



AANVALLENDE STRATEGIËN

Inhoudsopgaven

Inhoudsopgaven.....	2
Aanvallende strategieën.....	3
I. Slaan.....	3
II. Het samenstellen van de slagvolgorde.....	6
III. Honklopen.....	6
IV. Stoten.....	7
V. Coachen van het derde honk.....	8
VI. Tekens.....	9

Suggesties tot verbetering van inhoud of bruikbaarheid zullen in dank worden vernomen.

Niets uit het handboek mag worden gekopieerd zonder bronvermelding.

Gijs Selderijk – g.selderijk@knbsb.nl

Aanvallende strategieën

I. Slaan

Om een goede slagman in de wedstrijd te kunnen zijn, moet men weten wat de aanvallende filosofie van het team is en moet men de wedstrijdssituatie kennen.

Zonder honklopers moet men een manier bedenken om op het honk te komen. Met een honkloper op het eerste honk moet men een manier bedenken om de looper in scoringspositie te brengen en met lopers in scoringspositie moet men een manier bedenken om te scoren.

Zoek naar zwakke plekken in de verdediging. Kijk hoe men speelt.

A. Algemene kenmerken

1. Observeer de werper vanuit de dug-out.
 - a. Kijk naar de voorbereiding van de werper in de bullpen.
 1. Welke type worpen heeft de werper.
 2. Let op het moment dat de werper de bal loslaat (releasepunt). Verschilt dat per type worp?
 - b. Zoek naar patronen. Heeft de werper steeds dezelfde eerste worp? Gooit de werper steeds een curveball na een fastball die voor slag is gegoid?
 - c. Wat is zijn beste worp en wat zijn slechtste worp?.
2. Volledige concentratie en focus - Bij iedere worp. Verspil nooit een slagbeurt door slechte concentratie. Het is uiterst belangrijk dat de slagman geen 'negatieve bagage' van vorige slagbeurten of veldacties met zich meebrengt naar de plaat. Concentratie en focus begint in de dug-out, ontwikkelt zich en wordt meer gecentreerd als de slagman naar de inslag plaats gaat en vervolgens naar de plaat. Denk in het inslagperk aan:
 - a. Ritme: wanneer begin ik mijn beweging?
 - b. Loslaat moment werper: waar laat hij de bal los.
 - c. Rotatie: hoe bewegen de ballen, fastball, curveball en change-up?
3. Discipline - De kwaliteit van de worp waar we op swingen is de belangrijkste bepalende factor in de slagbeurt. De slagman moet zijn sterke zones weten en de discipline ontwikkelen om te slaan op ballen hierbinnen.
4. Agressiviteit - Gebruik dit aan slag en tijdens de voorbereiding op het slaan. Verwacht altijd dat de volgende pitch jouw pitch is. Denk altijd 'hit, hit, hit ...'.
5. Vertrouwen - Voor een atleet bestaat er geen belangrijker mentale eigenschap dan vertrouwen. Men krijgt dit door dagelijks hard te trainen en op details te letten.

B. Voor het slaan - Iedere speler moet hard werken aan het ontwikkelen van een individuele routine. Er zijn hiervoor echter vier basisonderdelen, die belangrijk zijn voor veel slagmensen.

1. Analyseren - Wat is de wedstrijdssituatie, welke worp en locatie kan ik verwachten? Dit is op het hoogste niveau meestal een fastball vanaf het midden van de plaat naar buiten.
2. Visualiseren - Maak een mentaal filmpje van de verwachte worp en het gewenste resultaat. Positieve beeldvorming zorgt ervoor dat negatieve gedachten geen kans krijgen.
3. Focussen - Als de pitcher zijn beweging begint of in de vaste stand (positie met honken bezet) komt, moet de slagman zich visueel richten op het héle lichaam van de werper.

Wanneer de werper zijn handen van elkaar doet en de werparm naar achteren gaat, dan is de focus van de slagman op het loslaatpunt van de werper.

