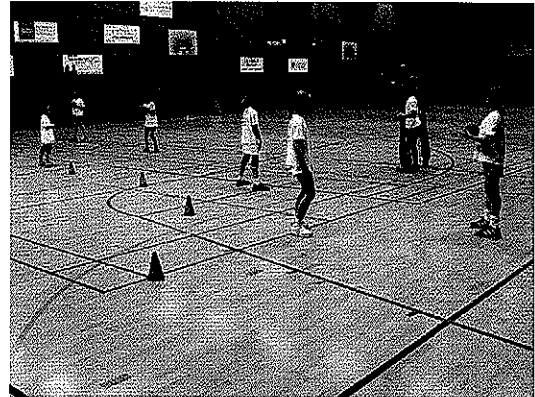


8

U-12 specialisering



Ved specialisering forstås

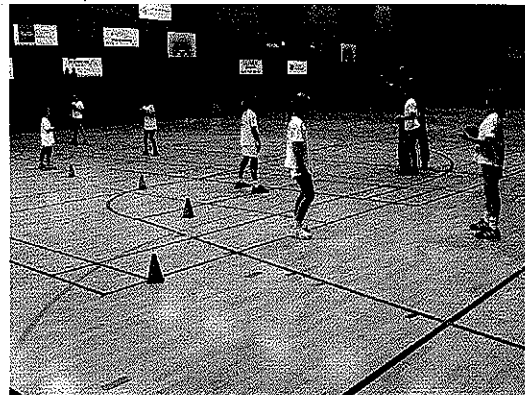
- dels en **idrætslig specialisering**, hvor man kun træner specifikke færdigheder inden for den valgte idrætsgren (f.eks. håndbold)
- dels en **positionsbestemt specialisering**, hvor man kun træner de færdigheder, man anvender på den position på banen, hvor man spiller (f.eks. venstre fløj).

For de yngste vil såvel idrætslig som positionsbestemt specialisering være uhensigtsmæssig.

U-12 spillerne skal præsenteres for mange forskellige hensigtsmæssige håndboldbevægelser (teknikker), så de får erfaringer med disse teknikker og på sigt opbygger et stort teknisk repertoire. Alle spillere præsenteres for, afprøver og øver de samme tekniske elementer (f.eks. fløjskud). Når der spilles kamp, bør alle spillere prøve at spille på mere end én position, så de opnår erfaring med og forståelse for flere forskellige positioner. To til tre spillere på hvert hold bør udvælges til at stå på mål (evt. på skift).

Børnene bør støttes i at dyrke mere end én idrætsgren.

ALL-ROUND SPORT

9. U-12 trænerrollen

Som træner for U-12 spillere skal du være opmærksom på følgende:

Du skal fortsat sikre, at alle børn føler sig trygge og som en del af fællesskabet.

Du skal være tydelig og troværdig i din kommunikation, men også være i stand til at involvere spillerne i beslutninger om holdets træning og aktiviteter. Børnene skal kunne udfolde sig og have mulighed for at tage initiativ. Børn på dette alderstrin har gode forudsætninger for at lære.

Du skal præsentere dem for nye færdigheder og ny viden og stimulere deres læring gennem positiv/konstruktiv feedback.

U-12 spillerne vil i stigende grad have fokus på præstationerne. Spillere, som oplever negative reaktioner på præstationer, kan hurtigt føle angst/frygt. Det er derfor vigtigt at huske, at kampene ikke kun skal evalueres på resultatet.

Du skal informere og involvere forældrene, så de bliver vigtige støttepersoner omkring holdet.