



## Trainingen Wedstrijd benadering O8 en O9

Deze kinderen hebben een drang tot nabootsen. Elke nieuwe beweging/voetbalhandeling ontstaat uit een (goed) voorbeeld van de trainer of wat ze van hun idolen hebben gezien. Praat niet te veel. Doe voor/laat voordoen en laat ze nadoen. De kinderen hebben een groot uithoudingsvermogen. Ze kunnen veel in een relatief kort tijdbestek. Laat ze veel oefenen, zodat ze al herhalend leren.

Rustmomenten moeten wel tijdig worden ingelast. Deze kinderen kunnen zich maar een korte tijd richten op eenzelfde (uitdagende) activiteit. Hun zogenoemde spanningsboog bedraagt maximaal vijftien tot twintig minuten. Verveel ze niet door te lang met hetzelfde bezig te willen zijn. Zijn nog gericht op zichzelf, laat ze individu zijn. Samenspel is nog niet belangrijk.

Doel van coaching/sturing is;

- het enthousiasmeren en aanmoedigen,
- Sturen op respect en sportiviteit.
- Meer goals willen maken als tegenstander.
- Leer om te gaan met verliezen.

### Training

Focus binnen training ligt op doelgericht handelen met bal. Handelen met bal om tegenstanders te kunnen passeren en te kunnen scoren.

Kern A ; Dribbelen en drijven met de bal

Kern B ;

- Passen en trappen met 'goede' been met binnenkant en wreef
- Beginnend passen en trappen met 'chocolade' been vooral met binnenkant
- Aanname met 'goede' been
- Beginnend aanname met 'chocolade' been

Kern C ; Tegenstander passeren (1 tegen 1)

Kern D ; Afwerken

Kern E ; Beginnende techniek verdedigend; laag zitten en op voorvoeten

0-10 minuten	"Warming up" ;
10 – 25 min	Kern A of B, eventueel gecombineerd,
25 – 40 min	Kern C, D of eventueel gecombineerd
40 – 60 min	Partij op minimaal één pupillen goal

### Wedstrijd

Spelen 6 vs. 6, waaronder een keeper, op 1/4<sup>e</sup> veld met zgn. pupillen goals.

JO8

Spelopvatting; plezier maken, laten voetballen, rennen op groter veld. Geen systeem/structuur.

Coaching alleen gericht op enthousiasmeren en aanmoedigen. Resultaat nog niet relevant.

JO9

Spelopvatting; 2-3 systeem (2 verdedigers en 3 aanvallers). Eerste stap van in structuur voetballen.

Rouleren van posities.

Meer goals willen maken dan tegenstander.