

Peter van der Ven  
geïnterviewd

Smashbal is een nieuwe vorm van het volleybalspel. Daarin is de volleybalbeleving het uitgangspunt, waardoor het Smashbal een stoer, aantrekkelijk en uitdagend karakter heeft. Vooral voor jongens is de smash de meest aantrekkelijke volleybaltechniek. Smashbal is opgebouwd uit 4 levels, waarbij elke rally eindigt met een smash. Dit volleybalspel richt zich vooral op de belevingswereld van jongens in de leeftijd van 6-14 jaar, maar meisjes vinden het ook erg leuk. In dit artikel wordt Smashbal voor het eerst uitgebreid in *VolleyTechno* gepresenteerd.

**DOOR NICK DE WILD**

**FOTO'S SMASHBAL.NL**

= smashen  
= actie  
= rally's  
= plezier



# Smashk



# bal!

Centraal in dit artikel staat een gesprek met Peter van der Ven, die al jaren actief is om meer jongens te betrekken bij het volleybal. Als een van de eerste trainers heeft hij Smashbal opgepakt. Hij is helemaal bezeten van de visie achter het spelletje en organiseert al enige jaren een Smashbaltoernooi waar steeds meer spelers en trainers op af komen. Hij heeft ook een Smashbal boek geschreven en op de site [www.smashbal.nl](http://www.smashbal.nl) veel informatie al bijeen gebracht.

### ***Wat zijn de kenmerken van Smashbal?***

- *Smashen, actie, rally's en plezier staan centraal.*
- *Veel balcontacten per persoon.*
- *Iedereen (elk spelniveau) kan het spel spelen.*
- *Het spel kan goed gespeeld worden binnen het onderwijs (door move up – move down principe kunnen veel kinderen tegelijkertijd spelen).*
- *Het spel is aantrekkelijk omdat de smash en serve al vanaf level 1 gespeeld wordt.*
- *Kinderen kunnen naast hun eigen sport (bv voetbal, hockey) deelnemen aan Smashbal toernooien.*

Kernmodaliteiten van het Smashbal zijn: uitdagend, technisch haalbaar, dynamisch, competitief, rallyspel en altijd kunnen eindigen met een smash. Uniformiteit in de regels is wenselijk om regionale/ nationale toernooien te kunnen spelen en om de herkenbaarheid van het spel te vergroten. Toch is het mogelijk om in de randvoorwaarden als net-hoogte, veldgrootte en teamsamenstelling te variëren per locatie. Zo hebben de lokale verenigingen de mogelijkheid om hun Smashbal activiteiten zo goed mogelijk aan te laten sluiten bij hun deelnemers.

### ***Hoe ziet de historie van Smashbal eruit?***

- *Vóór maart 2010 werd de vraag “Hoe werven we jongens voor het volleybal?” regelmatig door verenigingen aan de Nevobo gesteld. De Nevobo heeft in maart 2010 op de Cool-Moves-kaderdag verenigingen opgeroepen op zoek te gaan naar het antwoord. Deze dag heeft zowel de Nevobo als ook een aantal trainers geënthousiasmeerd om het “jongensvolleybal” verder te ontwikkelen.*
- *In de periode april 2010 – augustus 2011 is vanuit de Nevobo naar jeugdvolleybal in omliggende landen gekeken. Vooral Volley2000 werd gezien als een interessante methodiek. Matt van Wezel en Ruben Nijhuis hebben deze spelvorm aangepast en uitgetest.*

»

Vanuit de verenigingen was vooral Peter van der Ven (vc Detac) erg enthousiast en ging zich richten op het jongens volleybal. Tot augustus 2011 heeft hij binnen zijn vereniging specifieke jongens groepen training gegeven (en toernooien georganiseerd) in een volleybal vorm waarbij het smashen centraal stond.