4. Uitvoeren – Het slaan gaat zoals ze zijn getraind. De swing moet gedachteloos en automatisch worden uitgevoerd. Wanneer slagmensen goed presteren, dan hoeven zij niet na te denken over het maken van een swing. Die gebeurt gewoon.
- C. Val de werper aan - Voordat een slagman aan slag komt, zal een goede slagman de werper analyseren. Informatie op papier én in het hoofd van de slagman kunnen heel waardevol zijn. Er zijn bepaalde belangrijke punten die de slagman moet onderzoeken tijdens deze analyse.
1. Kan ik zijn fastball slaan? Als het antwoord nee is, moet men een fastball verwachten. Als het antwoord ja is, is het veel makkelijker om een andere worp uit te zoeken.
 2. Gooit hij regelmatig binnenkant? Als de werper niet vaak binnenkant gooit, dan moet de slagman een 'midden-buitenkant'-focus ontwikkelen en geen 'midden-binnenkant'. Voor de meeste jonge slagmensen is de 'midden-buitenkant'-focus het productiefst. Nadat worpen aan de buitenste helft van de plaat goed geslagen kunnen worden, kan de slagman meer ballen aan de binnenkant verwachten die hij kan 'omhalen'. 70% van de ballen wordt aan de buitenkant geworpen.
 3. Kan de werper een brekende bal slag gooien? Als het antwoord nee is, kan de slagman zich beperken tot de fastball, vooral wanneer de werper achterstaat (in wijd-slag). Maar of de werper de brekende bal slag kan gooien zal vaak veranderen tijdens de wedstrijd.
 4. Wat heb ik van deze werper in het verleden gekregen? Werpers hebben een geheugen. Ze zullen herinneren waarmee ze succes hebben gehad. Maar op een goede slagman kan men niet altijd op dezelfde manier werpen. Door zijn goede techniek en mentale voorbereiding op iedere slagbeurt, kan de goede slagman zich aanpassen aan de wedstrijd situatie.
 5. Wat gooit de werper met een belangrijke loper in scoringspositie? Pitchers zijn gewoontedieren en grijpen in spannende situaties terug op hun favoriete worp.
 6. Wat deed de slagman vóór mij? Een direct succes of een mislukking vlak voor jouw slagbeurt, zit nog in de werper zijn hoofd. Als zijn curveball net 120 meter is weggeslagen, zijn er niet veel pitchers die deze bal meteen weer willen gooien.
 7. Type pitcher
 - a. Eerzuchtige werper – Wees klaar om de eerste bal te slaan.
 - b. Een werper met goede controle – Wees klaar om te slaan.
 - c. Een werper zonder controle - Laat de werper gooien.
 - d. Een werper die heel snel werkt – Haal de werper uit zijn ritme. Neem af en toe een time-out.
 8. Lager niveau - Op lagere niveaus moeten slagmensen eigenlijk bijna altijd klaarstaan voor de fastball. Dit om verwarring te voorkomen. Te veel analyseren dient altijd te worden vermeden.
- D. Situaties slaan - Specifieke wedstrijd situaties kunnen een verandering in de mentale benadering vereisen.
1. De eerste slagbal nemen
 - a. Met een werper die wild is.
 - b. Met drie wijd en geen slag.
 - c. Als de vorige slagman uit ging op de eerste bal.

