

U7

Generelt

- Træningen skal sikre en god og spændende træning/leg med bold og en inspirerende introduktion til fodbold.
- Yderligere fokus på vægtningen af indhold, så der fokuseres mere på fodboldspillet.
- Alle træningsøvelser (inkl. Opvarmning) foregår med bold.
- Legen skal stadig være alsidig (ikke kun fodbold) og må gerne involvere både barn og forældre i fællesskab.
- Der trænes én gang om ugen.
- Der spilles 3 mod 3 til kamp uden målmand

Forventninger til forældre

- Her er forældrene til stede under hele træningen, og kan aktiveres under træning hvis træneren ønsker det.
- Hjælper med at dømme kampe på hjemmebane.
- Forældre transporterer selv deres børn til kamp.
- Hjælp evt. med tilmelding ved stævner, med trænerens godkendelse.
- Efterlev klubbens værdisæt for "forældreinvolvering" og "de 11 bud"

Læringselementer

Teknik

- Øve forskellige finter. Spilleren må gerne allerede have 1 favoritfinte
- Tæmning med fod og lår (stigende sværhedsgrad)
- Indersidespark
- Vristspark (sparke med snørebåndet)
- Træne korte afleveringer og præcise afleveringer
- "Hurtige fødder"

Niveaudeling - kampe

På dette alderstrin foretages der ikke nogen niveaupdeling af spillerne.