

Pupillenvoetbal JO12 en JO13

Ontwikkeling en individu staan voorop bij SC Woezik



Daarom stimuleert de trainer/coach op de volgende punten:

Teamtaken

Positie
kiezen

Bewegen
zonder bal

Veld-
bezetting

Balbezit

- Veld groot maken, breed en diep
- Diepte zoeken in het spel
- Aansluiting van de linie
- Veel beweging zonder bal
- Keeper mee laten voetballen

Balverlies/omschakeling

- Als team/linie de bal terug veroveren
- Druk op de bal houden
- Speelveld klein maken
- Waar kan vooruit verdedigen
- Als we inzakken dan tot het midden (bij fout als team druk op de bal zetten)
- Omschakelen : E.v.t. posities overnemen
- Meebewegen met de bal zowel vooruit als achteruit en van links naar rechts

Training

Training bestaat uit:

1. Warming-up (techniek)
2. Oefenvorm
3. Partijvorm met doel

Wat je wilt trainen is gebaseerd op datgene wat je zaterdag op het veld ziet. We letten dus op de teamtaken balbezit/balverlies/omschakeling.

We brengen de spelers zoveel mogelijk in situaties zoals in de wedstrijd. Dus kiezen we veel voor oefenvormen met weerstand. (kleine partijspellen)

Alleen de warming-up kunnen nog technische oefenstof bevatten zonder weerstand. Bij de JO12 gaat het vooral over keuzes maken kies dan voor individuele actie of juist voor overspelen .We gaan ervan uit dat de basishandelingen reeds bekend zijn vanuit JO8/JO11. We herhalen deze, alleen met meer weerstand én meer wedstrijdgericht.

Specifiek voor de trainer

- Zorg dat je als trainer gekleed bent.
- Positief coachen: vertel wat er goed ging en wat beter kan i.p.v. fouten benadrukken.
- Meer aandacht aan het bewegen zonder bal
- Meer nadruk op belang van balbezit
- Verzorgd voetbal vanuit achteruit
- Geen lange en hoge ballen wanneer er andere mogelijkheden zijn
- Inspelen van de bal op het juiste been
- Verhogen van de balsnelheid
- Hoe gaan we staan met balbezit/de omschakeling/balverlies
- Duidelijkheid creëren dus veel herhalen
- Coachen van de wedstrijden
- We leggen onze aandacht als coach meer op de veldbezetting / team taken