2. De honkloper op het tweede - naar het derde honk brengen met nul uit - De slagmensen moet rechtsveld denken. Linkshandige slagmensen moeten de bal dus omhalen. Het is belangrijk dat de slagman hard slaat en dat men de bal naar de rechterkant slaat. De slagman moet in zijn hoofd hebben een grondbal honkslag naar het rechtsveld en niet zomaar een slap balletje die kant op. Een linkshandige slagman kan er voordeel bij hebben dichterbij de plaat te gaan staan, zodat men meer worpen krijgt om te kunnen omhalen.
3. Slagmensen kunnen in de meeste situaties de bal het beste naar de rechterkant van het binnenveld slaan.
 - a. Honkloper op het eerste honk, waarbij de eerste honkman de looper aanhoudt. De slagman moet leren om de bal in de hole te slaan tussen de eerste - en tweede honkman.
 - b. Lopers op het eerste - en derde honk, geen of één uit. De slagman slaat de bal naar de rechterkant van het binnenveld. Slaait hij de bal aan de eerste honkkant van de tweede honkman, dan is het moeilijker om het dubbelspel te maken en wordt er gescoord. Slaait hij een honkslag, dan hebben we weer het eerste en derde honk bezet.
 - c. Lopers op het tweede en derde honk, geen uit. De RHH slaat de bal naar de rechterkant van het binnenveld, om de looper vanaf het derde honk te laten scoren en de looper op het tweede honk over te brengen naar het derde honk. Alleen bij een grondbal naar de derde honkman wordt er niet gescoord. Een hoge bal in het buitenveld zorgt ook voor een punt. De LHH moet de bal pullen.
4. Opofferingslagsituatie - Sommige coaches vinden dat slagmensen hun swing moeten aanpassen in deze situatie om diepe vangballen te slaan. Toch is het op de lange duur niet in het belang van de slagman om de swingtechniek aan te passen voor slechts één punt. Hoe dan ook, de meeste slagmensen hebben meer succes met het binnenslaan van punten als zij agressief blijven en zich houden aan de techniek van het slaan én de 'recht-door-het-midden'-focus. Blijf dus bij de goede techniek, maar een worp wat hoger in de slagzone geeft meer kans op succes in deze situatie.
 - a. Honkloper op het derde honk en het binnenveld diep met één uit. De slagman slaat de bal rechts van de korte stop. De bal mag niet naar de derde honkman worden geslagen, omdat we daarop niet kunnen scoren.
5. Hit and run - In 'hit and run'-situaties moet de slagman proberen een grondbal te slaan. Een bal naar het rechtsveld is mooi, om zo een grotere kans te hebben dat de looper naar het derde honk gaat, maar het hoeft niet. Belangrijk is dat er een grondbal komt op welke pitch dan ook.
6. Run and hit - Hierbij slaat de slagman alleen maar op wat hem aanstaat. Hier moet de slagman een reguliere, agressieve swing maken op een pitch in de slagzone.
7. Slaan met twee slag - Om contact te maken (vooral met een looper in scoringspositie), maken veel slagmensen gebruik van een of verschillende van de volgende aanpassingen:
 - a. Knuppel korter vastpakken.
 - b. Fastball midden-buitenkant.
 - c. Focus opposite field.
 - d. Slagzone vergrootte.

II. Het samenstellen van de slagvolgorde

Er zijn verschillende mogelijkheden voor het samenstellen van een line-up. De volgorde wordt bepaald door de type spelers (krachtige - en/of snelheid spelers) die men heeft, de mogelijkheden en de gekozen aanvallende tactiek.

Richtlijnen zijn:

1. Heeft een hoog op het honk gemiddelde. Is een snelle honkloper. Laat de werper veel ballen gooien en is veelal een contacthitter die het hele veld gebruikt.
2. Is goed in opdrachten slaan. Redelijk snelle honkloper. Laat de werper veel ballen gooien. Kan naar het rechtsveld slaan. Is daarom vaak een linkse slagman.
3. Is de "beste" slagman van het team. Zorgt dat de nummer 1 en 2 slagmensen verder worden gebracht of kunnen scoren.
4. Slagman met de meeste kracht. Kan de honken leeg slaan.
5. Is een type 4 slagman. Echter vaak met een minder slaggemiddelde en/of een betere honkloper.
6. Is een type 1 slagman bij een snelle line-up of een mindere type 5 slagman bij een krachtige line-up.
7. Is een type 2 slagman bij een snelle line-up of een mindere slagman.
8. De minst goede slagman van het team en vaak de traagste honkloper.
9. Deze slagman is de verlenging van de kop van de slagvolgorde. Met voorkeur een snelle honkloper. Moet een stootslag kunnen neerleggen, om de nummer acht slagman naar het tweede honk te kunnen stoten en de kop van de slagvolgorde zijn werk te laten doen.