• In de maanden september 2011 tot en met t/m februari 2012 heeft Ruben Nijhuis de uitgeteste spelvorm doorontwikkeld en beschreven in een aantal “levels” die bij verenigingen getest moesten gaan worden. Peter van der Ven maakte met zijn vereniging deel uit van deze verenigingen, waardoor de ervaring en deskundigheid van zowel uit de Nevobo als van de vereniging gecombineerd werd. In totaal hebben 13 verenigingen uit alle regio's

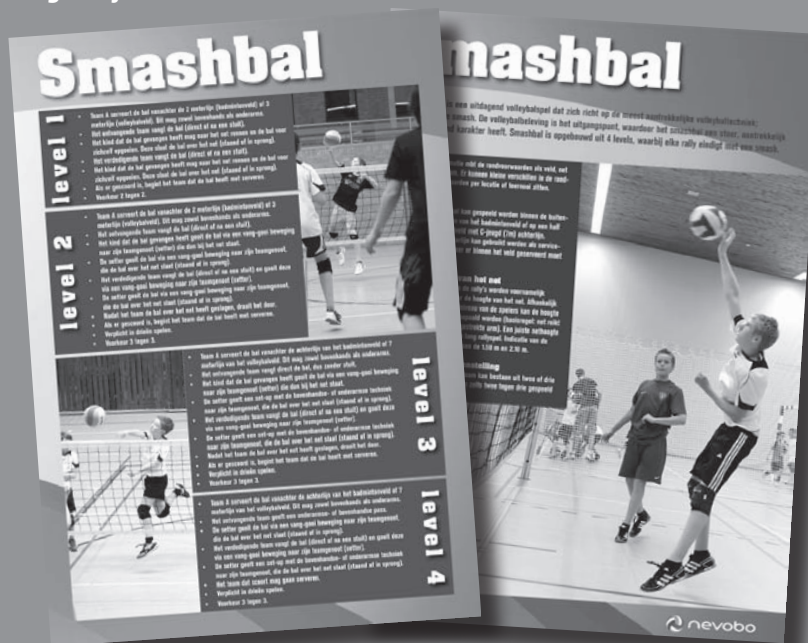
als pilot vereniging deelgenomen. Hun ervaringen en bevindingen zijn met elkaar geëvalueerd en de definitieve spelregels zijn beschreven.

## De Smashbal Visie

Volgens Peter van der Ven is Smashbal een opleidingstraject naar het volleybal toe: “Dit traject is gebaseerd op drie pijlers te weten: Plezier, Beweging en Beleving. Volleybal technieken worden hier ingepast. Oftewel alle oefenvormen die aan voornoemde uitgangspunten tegemoet komen, zijn uitermate geschikt voor het opleidingstraject Smashbal. Als wij het voor elkaar krijgen om oefenvormen te bedenken waarin enerzijds het oefe-

## De Vier levels.

In de maanden september 2011 tot en met t/m februari 2012 heeft Ruben Nijhuis de uitgeteste spelvorm doorontwikkeld en beschreven in een aantal “levels” die bij verenigingen getest moesten gaan worden. Peter van der Ven maakte met zijn vereniging deel uit van deze verenigingen, waardoor de ervaring en deskundigheid van zowel uit de Nevobo als van de vereniging gecombineerd werd. In totaal hebben 13 verenigingen uit alle regio's als pilot vereniging deelgenomen. Hun ervaringen en bevindingen zijn met elkaar geëvalueerd en de definitieve spelregels zijn beschreven.



De Nevobo heeft de vier levels van Smashbal beschreven via zogenaamde “levelkaarten”. De kaarten zijn te downloaden via:  
<http://www.volleybal.nl/data/bestanden/competitie/naslag/reglementen-en-regelgeving/smashbal-een-uitdagend-volleybalspel.pdf>



nen van een volleybal techniek zit en anderszits een competitie element wat rechtstreeks verband houdt met deze te verbeteren techniek kunnen we heel snel daar komen waar we graag naartoe willen. Met competitie bedoel ik dan vooral het winnen van een ander team. Daarbij moeten de jongens wel voldoende kunnen bewegen. En het liefst nog veel meer”.

