

## 7.2 LEERLIJN LEEFTIJDSCATEGORIE O8/O9 PUPILLEN

<p><b>Kenmerken</b></p>	<p>Ze zijn snel afgeleid, kunnen zich niet zo lang concentreren en zijn vaak nog erg speels. Wat men dan vaak ziet is dat ouders langs de lijn meer verlangen van hun kind dan dat ze op dat moment kunnen. De bal is op deze leeftijd nog de grootste weerstand. Het belangrijkste voor deze kinderen is het plezier in het spel, van wedstrijd is nog nauwelijks sprake. Dat heeft allemaal te maken met gewenning, het voetbalveld, de bal, tegenstanders, maar ook het leren samen met elkaar het spel te spelen.</p> <p>Voor deze voetballertjes zijn maar een paar <b>doelstellingen</b> noodzakelijk;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gewenning; trainen, wedstrijden, teamsport etc.</li> <li>• Het “de baas” worden over de bal</li> <li>• Leren omgaan met de weerstanden in het spel (de bal, het veld, de tegenstander)</li> <li>• Zorg voor herkenbaarheid in het spel</li> </ul> <p>Op deze leeftijd moet je als leerdoel hebben: <b>Wat gaan we doen als wij de bal hebben en wat gaan we doen als de tegenstander de bal heeft.</b></p> <p>Voor de omstanders/ouders is het prachtig als hun team of kind heeft gescoord, maar vergeet vooral niet waar het omgaat, namelijk het spel. Bij deze leeftijd gaat het vooral om het plezier en niet direct om het resultaat. Gebruik als omstander/ouder geen moeilijke termen als doordekken, omschakelen, kantelen etc. etc.</p> <p>Moedig uw kind, maar ook andere kinderen positief aan in het spel. Laat het coachen over aan de trainer/leider van het team. Zorg dat trainingen en wedstrijden op tijd kunnen beginnen. Samen zijn we verantwoordelijk voor de materialen van de club. Na een training of wedstrijd is een goede verzorging van het lichaam heel belangrijk. Douchen is ook op deze leeftijd een must! Gebruik altijd badslippers om infecties te voorkomen.</p>
<p><b>Oefenstof</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Het gehele jaar door (afwisselend en herhalend). Vooral veel balcontacten. Laat ook veel ruimte voor:</li> <li>• Dribbelen: Links en rechts</li> <li>• Afkappen van de bal: Links en rechts/binnenkant voet + buitenkant voet</li> <li>• Trappen: Links en rechts/binnenkant voet + wreef</li> <li>• Aannee van de bal: Links en rechts/binnenkant voet + wreef</li> <li>• Motoriek: Looppladder(=speedladder)/touwtje springen/horde lopen etc.</li> <li>• Partijspelen: Kleine teams, kleine velden, pupillengoals</li> <li>• Vormenpartijspel: 1:1/2:2/2:3/4:4</li> </ul>
<p><b>Coachen</b></p>	<p>De rol van de trainer is belangrijk, positief coachen, laat kinderen ontdekken.</p> <p>Blijven motiveren, simpel woordgebruik, helpend gedrag voor, tijdens en na de training en wedstrijd. Individuele aandacht. Ruimte laten voor de eigen ontwikkeling van de speler als individu.</p> <p>Coachterminen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Als zij de bal hebben; “Probeer de bal weer af te pakken”</li> <li>• Als wij de bal hebben; “Probeer een doelpunt te gaan maken”</li> <li>• Als je géén bal hebt; blijf in beweging, anders krijg je het koud</li> <li>• Als je graag de bal wil hebben; vraag er dan om</li> <li>• Als je verloren hebt; goed gevoetbald en de volgende keer gaan wij proberen om doelpunten te maken.</li> </ul>
<p><b>Voetbalterminen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dribbelen</li> <li>• Overspelen</li> <li>• Gaan scoren - Aanvallen</li> <li>• De bal afpakken - Verdedigen</li> <li>• Wisselen (wisselers)</li> <li>• Spelers - Jij of Ik!?</li> <li>• Keeper - Los of Jij!</li> </ul>



<b>Mentaal</b>	Plezier in voetbalspel. Concentratie is niet belangrijk. Geen eisen aan voetballen. Begin ontwikkeling weerbaarheid.
<b>Praktische opmerkingen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsvormen mogen niet te lang duren (5-10 min) dit i.v.m. concentratievermogen</li> <li>• Zorg voor veel afwisseling in de training/oefenvormen (herhaling v/d oefenstof!!!)</li> <li>• Bij technische oefeningen korte pauzes inlassen om bijvoorbeeld dingen nog eens voor te doen of uit te leggen</li> <li>• Spelers hebben nog géén vaste plaats in het team (<b>dus ook géén vaste keeper</b>)</li> <li>• Leer spelers aanvallen en verdedigen</li> <li>• Voorkeur van het spelsysteem is 1 – 2 – 1 – 2 - 1</li> <li>• Perfectie is een goed streven, maar niet ten koste van.</li> </ul>
<b>Kracht-, coördinatie en stabilisatie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coördinatie moet onderdeel zijn van training.</li> <li>• Judo-training /valtechniektraining</li> <li>• Veelzijdig bewegen. A.S.M. (Train de trainer)</li> <li>• Spelenderwijs kennis laten maken met de algemene grondvormen van beweging; lopen, springen, huppelen e.d.</li> </ul>
<b>Sociaal maatschappelijk</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeugdontwikkelingsbegeleider beschikbaar</li> <li>• Ouders 1x per jaar informeren F-pupil algemeen</li> <li>• Ouders 1x per jaar team-info begin van seizoen</li> <li>• Werken vanuit driehoek, kind, ouder, trainer.</li> </ul>
<b>Elftallen</b>	<p>Selectie-elftallen trainen min 2x per week, voor de overige elftallen is het streven 2 trainingsmomenten per week aan te bieden.</p> <p>De selectie-elftallen zijn;</p> <p>O8-1, O8-2</p> <p>O9-1, O9-2</p>