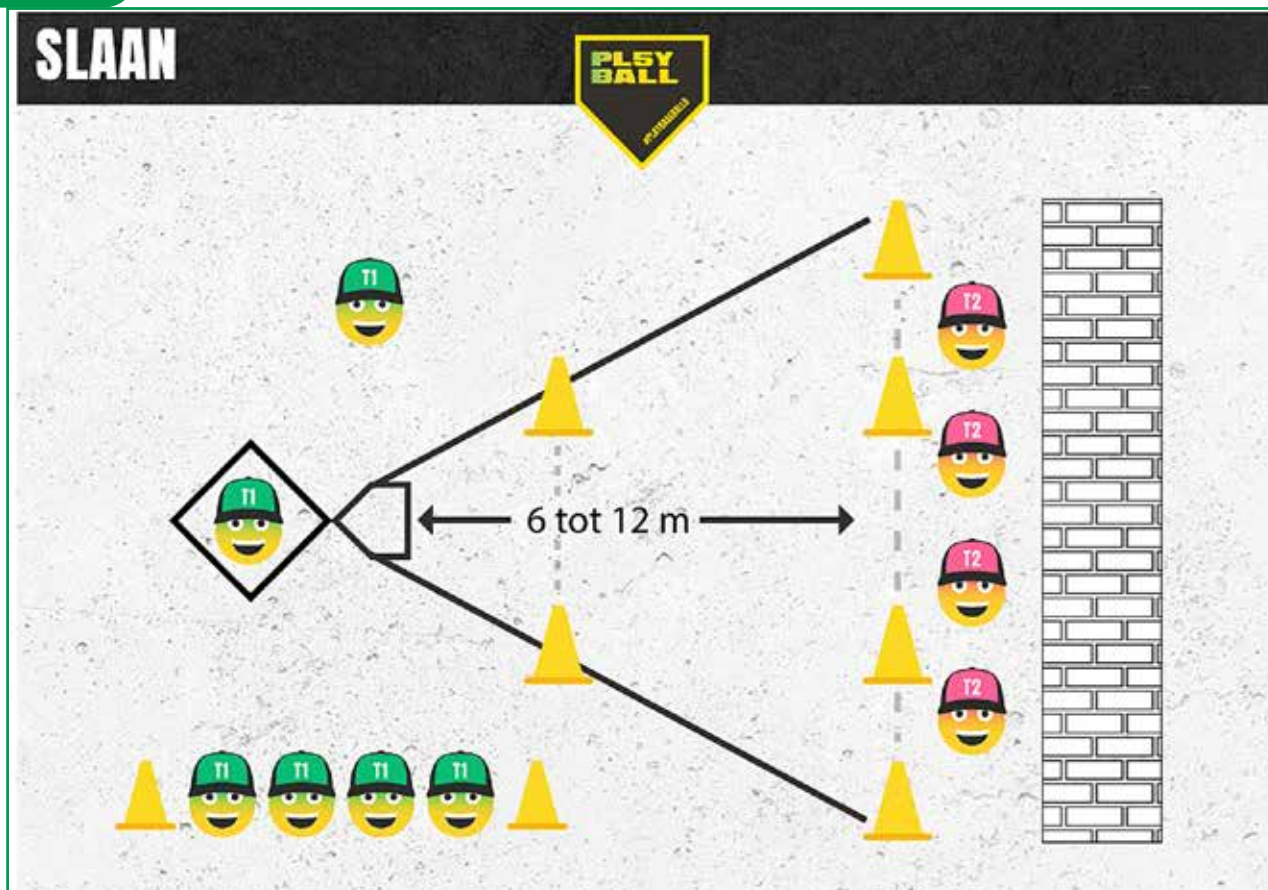


Baseball5 kan ook buiten op een pleintje

De beweegniveaus staan in Rubrics-stijl opgesomd in tabel 2.