***Wat zijn de bijzonderheden bij het geven van Smashbal trainingen (maar kunnen in elke training worden ingepast)?***

- Geraamte oefeningen.
- Puntentelling is leidend voor de te ontwikkelen techniek.
- Laat de beleving intact.
- Scoren blijft het leukste (zeker voor kinderen).

• *Over Geraamte oefeningen.*  
“Geraamte oefeningen zijn oefeningen waarbij de organisatie hetzelfde blijft maar door verandering van de wedstrijdvorm de oefening een andere doelstelling krijgt. Bijvoorbeeld we spelen in de organisatie van Smashbal, doch kunnen nu alleen scoren met een Tip of Tactische bal. Hierbij zullen de kinderen automatisch de Tip of Tactische bal oefenen en de dito verdediging hierop. Terwijl de organisatie precies hetzelfde blijft. Hierdoor bespaar je als trainer de uitleg minuten.”

• *Over Verandering van de puntentelling gebaseerd op datgene wat je wilt trainen*  
“Voornamelijk jongens hebben een sterke drive om te winnen. Dus je kunt op basis van de puntentelling het te trainen doel beïnvloeden. Bijvoorbeeld als jij het als trainer belangrijk vindt om het op de bal slaan te trainen, kun je een te scoren bal die binnen de 3 meter lijn komt, extra belonen. In wezen is het CMV volleybal ook op deze manier opgebouwd.”

• *Over Beleving*  
“Het is belangrijk dat de beleving van de kinderen aanwezig blijft. Als kinderen zich gaan verzetten tegen de oefening kun je als trainer toch volharden in de oefening, maar beter lijkt het mij om het te trainen doel in een andere oefening aan te pakken. Plezier blijft een van de belangrijkste peilers om met overgave te willen leren.”

• *Over Scoren*  
“Kinderen, en sommige volwassenen, kijken heel primair aan tegen sport. Daarin zijn niet de taken die benodigd zijn om een wedstrijd te winnen van belang, maar eigenlijk alleen de taken die belangrijk zijn om een punt te scoren. Bijvoorbeeld in het voetbal is dat bijvoorbeeld de maker van de goal. Door de implementatie van het Smashbal, maar ook de kleinere teams, maken we van deze denkwijze gebruik. En hierdoor is mijn inziens het succes van Smashbal al snel verklaard.”



**Peter van der Ven**

VT4 trainer. Bedenker Kaboembal en medebedenker Smashbal. Een echte clubtrainer. Werkzaam geweest bij TFC in Odiliapeel en nu bij VC Detac in het Brabantse Zeeland. Geeft clinics Smashbal bij clubs en scholen. Voor meer info: [www.smashbal.nl](http://www.smashbal.nl)

Peter van der Ven heeft in een boek de weg beschreven die hij heeft moeten afleggen in het traject Kaboembal/Smashbal.

Het boek bevat 24 kant en klare

oefeningen, beschrijft het begrip geraamte oefeningen en gaat in op een nieuwe stijl van training geven aan jongens. Voor meer info en bestellen: [www.Smashbal.nl](http://www.Smashbal.nl)



- *De vier levels.*

Welke volleybaltechnieken train je binnen welk level?

Level 1:

- Onderhandse serve
- Bovenhandse serve
- Smash (staand of in sprong)

Level 2:

- Onderhandse serve
- Bovenhandse serve
- Smash uit setup (vang – gooi beweging)
- Splitstep (voor de vangbal)

Level 3:

- Onderhandse serve
- Bovenhandse serve
- Smash uit setup (bovenhands of onderarms)
- Splitstep (voor de vangbal)
- Set-up uit de pass (vang-gooi beweging)

Level 4:

- Onderhandse serve
- Bovenhandse serve
- Smash uit setup (bovenhands of onderarms)
- Splitstep (voor de vangbal)
- Set-up uit de pass (vang-gooi beweging)
- Pass na de serve (onderarms of bovenhands)

De Nevobo heeft de vier levels van Smashbal beschreven via zogenaamde “levelkaarten”. De kaarten zijn te downloaden op [www.smashbal.nl](http://www.smashbal.nl).



