

ÅRSPLAN VALGFAG FODBOLD – 30 uger / 60 dobbeltlektioner

Lektion	Uge	Dato	Fagområde	Fagaktivitet
1.			Intro - minikampe	Fodbold Cup , Divisionskampen og Knockout Turnering
2.			Teknisk	Boldkontrol
3.			Teknisk	Dribling og vending
4.			Teknisk	Pasninger (inkl. sparkeformer)
5.			Teknisk	Afslutninger (inkl. sparkeformer)
6.			Teknisk	Finter og vendinger
7.			Teknisk	Små spil (3:3 - med valgt fokus f.eks. dribling)
8.			Teknisk	Små Spil (5:5 - med valgt fokus)
9.			Teknisk	Små Spil (8:8 - med valgt fokus)
			Efterårsferie	
10.			Taktik	Intro til DBU Spillestilsbolden + forsvarsspil
11.			Taktik	Spillestilsbold + Erobringsspil
12.			Taktik	Spillestilsbold + Opbygningsspil
13.			Taktik	Spillestilsbold + Afslutningsspil
14.			Taktik	Spillestilsbold + Omstillingsspil
15.			Taktik	Opsamling og midtvejsevaluering
16.			Fysisk	Aerob træning
17.			Fysisk	Anaerob træning
18.			Fysisk	Opsamling og evaluering af aerob og anaerob træning
			Juleferie	
19.			Mental 1 - konkurrence	Kompetitiv træning
20.			Mental 2 - konkurrence	Momentum træning
21.			Mental 3 – konkurrence	Konkurrence-strategier (individuel og holdmæssigt)
22.			Konkurrence	Opsamling og evaluering af mentalt træningsforløb
23.			Kursus 1	Ungdomskamplederkursus
			Vinterferie	
24.			Kursus 2	Kampleder – herunder Fair Play
25.			Kursus 3 - praktik	Kampleder - <i>Brobygning til den lokale klub (kampledertræning til klubbens børnekampe)</i>
26.			Taktik	Forberedelse til kampobservation - spillestilsbolden
27.			Taktik	Observation af Superliga- eller klubkamp / kampanalyse
28.			Taktik	Efterbehandling af Superliga eller klubkamp / kampanalyse
29.			Festivalturnering	Praktisk afrunding med kamp
30.			Evaluering	Faglig opsamling og tilbagemeldinger på forløb