Slaggemiddelde, obp, slugging, scouting

III. Honklopen

A. Algemeen - Het scoren van (extra) punten doet een team door goed honklopen. Er zijn drie regels voor het honklopen:

1. Houdt rekening met de situatie in de wedstrijd. Weet wanneer men wel of juist geen risico kan nemen.
2. Houdt de ogen op de bal. Weet altijd waar de bal is.
3. Wees agressief op de honken en zorg dat de bal je stopt - Rond de honken op volle snelheid en denk altijd aan een extra honk. Loop altijd 100%.

B. Stelen –

1. Stelen wordt bepaald door
 - a. Concentratievermogen honkloper
 - b. Reactievermogen honkloper
 - c. Zijwaartse snelheid honkloper
 - d. Veldcondities
 - e. Pick-off werper
 - f. Lezen van de werper
 - g. Belangrijkheid punt
2. Een pitcher met een goede pick-off wil deze laten zien. Leer de pitcher te lezen. Iedere 0.10 seconden telt. Voor een pitcher telt 1.3-1.5 seconden naar de thuisplaat en voor de catcher 1.9-2.3 naar het tweede honk. Totaal maximaal 3.8 seconden. Voor een curveball komt er 0.3 seconden bij.

3. Steel op de werper
 - a. De werper tilt vanuit de vaste stand zijn linkerhiel op om naar thuis te gooien. Om naar het eerste honk te gooien tilt de werper zijn rechterhiel op.
 - b. De voorste schouder van de werper gaat open om de pick-off op het eerste honk te maken en blijft gesloten als de werper naar de thuisplaat gaat.
- C. Delayed steal - De verlate steelpoging is een aanvallende verrassingstactiek voor als de verdediging niet verwacht dat de loper gaat stelen. De loper neemt zijn normale afstand van het honk. Op de beweging van de werper naar thuis neemt de loper drie schuifpassen naar het tweede honk, waarna hij doorstart naar het tweede honk. De verlate steelpoging is succesvol als:
 1. Het tweede honk niet wordt gedekt tussen worpen van de werper.
 2. De loper op het eerste honk niet wordt gecontroleerd.
 3. De catcher bij het ontvangen van de bal zich op een knie laat vallen.
- D. Hit en run - De loper neemt zijn normale afstand van het honk. Als de werper naar de thuisplaat beweegt, breekt de loper naar het volgende honk. Op zijn tweede of derde pas kijkt hij met een korte beweging van het hoofd in de slagzone om de bal op te pikken en te kunnen reageren.
- E. Suicide squeeze – Het stelen van de thuisplaat. De loper op het derde honk neemt zijn primary - en secondary lead en start pas naar thuis als de voorste voet van de pitcher de grond raakt.
- F. Rundowns – Als een loper wordt ingesloten tussen twee honken moet hij zo lang mogelijk proberen in de rundown te blijven, zodat de andere lopers de kans krijgen een honk op te schuiven.

IV. Stoten

A. Opofferingsstootslag

Het doel van de opofferingsstootslag is om de loper(s) een honk verder te brengen en daardoor in (een gunstiger) scoringspositie te komen.

De opofferingsstootslag wordt veelal gebruikt tijdens de late innings, met nul uit, een loper op het eerste honk of lopers op het eerste en tweede honk en met weinig verschil in de score.

Men mag alleen stoten op een slagbal, omdat dan de kans dan groter is dat men de bal goed stoot. Als de werper door wijd te gooien achter komt in de stand (meer wijd - dan slag), wordt hij gedwongen "mooiere" slagballen gooien en is de kans op een goede stootslag weer groter. Gooit de werper helemaal geen slag, dan kan de slagman met 4-wijd naar het eerste honk.

B. Dragbunt

Het doel van de dragbunt is om de veldpartij te verrassen, waardoor men het eerste honk kan bereiken.

Iedere keer als een eerste - of derde honkman onoplettend is, ver wegstaat of langzaam is kan men een dragbunt in zijn richting plaatsen.

Stoot de bal altijd scherp. Wanneer de bal naar fout gebied rolt heeft men nog kans in de slagbeurt. Wanneer de bal naar de werper wordt gestoten is men als slagman kansloos.

Men moet proberen de stootslag zo lang mogelijk verborgen te houden. Let wel, de slagman moet de verdediging verrassen en niet zichzelf. Op het moment dat de werper met zijn arm in de L-positie komt, komt de slagman in de stoothouding.

