

Barn i introduktionsfasen!

"Fotbollsleki" 5 År

- Börjar intressera sig för andra barn.
- Kan klara av (överblicka) samvaro i mindre grupper.
- Har ett "avslappnat" förhållande till vinster och förluster.
- Stort och naturligt rörelsebehov.
- Förhållandevis lång reaktionstid.
- Har svårt att bedöma avstånd.
- Kan klara "här och nu" situationer.
- Spelarens motorik består huvudsakligen av totalrörelser som att springa, hoppa, kasta och sparka.
- Kan inte överblicka större områden på fotbollsplanen.
- Uppfattar världen genom bildspråk.



Träningsinnehåll

1. Uppvärmning, bollekar eller tekniklekar.
2. Enklare spelmoment.
3. Smålagsspel (3 mot 3) Gärna flera mindre grupper, detta ger möjlighet till fler "bollkontakter".
4. Lek, genom leken med boll aktivera barnen, ge uppmuntran och stimulera deras intresse för idrott och bollspel.



"Nu har jag tränat två pass i veckan, varje dag"

Thomas Brolin – Fotbollsspelare