

Pupillenvoetbal JO8 en JO9

Ontwikkeling en individu staan voorop bij SC Woezik



Daarom stimuleert de trainer/coach op de volgende punten:

Voetballen
met PLEZIER

ACTIES

Bal-
vaardigheid

Voetballen
leren we met links
en rechts

Druk zetten
op de bal

Dribbelen

Wij hebben de bal

- Veld groot maken: breed en diep
- Keeper mee laten voetballen
- Stimuleer acties

BIJ JO8/JO9 MAG JE:
pingelen, acties maken
en dribbelen met de bal.

Zij hebben de bal

- Meteen druk op de bal zetten
- Bal afpakken
- Spelen: één op één

Opbouw training

Training bestaat uit:

1. Warming up (balvaardigheid)
2. Oefenvorm
3. Partijvorm met doelstelling

Kies je doelstelling 'WAT WIL IK GAAN TRAINEN'

Focus je dan ook alleen hier op.

Zorg dat een training altijd uit 3 tot 4 oefeningen bestaat en herhaal deze 2 tot 3 weken.

Specifiek voor de trainer

- Zorg dat je als trainer gekleed bent.
- Ken je doelgroep.
- Coach positief.
- Vermijd het woord 'niet' of 'geen'.
- Creëer duidelijkheid voor spelers en ouders door structuur te bieden.
- Zorg ervoor dat elke speler evenveel speelt.
- Laat spelers op andere posities spelen in het veld.

Tip: Tijdens oefeningen klaarzetten, laat het team ondertussen hooghouden met de bal.