C. Push Bunt

Het doel van de push-bunt is een variatie op de stootslag voor een honkslag, waarbij de bal voorbij de pitcher moet worden gestoten of tijdens een "crash play" voorbij de inkomende binnenvelders.

De push-bunt wordt meestal uitgevoerd wanneer de eerste honkman diep speelt. De bal wordt gestoten tussen de eerste en tweede honkman in. De bal moet de eerste honkman richting het tweede honk trekken zodat of de eerste honkman of de tweede honkman de bal zal moeten fielden. De bal moet hard genoeg zijn om langs de pitcher te gaan, maar toch zacht genoeg dat de tweede honkman hem niet goed kan verwerken. Wanneer een linkshandige slagman deze stootslag neerlegt, is de uitvoering hetzelfde als voor de dragbunt. Hij moet de knuppel uitstrekken naar de bal en hem dan tussen de eerste - en tweede honkman drukken.

De push-bunt wordt meestal uitgevoerd als de binnenvelders te dicht op de thuisplaat staan. Door de bal dan extra snelheid mee te geven kunnen de binnenvelders hem niet meer goed verwerken. Een goede push-bunt wordt tussen de spelers door geduwd.

In tegenstelling tot alle andere stootslagen start de knuppel dicht bij het lichaam en wordt de knuppel door de bal naar voren geduwd. Men stoot dus niet de "top half" van de bal stoten zoals bij de opofferingsstootslag.

D. Fake-Bunt-Slash

Deze aanvallende techniek wordt meestal gebruikt wanneer de verdedigende partij erg dichtbij de thuisplaat speelt (stootslagverdediging) of wanneer de verdedigende partij te vroeg beweegt om bepaalde gedeeltes van het binnenveld te verdedigen tegen een mogelijke stootslag. Wanneer de eerste en tweede honkspelers op het gras in het binnenveld staan en zij hun positie veranderen op de worp, kan de fake-bunt-slash een erg goede tactiek zijn. Ook wanneer de korte-stop en de tweede honkman te vroeg bewegen om een van de honken te verdedigen is er een grote kans van slagen met deze tactiek.

E. Squeeze

De squeeze is een verplichte stootslag in combinatie met een steelteken, met als doel de honkloper vanaf het derde honk te laten scoren.

Meestal wordt de squeeze gebruikt om tijdens de late innings op een gelijke stand of op voorsprong te komen. Alleen te gebruiken met geen of één uit. Met twee uit kan de verdediging de squeeze eenvoudig oplossen en de slagman op het eerste honk uitgooien voor de derde uit.

De techniek van de squeeze is dezelfde als van de opofferingsstootslag. Het beste moment om te bewegen is als de werper met zijn voorste voet op de grond komt. Op dat moment kan de werper geen pick-off meer maken en niet meer de richting van de bal veranderen.

Zorg ervoor dat de slagman contact maakt met de bal en de bal naar de grond stoot. Probeer de bal niet scherp langs de lijn neer te leggen.

V. **Coachen van het derde honk**

Als coach op het derde honk overweegt men continu de situatie en mogelijkheden. Dit is afhankelijk van de inning, stand, aantal nullen, tegenstander, komende slagmensen, enz.

