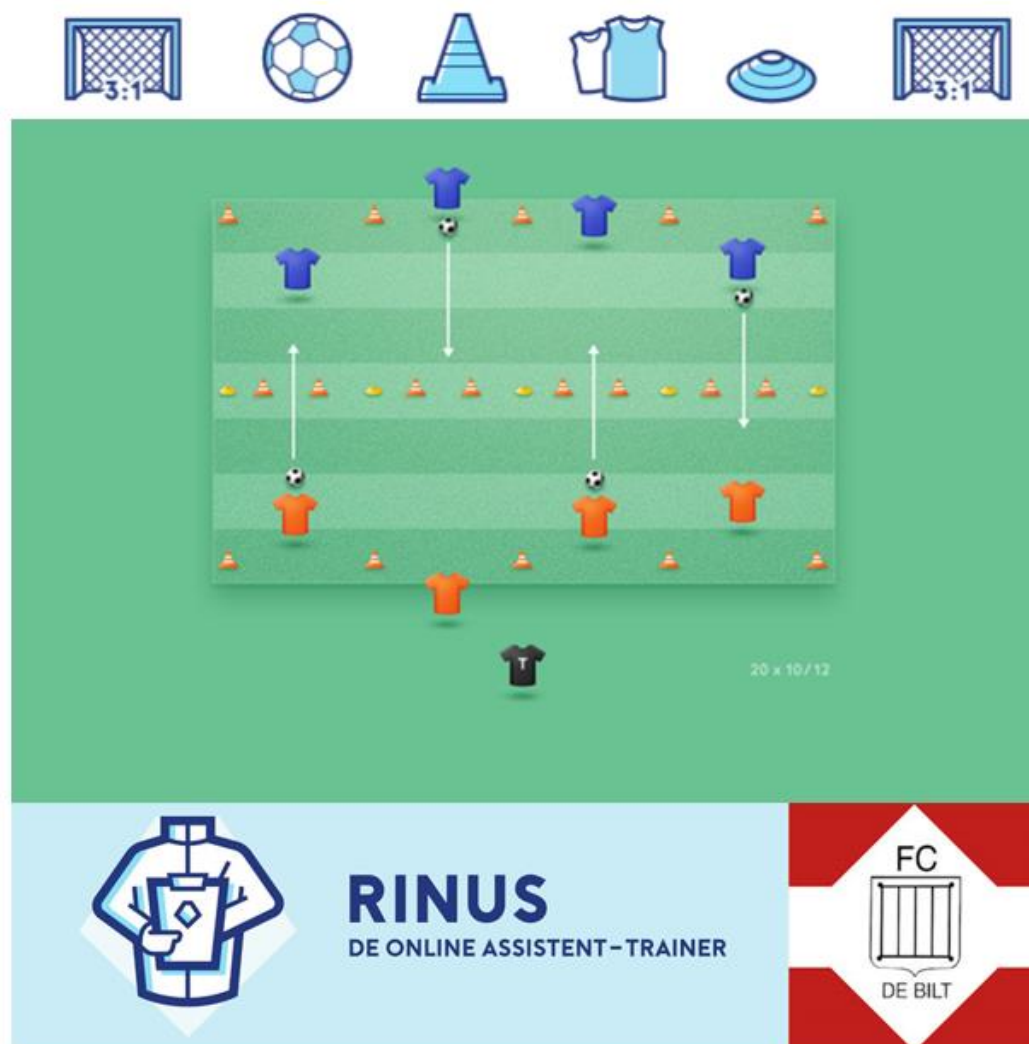


FC DE BILT

LEERLIJN LEEFTIJDSCATEGORIE

06-07



FC DE BILT

LEERLIJN LEEFTIJDSCATEGORIE

06-07

Onze missie.

FC De Bilt wil een vereniging zijn op basis van het respecteren van normen en waarden. Waar talentvolle voetballers zich kunnen ontwikkelen, maar waar ook de minder talentvolle spelers met veel plezier kunnen voetballen en waarbij sportief gedrag, respect voor de ander en voetbalplezier voorop staan. Met z'n allen zetten wij ons in om spelers van jong tot oud, van zeer talentvol tot minder talentvol, zowel jongens als meisjes, met veel plezier te laten voetballen en hen te helpen om hun eigen hoogst haalbare voetbalniveau te halen.

Doelstelling.

06 – 07 speler hebben veel moeite met passen en de balbehandeling. Een bal is ook relatief veel groter voor hen dan bij de oudere jeugd. De speler heeft nog weinig kracht. Hij is snel moe, maar kan ook snel daarna weer herstellen. Dat hoort bij de leeftijd en zal zich vanzelf oplossen naarmate ze ouder worden.

Acties maken moet worden gestimuleerd, overspelen niet.

Voor deze voetballertjes zijn er maar een paar doelstellingen.

- Het “de baas” worden over de bal.
- Leren omgaan met de weerstanden in het spel (de bal, het veld, de tegenstander)
- Zorg voor herkenbaarheid van spelregels (hou het eenvoudig)

Gouden regel:

Een training is goed wanneer er veel balcontacten voor elke speler zijn.
Hoe meer balcontacten hoe beter de training.