[smashbal.nl](http://smashbal.nl) en [www.volleybal.nl](http://www.volleybal.nl).

## **Is Smashbal aanvullend op CMV?**

“Doordat het Smashbal additief aan het Cool Moves Volley kan worden aangeboden, kan de jeugd die niet op volleybal zit ook bediend worden. Een vereniging kan het Smashbal als evenement of terugkerend toernooi organiseren. Hierdoor kan het Smashbal gezien worden als een aanvulling op de sportbeoefening van de jeugd. Zo kunnen zij en op bijvoorbeeld voetbal, hockey of tennis zitten en deelnemen aan Smashbal. De jeugd komt via Smashbal in contact met volleybal en de lokale volleybalvereniging. Dit kan leiden tot verhoging van

## SMASHBAL TOERNOOI 21 APRIL 2013

Smashbal wordt steeds groter. Een record aantal van 46 kinderen schreef zich in voor het toernooi dat opnieuw door VC Detac in Zeeland werd georganiseerd. Naast jongens uit Zeeland, waren er deelnemers uit Haps (Havoc), Odiliapeel (TFC), Wanroy (Unicum) en Millingen aan de Rijn (Switch '87). De jongens speelden in drie levels.

De beleving bij deze wedstrijden was heel erg groot en de vonken spatte dan ook van de wedstrijden af. Onder de toeschouwers waren ook nogal wat



volleybaltrainers die naar het toernooi kwamen kijken. Ook om te zien hoe zij Smashbal kunnen implementeren bij hun eigen vereniging.

Ook namens de Nevobo kwamen Joelle Staps (algemeen directeur Nevobo) en Hans Nieukerke (voorzitter Nevobo) een kijkje nemen. Rechts staat Peter. Hoe een relatief kleinere volleybalvereniging als VC Detac voorloper kan zijn in de regio en in Nederland. Alle foto's in dit artikel zijn opnamen gemaakt tijdens dit toernooi.





de volleybalparticipatie in de zaal of het beachvolleybal. Kinderen die lid zijn van de vereniging en deelnemen aan Cool Moves Volley als "ontmoetingsplek" vormen ook een doelgroep.

Kinderen uit de eigen vereniging kunnen met kinderen van buiten de vereniging gaan Smashballen. Dat geldt ook voor kinderen die lid zijn van een andere sport (bv voetbal, hockey, etc.) vereniging of zonder lidmaatschap. Uiteindelijk is het doel dat jeugd (vanaf 13 jaar) die gaat volleyballen (zaalvolleybal en/of beachvolleybal) afkomstig zijn uit zowel de Cool Moves Volley- als uit het Smashbal-wereldje."

## De stand van zaken

- Vanaf september 2011 t/m februari 2012 hebben er 13 verenigingen als pilot vereniging, zowel Smashbal toernooien als trainingen georganiseerd. Vele toernooien zijn daarna nog georganiseerd.
- Bij deze clubs is het aantal jongens duidelijk vermeerderd en is de verhouding jongens/meisjes beter in verhouding gekomen. In dit verband spreekt de Nevobo-flyer over Smashbal voor zich:

- "Wij hebben een aantal mannelijke trainers op de jonge teams staan, ik denk dat dit zeker bevorderlijk is voor de aanmelding van jongens."

Vereniging met 14 jongens en 48 meisjes

- "Wij hebben afgelopen jaar zelf scholenclics georganiseerd. Scholen en kinderen waren erg enthousiast. Daarna hebben zich verschillende jongetjes aangemeld."