Uitdaging / Niveau	Zorg	Basis	Voortgang	Gevorderd
Wegspelen	Slaat de bal nog zelden raak.	Probeer vaker raak te slaan.	Probeer vooral harder te slaan. Hoog/ver is niet altijd nodig.	Kijk waar de lopers en tegenstanders staan. Probeer een handige richting op te slaan.
Loopactie	Vergeet op het juiste moment te lopen (wacht nog onnodig af).	Start direct na contact. Stop als je denkt dat je niet verder kunt.	Bepaal of je mag of moet lopen. Loop zo ver mogelijk door als het kan en keer snel terug.	Zet het veld onder druk door zo ver als mogelijk door te lopen tot dat je wordt teruggedreven.
Opstellen	Weet nog niet waar te staan.	Kies zelf een open plek in het veld.	Dek een deel van het veld af waar je verwacht dat er geslagen kan worden door de slagman.	Geef rugdekking voor het geval dat de bal doorschiet. Ook bij een aangooi van anderen.
Verwerken (fielden en vangen)	Vangt eenvoudige ballen nog niet.	Probeer snel achter de bal te komen zodat je eenvoudige ballen kunt tegenhouden of zelfs vangen.	Kom snel achter de bal en verwerk deze met twee handen zodat je hem snel kunt doorspelen.	Vang ook de lastige aangooien en hard geslagen ballen door als je niet meer achter de bal kunt komen deze alleen met één hand te verwerken.
Samenspelen (gooien)	Gooit nog ongericht of nog niet hard genoeg.	Gooi gericht aan met een boogje.	Gooi gericht en sneller/strakker aan. Denk er aan snel is niet hetzelfde als hard.	Gooi afhankelijk van de situatie op maat en gecontroleerd aan en alleen als het nodig is snel.
Insluiten en uitmaken	Weet nog niet hoe een uit te maken.	Snijd de loopweg zo snel mogelijk af en probeer een looper uit te tikken.	Probeer gezien de situatie de juiste looper uit te tikken of medespelers aan te spelen. Als niet-balbezitter stel je je op bij een bedreigd honk. (Snijd de loopweg tijdig af).	Speel snel over en probeer in gegeven situatie te 'branden'.
Sportieve vaardigheden	Moet nog vaak herinnerd worden aan de veiligheidsafspraken.	Kan onder toezicht (veilig en leerzaam) spelen.	Speel zelfstandig veilig en leerzaam, zonder direct toezicht.	Speel zelfstandig en los gezamenlijk spel(regel) problemen op.

▲
Tabel 2: Beweegniveaus in rubrics.



Voorbeeld Muurbal

PI5y Skills

Voor het PO kun je de 'uitdagingen' wegwerpen en wegspele, jongleren en doelspele goed combineren met het spelen van het spel. Daarvoor heeft de KNBSB een speciale reader gemaakt met meer dan 30 leskaarten aan oefenstof en spelvormen.



QR-code voor 'Skills' reader van KNBSB

Voor het VO is Baseball5 een andere manier om de basisregels van softbal aan te bieden en in combinatie met reeds bekende softbalvormen wellicht, als dat je doel mocht zijn, sneller tot spelen op 'groot veld' te komen. Het biedt ook een interessante mogelijkheid naast tikspelen om binnen te spelen als dat wegens accommodatie- of weersomstandigheden noodzakelijk is (zie ook; 'Met zijn allen aan de slag'¹, of 'Inleidende tikspelen softbal VO').



QR-code tikspelen.

Foto's
XXX

Kernwoorden
Baseball5

Meer informatie

Baseball5 is een innovatieve spelvorm, die zich laat kenmerken door dynamiek en snelheid. Geschikt voor elke ondergrond, nauwelijks materiaal nodig. 'All you need is a ball' Baseball5 is een rijke aanvulling in het sportaanbod. Vraag daarom vandaag nog een starterskit aan op: www.playbaseball5.nl.



QR-code Playbaseball5-website

Michel Aussems
Docent LO op SG Newton, Hoorn,
Coördinator KNBSB-opleidingen



¹ Weeldenburg, G. & Neutkens, B (2012, mei). Met z'n allen aan (de) slag (3): 3. Lichamelijke opvoeding 100 (pp. 32-34)