



Specifiek O17

Je mag verwachten dat de spelers in deze leeftijdscategorie al wel weten hoe men een bal moet aannemen, moet trappen, en wat termen betekenen als omschakelen, zak in of kantelen.....maar zeker niet onbelangrijk om dit wel in de trainingen terug te laten komen!

In deze categorie kun je ook de tactische aspecten in het voetbal echt in de groep gooien. Kinderen op deze leeftijd pakken die zaken goed op, en dat kun je dan in de trainingen terug laten komen, waardoor dit in de wedstrijden steeds beter toe te passen is.

Daarbij komt ook het stuk CCK (Conditie, Coördinatie en Kracht) als belangrijk leerpunt naar boven, met als doel om spelers ook bij vermoeidheid nog de handvaten mee te geven om iedere bal nog met een juiste coördinatie te trappen. Kracht speelt daarbij in deze categorie een grote rol, en die 3 zaken kun je mooi met elkaar vermengen in een juiste training.

Als het team 2x in de week traint, dan 1 training als basis maken vanuit CCK. Zorg voor voldoende conditionele oefeningen, met steeds tussendoor een voetballende oefening om de coördinatie op peil te houden. Kinderen leren dan wat belangrijk is in een balaanname, in het geven van een pass, of wat nog meer.

De andere training (meestal de 2^e training in de week, in aanloop naar de wedstrijd op zaterdag) gebruiken voor de voetbaltechnische elementen. Daar pak je dus de voorbereiding richting de wedstrijd in het weekend!

Wijs de kinderen op het belang van bewegen om de bal heen, ofwel beweging om de speler heen die op dat moment in balbezit is. Bewegende spelers zijn het moeilijkste te verdedigen, en dit soort zaken helpen de kinderen om zich nog harder in te zetten. Daardoor wordt een training ook veel leuker, omdat er een gezamenlijk belang achter zit.

Leeftijdsspecifieke kenmerken:

- Over het algemeen niet meer de “grote” groeiproblemen, waardoor de belastbaarheid groter is.
- Snappen ook de wat “moeilijkere” trainingsvormen, maar het blijft belangrijk om daarbij wel het doel duidelijk te houden.
- Vaak wat mondiger en makkelijker in het geven van feedback aan andere spelers.
- Willen graag meedenken over de manier van voetballen.
- Drukke schooldagen, die geregeld wel impact hebben op de trainingen in de avond.
- Werken vaak in de avonden, maak daar als trainer duidelijke afspraken over.
- Weten vaak wel “alles beter”.
- Weten bij een duidelijke uitleg ook wat “teambelang” is, maak daar gebruik van!