Vereniging met 19 jongens en 24 meisjes

- "Wij organiseren eenmaal per jaar een vriendjes- en vriendinnetjesdag waarbij onze leden vriendjes, vriendinnetjes, neefjes, nichtjes en buurkinderen meenemen naar de training."

Vereniging met 13 jongens en 12 meisjes

- "Ik vraag de jongens wat ze willen en prikkel ze door ze zelf verantwoordelijkheid te geven. De opdrachten tijdens training en de coaching tijdens de wedstrijd zijn uitdagend."

Vereniging met 13 jongens en 12 meisjes

- "Elke training vragen de kinderen om smashbal, wij maken tijdens de training hier vaak gebruik van."
- "Ook de meisjes vinden het leuk, vooral het slaan en bewegen."
- "Graag organiseren wij smashbal toernooien, vriendjes en vriendinnetjes mogen natuurlijk meedoen."
- "Door de open trainingen krijgen we ook contact met de jongens die niet op volleybal zitten. Dit biedt voor onze vereniging weer kansen en mogelijkheden."

## Wat verwacht je van Smashbal in de toekomst?

Peter van der Ven: "De Nevobo heeft een uitgewerkt plan liggen om Smashbal uit te rollen. Wij hebben voorgesteld om dat te doen in een Nederlands Kampioenschap voor Clubbesturen / kader. Echter is op dit moment nog niet duidelijk of ze dat idee zullen overnemen. In de loop van 2013 verwacht ik in ieder geval meer duidelijkheid hierover".

"We kunnen stellen dat we naast het succes van het mede in Zeeland (Brabants dorpje vlakbij Uden) ontstane Smashbal, ook nogal wat successen hebben geboekt met onze Zeelandse teams van VC Detac. Maar uiteindelijk is het misschien wel het belangrijkste dat de beleving van het Smashbal verder om zich heen grijpt. Dus op naar een landelijke competitie". *Volley Techno* blijft de Smashbal-ontwikkelingen nauwlettend volgen.

"  
"

## Voorbeeldtraining Smashbal van Peter van der Ven

### Hoe bouw je een Smashbal training van bijvoorbeeld 1 uur op?

- 10 minuten: Warming up, spelvorm A
- 5 minuten: Techniek
- 15 minuten: Spelletje om de techniek heen B
- 15 minuten: Wedstrijd C
- 15 minuten: Wedstrijdje met heel veel actie en beweging. D

### Voorbeeldoefening A

Wat zou deze Smashbaltraining dan worden bij het volgende accent:

- Accent: Op de bal slaan bij het smashen.
- 10 minuten: Warming up, spelvorm A

### Sint Joris en de Draak

Voor wie: spelletje kan gespeeld worden door nagenoeg alle groepen binnen de leeftijdscategorieën van Smashbal.

Accent: Warming up en smash + algemene balvaardigheid,

Beschrijving: Maak twee teams, deze teams kunnen scoren op de neer te leggen matten (op de vloer). Deze scores moeten wel gebeuren uit een smash. De jongens mogen niet lopen met de bal en deze niet langer dan 3 seconden vasthouden. Je kunt dat aan-

geven door de seconden af te tellen. Ballen afwerpen mag met het lichaam, de jongens mogen niet op de mat gaan staan.

Organisatie: Leg twee matten neer (hoe verder uit elkaar hoe groter de intensiteit) Zie tekening 1.

Benodigdheden: Volleybal en twee matten.

Tekening 1.



Bijzonderheden: Verdeel het aantal deelnemers in 2 teams. Gezien de (beoogde) intensiteit en het aantal (beoogde) balcontacten is er iets voor te zeggen, om (indien de zaal dit toelaat) twee velden te maken. Dus niet om twee teams te vormen maar vier. In de tweede helft van de tijd zou je dan de winnaars tegen de andere winnaars kunnen spelen en de verliezers tegen de anders verliezers. Dit zal meer intensiteit tot gevolg hebben dan hele grote teams.

