



7 tips voor trainers van duiveltjes

Kom op tijd

Probeer steeds een kwartier op voorhand aanwezig te zijn. Ouders durven hun kind soms afzetten en vertrekken. Duiveltjes zijn nog niet bewust van de gevaren die bepaalde zaken met zich meebrengen. Als trainer is het dus ook 1 van je taken om te zorgen voor een veilig klimaat op en rond het veld.

Vermijd koppen en stretching

Het schedeltje van een jong kind is nog niet geschikt om te gaan koppen op ballen, beperk koppen dus tot een absoluut minimum (eventueel koppen uit de eigen handen). Ook de spieren en beenderen groeien snel, geef geen stretchoefeningen want dit kan nadelig zijn voor de groei.

Maak een voorbereiding en werk thematisch

Werk niet elke training rond een ander thema maar blijf soms eens wat langer stilstaan bij 1 thema. De herhaling zal voor grotere vooruitgang zorgen. Stel bijvoorbeeld voor de maand september 1 thema 'opbouwen' voorop en werk dit af. Ga nadien pas naar een ander thema. Het vernieuwde leerplan van SKG is hier de ideale handleiding.

Plezier staat altijd centraal!

Het plezier die kinderen ervaren tijdens het voetballen is de basisdoelstelling in alles wat we doen. Integreer dus zo vaak mogelijk spelvormen op trainingen waar de nadruk ligt op plezier en niet zozeer op winnen. Dit zal ook op de motivatie van de kinderen een positieve invloed hebben waardoor zij blijven voetballen.

Weeral afgelast? Geen nood!

De vele jeugd ploegen van SK Grembergen zorgen voor een zware belasting van de terreinen. Jammer genoeg vinden in de winterperiode veel afgelastingen plaats. Geen nood! Via Bart Van Der Made kan je eenvoudigweg de sleutel van de sporthal vragen om op woensdagavond in de zaal te trainen of gebruik maken van het kunstgrasveld in Sint-Gillis.

Positieve coaching

Een duiveltje komt voetballen voor zijn plezier en we wensen dan ook geen brullende trainers langs de zijkant. Wil je een kind toch feedback geven of wijzen op iets negatief? Gebruik dan de **Sandwich methode!** Begin met een positieve opening, plaats dan je punt van kritiek en rond je feedback af met een positieve boodschap.

Gebruik beide voeten

Jong geleerd is oud gedaan! Voorkom dat kinderen van bij de start een enorme afkeer krijgen van hun 'slechte' voet. Tracht oefeningen met twee voeten te laten uitvoeren. Als ze dit als duiveltje al eigen zijn dan is het later makkelijker om hierop voort te bouwen.