Wedstrijden.

06 & 07 – In onderling verband kleine partijtjes van 4 tegen 4 met een wedstrijdduur van 8x5 minuten.

FC DE BILT

LEERLIJN LEEFTIJDSCATEGORIE

06-07

Voetbaltermen.

De voetbaltermen zijn simpel en beperk het tot de basis termen zoals:

- Passen ("mikken").
- Dribbelen ("lopen met de bal").
- Annemen ("stoppen van de bal").
- Schieten.

Oefenstof.

De trainingen worden gegeven in circuitmodel Passen("Mikken"), dribbelen ("lopen met de bal") en oefeningen met afwerken worden klaargezet. Elke oefening 8 tot 10 min uitvoeren.

Geef een korte uitleg volgens het praatje, **praatje**, daadje principe. Praatje is de uitleg, **praatje** is het voordoen en daadje is het laten uitvoeren.

- Nadruk op wennen aan de bal, medespeler en tegenstander via kleine partijspelen.
- Veel speelse oefeningen.
- Veel laten bewegen en veel met de bal.
- Veel ruimte laten voor zelf ontdekken.
- Veel laten scoren; doeltjes niet te klein (succes laten beleven).
- Veel balcontacten, zorgen voor kleine partijen (2:2, 4:4).

Opbouw van de training.

- Voor deze lichte wordt de opbouw van de training ingevuld/verzorgd door de voetbalacademie.

Coachen.

De rol van de trainer is belangrijk, positief coachen, laat kinderen ontdekken. Blijven motiveren, simpel woordgebruik, helpend gedrag voor, tijdens en na de training en wedstrijd. Individuele aandacht. Ruimte laten voor de ontwikkeling van het individu. De trainingen zijn spelletjes en kunnen ook zo gebracht worden. Hou de uitleg kort, simpel en maak het vooral leuk.

FC DE BILT

LEERLIJN LEEFTIJDSCATEGORIE

06-07

Praktische opmerkingen.

Veel langer dan 10 minuten kunnen ze niet geconcentreerd blijven. Ook zijn ze erg op zichzelf gericht, ze zien andere spelers niet staan. Het bekende kluitjesvoetbal is vaak het gevolg.

In de wedstrijd is er een grote botsing met het verwachtingspatroon van trainers/leiders/ouders en wat de O6 - O7 speler daadwerkelijk kan en moet leren.

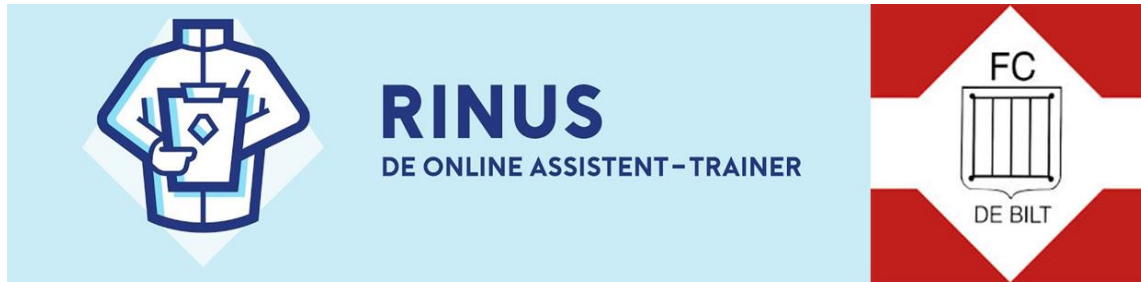
Vaak hebben ouders andere verwachtingen van overspelen en samenspel, maar dat is een onderdeel voor later.

Samenspel is iets wat niet gestimuleerd hoeft te worden. Spelplezier en lef maken een O6 – O7 speler tot een speler die zich maximaal ontwikkelt.

FC DE BILT

LEERLIJN LEEFTIJDSCATEGORIE

06-07



De KNVB biedt speciaal voor trainers een nieuw online platform: **Rinus**. Met de tool op KNVB Assist en de bijbehorende mobiele app hebben trainers op elk moment van de dag toegang tot honderden oefeningen, kant-en-klare programma's en kunnen zij inspiratie opdoen om jeugdvoetballers optimaal te laten genieten van wat zij het liefste doen: voetballen.

Alle oefeningen, trainingen, programma's en trainingsplannen zijn ontwikkeld vanuit de voetbalvisie die de **KNVB** en ook **FC De Bilt** omarmt: met plezier beter leren voetballen. Je kunt op Rinus terecht voor al jouw voetbaluitdagingen. Of je nu voor het eerst een team gaat coachen of begeleiden, of al in het bezit bent van een KNVB-diploma.

<https://rinus.knvb.nl/overzicht/trainingen?leeftijd=3320&kind=1>



<https://www.youtube.com/watch?v=hzkpZxnx-s8&list=PLlvcn3TtK-zkTFEX4OahdF4ZZabUFheQm&index=13>