Valkuilen: Op de zijkant van de mat kun je niet scoren. Geef aan dat alleen als de bal gewoon stuipt in zijn balbaan het een score is. Indien dat niet gebeurt is het geen score. Eigen doelpunten zijn niet mogelijk.

### Voorbeeldoefening B

- 5 minuten: Techniek
- 15 minuten: Spelletje om de techniek heen B

### Hoedjes bal

Beschrijving: Zo dicht mogelijk tegen de lijn van het net een hoedje plaatsen op de plaats waar je de bal hard hebt geslagen.

Voor wie: Beginnende Smashbal jongens die nog maar net meetraineren (leeftijd vanaf 7 jaar).

Accent: In het algemeen de smash (bovenop de bal raken) en in het bijzonder bal hoog pakken  
Beschrijving: Trainer gooit bal op en jongens smashen zo dicht mogelijk na het net op de grond. Bij een goed geslagen bal mogen zij een hoedje (in hun eigen kleur meenemen) om deze te plaatsen op de plek waar zij hebben geslagen. Bij een volgende poging mogen zij alleen het hoedje verzetten als de volgende bal op een betere positie is gesmasht. De

jongen die het uiteindelijk voor elkaar krijgt om een hoedje zo dicht mogelijk (na het net) te plaatsen, wint de oefening.

Organisatie: Jongens vormen een rij. Trainer bepaalt de intensiteit. Na het smashen zijn de jongens verantwoordelijk voor hun eigen bal en geven deze weer aan de trainer. Speel op een heel volleybalveld bij een trainer. Maar vanuit het aantal balcontacten is het beter om op een half veld te spelen en de assistent eveneens ballen te laten gooien.

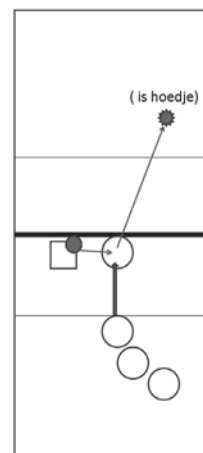
Zie tekening 2.

Benodigdheden: Laag volleybalnet (op circa 1.50 cm), afhankelijk van de lengte van de deelnemers. Hard opgepompte volleybal. Afhankelijk van het aantal jongens aantal kleuren hoedjes. Bij meer deelnemers dan kleuren kun je daarbij gebruik maken van dubbele hoedjes. Bijvoorbeeld de kleur van een van de jongens is blauw/wit. Assistent (is beter maar hoeft niet per se).

Bijzonderheden: Maak er pas in tweede instantie een wedstrijd van. Bij deze wedstrijd kun je gemakkelijk gebruik maken van tijd. Dus oefening duurt bijvoorbeeld vijf minuten.

Valkuilen: Bij het spelen van de wedstrijd zijn er altijd jongens bij die niet gaan smashen, maar als het ware tegen de bal tikken met de bedoeling om de bal zo kort mogelijk achter het net te krijgen. Vanuit het trainingsdoel is dat niet wenselijk. Als dat gebeurt onderbreek je de wedstrijd en geef je aan dat dit niet de bedoeling is.

Tekening 2.



Daarbij zou je bijvoorbeeld het Keyword geen hoedje kunnen gebruiken als jij vindt dat een bal niet goed geslagen is.  
Opmerking: Afhankelijk van het niveau van de kinderen, maar ook van de benodigde snelheid, zou je de kinderen voor zichzelf kunnen laten opgooien. Dan gaat de oefening net iets sneller.

## Voorbeeldoefening C

15 minuten: Wedstrijd C

### Level 2 Smashbal.

Puntentelling, conform de Smashbal methodiek level 2, maar bij een score van een bal die voor de eerste keer heeft gestuiterd in de 3 meter lijn wordt een bonuspunt gegeven. Dus als jij het voor elkaar krijgt om op de bal te slaan, zal je dus binnen de 3 slaan en krijg je daarvoor een extra beloning in de vorm van een punt.

