

Overzicht maandthema's met oefenstof

Dit aangeboden overzicht is een overzicht van de maandthema's waar tijdens die maand bijzondere aandacht aan wordt besteed. Het spreekt voor zich dat er tijdens de trainingen veel meer aan bod komt dan enkel het maandthema. De aangeboden filmpjes zijn extra oefenstof (of uitbreiding) van de trainingen die door de spelertjes en hun ouders als 'huiswerk' kunnen geoefend worden. We zijn ervan overtuigd dat een grote betrokkenheid van de ouders de ontwikkeling van de spelertjes een positieve stimulans geven.

2016-2017		
	U8_U9	U10_U11
SEPTEMBER	Spelregels / indoor vs outdoor "FUN & FAIRPLAY"	Controle "SAMEN & FAIRPLAY"
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Bal met binnenkant L en R heen en weer tikken <input type="checkbox"/> Pass van papa/mama over de grond en speler in de cirkel controleert 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Bal met binnenkant L en R heen en weer tikken, overstap en met zelfde voet afrollen naar buiten <input type="checkbox"/> Bal zelf omhoog gooien en controleren met binnenkant (R/L) <input type="checkbox"/> Bal zelf omhoog gooien en controleren met buitenkant (R/L)
OKTOBER	Passen (Controle & Passen) Positie op het veld (vliegtuigje) "VLIEGTUIG"	Passen (Controle & Passen) Positiespel balbezit "VLIEGTUIG"
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Heen en weer passen onder poortje <input type="checkbox"/> Passen over een lage hindernis <input type="checkbox"/> Controle binnenkant voet, pass binnenkant voet Kegeltjes omver passen	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Passen in één tijd met binnenkant R/L <input type="checkbox"/> Passen in één tijd met buitenkant R/L <input type="checkbox"/> Controle binnenkant voet R pass binnenkant voet L (en omgekeerd)
NOVEMBER	Controle en pass (2 of meer tijden) Controle en afwerken (2-tijden) Positie op het veld (vliegtuigje) "FORT"	Controle en pass (1-tijd) Controle en afwerken (1-tijd) Positiespel – hoe balbezit houden "FORT"
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Controle binnenkant voet, pass buitenkant voet <input type="checkbox"/> Ballon jongleren op 4 verschillende manieren <input type="checkbox"/> Ballon jongleren op hoofd en voet 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Controle buitenkant voet, pass binnenkant voet <input type="checkbox"/> mama/papa gooit bal, bal passen tussen kegels met buitenkant voet <input type="checkbox"/> Controle Pass (1tijd) met mama/papa (dichterbij komen / uiteengaan)
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Goed en fout verdedigen 	

DECEMBER	Controle en afwerken (2 of meer tijden) Balbezit houden (individueel) "RAKET"	Controle en afwerken (1-tijd) Balbezit houden (individueel) "RAKET"
	<input type="checkbox"/> Trappen tegen muur <input type="checkbox"/> Trappen met de wreef <input type="checkbox"/> Afschermen van de bal. Speler moet mama/papa wegduwen als zij/hij de bal wil wegtrappen <input type="checkbox"/> Afschermen van de bal. Speler gooit de bal tegen een muur (inworp/intrap). Mama/Papa staat in de rug van de speler. Speler verhindert dat mama/papa aan de bal komt.	<input type="checkbox"/> Controle voorwaarts (met trampoline of tsjoek) <input type="checkbox"/> Eén keer jongleren en vluchtshot <input type="checkbox"/> Enkele keren jongleren en trappen <input type="checkbox"/> Afschermen van de bal. Mama/Papa past naar speler in de cirkel. Speler schermt bal af als mama of papa de bal willen veroveren. <input type="checkbox"/> Speler trapt de bal zo hoog mogelijk en 'vecht' voor de bal
JANUARI	Controle, pass en afwerken Balbezit houden (collectief) "TEAMSPIRIT"	Bal veroveren / afnemen Balbezit houden (collectief) Coachen van medespelers "TEAMSPIRIT"
	<input type="checkbox"/> Reactiespel	<input type="checkbox"/> Showtje: bal in de nek <input type="checkbox"/> Showtje: Bal op het hoofd houden <input type="checkbox"/> Showtje: Bal op het hoofd houden en kus geven
FEBRUARI	1 tegen 1 balbezit 1 tegen 1 balverlies Koppen	Afwerken Koppen Positie balverlies (individueel)
	<input type="checkbox"/> Koppen op een zachte bal zonder sprong <input type="checkbox"/> Zelf gooien en koppen richting doel <input type="checkbox"/> Kopbal met een sprong op vaste bal <input type="checkbox"/> Bal zelf omhoog gooien en gecontroleerd koppen (amortiseren) <input type="checkbox"/> Tennisvoetbal met hoofd	<input type="checkbox"/> Mama/Papa gooit. Bal in emmer koppen. <input type="checkbox"/> Kopbal met een sprong <input type="checkbox"/> Bal zelf opgooien en op mikpunt koppen met een sprong <input type="checkbox"/> Mama/Papa gooit en speler kopt terug met een sprong terwijl achteruit of vooruit gelopen wordt. <input type="checkbox"/> Meenemen met kop en scoren (met trampoline of tsjoek) <input type="checkbox"/> Tennisvoetbal (jongleren)

Overzicht maandthema's met oefenstof

MAART	Inwerpen - Intrappen Corners & Vrije trappen Positie balverlies (collectief)	Inwerpen - Intrappen Corners & Vrije trappen Positie balverlies (collectief)
	<input type="checkbox"/> Trappen op een mikpunt <input type="checkbox"/> Inwerpen op een correcte manier	<input type="checkbox"/> Trappen naast een 'muur' met effect binnenkant linkervoet <input type="checkbox"/> Trappen naast een 'muur' met effect binnenkant rechtervoet <input type="checkbox"/> Zo ver mogelijk inwerpen
APRIL	Drijven & Dribbelen Dribbelen tegenstander	Drijven & Dribbelen (op snelheid / op weerstand) Positiespel balverlies
	<input type="checkbox"/> Bal leiden en regelmatig stoppen (zool) <input type="checkbox"/> Slalom tussen kegels <input type="checkbox"/> Bal leiden en omdraaien <input type="checkbox"/> Spel : politie en dief	<input type="checkbox"/> Bal leiden en omdraaien <input type="checkbox"/> Overstap en bal spelen met buitenkant <input type="checkbox"/> Kapbeweging <input type="checkbox"/> Bal afrollen en schaarbewegingen <input type="checkbox"/> Extra: Bal binnenkant voet achter steunbeen kappen
MEI	Dribbelen en afwerken	Dribbelen en afwerken Van balbezit naar balverlies naar balbezit