A. De inning van de wedstrijd is bepalend voor de aanvalstrategie.

1. Offer in het begin van de wedstrijd niet te snel een nul op om één punt te scoren.

2. Offer aan het einde van de wedstrijd geen nullen op om één punt te scoren, als het niet om het gelijkmakende of winnende punt gaat.
 3. Ook bij een gelijke stand kunnen er verschillen zijn. 0-0 is wat anders dan 15-15 in de negende inning. Bij de eerste is een punt waarschijnlijk al voldoende om te winnen, bij de laatste niet.
- B. Neem risico's - De gunstigste situatie om risico's te nemen is bij een gelijke stand of bij een voorsprong.
1. De beste situatie om het derde honk te stelen of een driehonkslag te lopen is met één uit.
 2. De beste situatie om van een honkslag een tweehonkslag te maken is met twee uit.
- C. Geen risico's – Zorg dat je jezelf niet uit de wedstrijd loopt. Laat de tegenstander de nullen maken.
1. Breek geen rally (serie van honkslagen) op door teveel risico te nemen.
 2. Neem bij een grote achterstand geen risico's om een punt te scoren.
 3. Neem geen risico's waardoor de eerste of derde nul op het derde honk valt.
 4. Twee of meer punten achter. De belangrijkste loper is degene die het gelijkmakende punt is en iedere loper voor hem moet niet het risico nemen om uitgegooid te worden.
- D. Doorsturen naar thuis
1. 0 uit: 100% kans om te scoren
 2. 1 uit: 75% kans om te scoren
 3. 2 uit: 30% kans om te scoren
- E. Seinen van de coach
1. Honk vast - Linkerhand in de lucht (stop), rechterhand wijst naar het honk.
 2. Rondrennen - Linkerarm in de lucht, rechterarm draaien.
 3. Door naar thuis - Draaien met de rechterarm.
 4. Stoppen - Twee handen in de lucht.
 5. Sliden - Twee handen naar de grond.

VI. Tekens

Houd de tekens simpel en logisch. Er is, in tegenstelling tot wat veel coaches denken, geen tegenstander die probeert de tekens te stelen. De andere teams zijn veel te druk met zichzelf.

Er zijn tekens nodig voor de aanval en voor de verdediging. In de verdediging heeft men tekens nodig voor situaties waarbij er meer dan één oplossing is. Dit kan bijvoorbeeld het geval zijn met; 1-3 situatie, stootslagverdediging of pick-offs op de honken.

In de aanval heeft men meer tekens nodig. De aanvallende tekens worden door de coach in het derde honkvak gegeven aan de slagman en honkloper(s). Zorg ervoor dat de tekens goed te zien zijn. Ga frontaal naar de speler(s) staan. En zorg dat je niet achter de derde honkman of loper staat. Geef de tekens ook niet te snel achter elkaar.

Nadat de pitcher de bal heeft ontvangen moeten de slagman en de honkloper(s) meteen naar hun coach kijken. De slagman houdt daarbij zijn achterste voet op de plaats en stapt uit met zijn voorste voet. De honkloper houdt zijn honk vast om de tekens te ontvangen. Laat de spelers na iedere worp naar de coach kijken. Als één van de spelers een teken niet begrijpt, laat hem dan het herhaalteken geven. Het

herhaalteken wordt gegeven door met de wijsvingers om elkaar heen te cirkelen. Wordt het daarna nog niet begrepen laat dan de speler time-out vragen.

Openingsteken (aandachtstrekker voor eigen speler): ieder geldig teken wordt geopend met een openingsteken. Bijvoorbeeld; als ik aan mijn pet zit, komt daarna een geldig teken (stelen). Heb ik niet aan mijn pet gezeten en geef ik toch het steelteken, dan is het teken niet geldig.

Sluitingsteken (coach is klaar met tekens geven): wachten totdat je het sluitingsteken hebt gezien voordat je je gezicht afdraait om te slaan. Bijvoorbeeld; als ik in mijn handen klap ben ik klaar met tekens geven.

De drie meest voorkomende wapens en tekens zijn; stelen, stoten en hit and run. Dit is in het begin ook het enige dat je gebruikt. In de jeugd wordt er ook met de early- en delayed steal (vroeg of laat stelen) gespeeld.

Gaan deze acties goed, dan kun je een aanvallend wapen erbij nemen. Fake bunt, fake bunt and hit (slash), run and bunt, suicide of safety squeeze bunt, drag bunt, take sign, veegteken, slaphit of slabunt (softbal).

Begin niet te snel met te veel tekens, Ten eerste krijg je veel misverstanden en ten tweede wordt alles half gedaan. Je moet ervan uitgaan dat alle wapens die je in de wedstrijd gebruikt, ook tijdens de trainingen worden beoefend. Heb je daar de tijd voor? Of zijn de basistechnieken belangrijker, zoals bijvoorbeeld het slaan of het fielden. Je boekt alleen succes met de dingen die goed worden gedaan en niet met de dingen die half gaan.