

1.3. Utviklingsplan 8-10 år.

Disse målene er veiledende og gir trenerne god mulighet til å legge opp sesongen etter nivået på sin spillergruppe. Temaene skal uansett stå fast og man skal innom alle hvert år. Ved behov er det ingenting i veien for å ta opp igjen temaer fra tidligere år. Gode hjelpemidler er treningsøkta.no, klubbens læringsmål og klubbens trenerveileder(e).

Ferdigheter 8-10 åringer			
Sosiale	Fysiske	Tekniske	Relasjonelle
• Fair- Play • Kameratskap • Respekt for med- og motspillere, trenere og dommere • Lytte til treneren • Møte tidsnok • Toleranse for andres- og egne feil • Forstå at øvelse gjør mester	• Øye-fot-koordinasjon • Kroppsbeherkselse – balanse- og stegrytmer.	• Ballmestring • Mottak – innside, lår og bryst • Førings – kontroll og retningsforandringer • Vendinger – innside, utside, såle, Cruyff, stepovervendning • Pasninger – innside, utside, vrist – ulike distanser • Skudd – innside og øve på å bruke vrist • Finter – skudd- og overstegefsfinte • Header	• Skape rom for seg selv og andre • Ta initiativ for å få ball • Bevisstgjøre hva slags valg ballfører har – men la de ta valg selv



TOPP KVALITET – REN IDRETTSGLEDE!