## Voorbeeldoefening D

15 minuten: Wedstrijdje met heel veel actie en beweging D.

### Kaboembal

Met lijn/muur aantikken/of andere opdrachten.

Voor wie: Smashbal jongens die al wat langer aan het trainen zijn. Oefening kan toegepast worden op alle Kaboembal oefeningen.

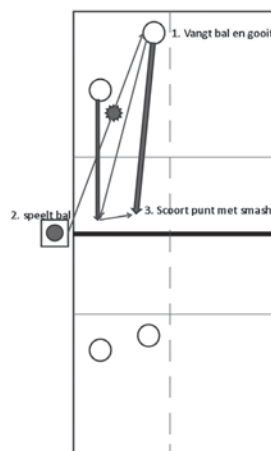
Accent: Belangrijkste accent is het winnen van de rally, de jongens in beweging te laten spelen. Verder kun je, doordat de trainer de eerste bal inbrengt, individueel aandacht geven aan eventuele manco's van deelnemers. Uiteindelijk bepaal jij hoe en waar de eerste bal wordt geplaatst.

Beschrijving: Twee teams van twee personen spelen tegen

elkaar. De eerste bal wordt ingebracht door de trainer. Na een stuit, wordt de bal gevangen door een speler van team B. Hierna gooit hij de bal naar zijn medespeler die ondertussen naar het net is gelopen. Deze speler gooit de bal voor zijn teamgenootje en deze smasht vervolgens de bal in het veld van Team A om een punt te maken.

Dit wordt net zo lang herhaald tot dat een van de twee teams een smash scorend afrondt of dat een van de twee teams een fout maakt in het smashen of het vangen. Indien het de jongens lukt om te scoren met een bal die de eerste keer stuiterd in de 3 meter lijn, krijgen ze een bonus, die ze kunnen inzetten om een keer geen opdracht te hoeven doen. De spelers van het team dat de fout maakt in de rally moeten de muur aantikken, ondertussen brengt de trainer een nieuwe bal in bij het team wat blijft staan. Tevens moet een bal die wordt gevangen binnen drie seconden door worden gegooid naar de teamgenoot. Anders kan de snelheid uit het spel gaan.

Zie tekening 3.



Tekening 3.

Organisatie: Spel wordt gespeeld op de helft van een volleybalveld met een laag net (afhankelijk van de lengte van de deelnemers). Je zou de kleinste jongen kunnen vragen om zich naast het net op te stellen met uitgestoken arm en hand. Als hij dan net in staat is om een smash te slaan zou dit de goede hoogte zijn.

Benodigdheden: Net op circa 1.50 cm, volleybal en antenne in de midden geeft het midden van het veld aan.

Bijzonderheden: Als trainer voer je het tempo maximaal op, zodat de jongens het net bij kunnen houden. Daarnaast speel je de eerste bal zodanig dat zij moeten duiken/vallen om de eerste bal te kunnen hebben. Dus ga net zover als de mogelijkheden het toelaten. Aangezien de jongens het vaak gemakkelijker vinden om een bal van rechts te smashen wordt er vaak naar rechts gelopen en dus vanaf links in het veld aangevallen. Dit is zeker geen probleem voor de oefening.

Alle oefeningen zijn uit te breiden met afwijkende puntentelling en afwijkende technieken cq acties. Andere acties zouden kunnen zijn op de billen zitten, buik liggen, net aanraken enz.  
Kans om met het inspelen van de eerste bal, te werken aan individuele doelstellingen.

Valkuilen: alle ballen van de trainer zijn goed (ook de bal die drie velden verder word ingebracht). Als we deze regel niet zouden maken kun je discussies krijgen en dat is net niet de bedoeling van de oefening.

vr