

“HOE SNELLER HET VOETENWERK, HOE BETER DE SPELER”

Gerrit Driessens

22/06/2014



1. AANLEREN
2. INOEFENEN
3. AUTOMATISEREN
4. TOEPASSEN

=> SPELERS:

- al spelend leren
- op een leuke manier zinvol bezig zijn, uitdagend zijn
 - het rendement moet hoog zijn
 - veel variatie & afwisseling
 - tijd moet voorbij 'vliegen'
 - competitief waar mogelijk
- aangepast aan niveau van spelers
- waar mogelijk sociale vaardigheidstraining

=> COACH:

- interesse wekken, uitdagend zijn
- steeds vernieuwen, stof tot nadenken
 - competitief
 - aangepast aan niveau
- mogelijkheid bieden tot 'leren'
 - werken aan DETAILS

Don't forget:

Zorg voor een duidelijk doel, een duidelijke doelstelling. Doe nooit “zomaar” een oefening. Op internet kunnen we voldoende info en drills vinden, maar maak er je “eigen” drill van. Heb een **duidelijk doel** voor ogen waaraan je wil werken, **wees creatief** en **evalueer je training** achteraf.