

SIDE 1

Italien

Maurizio  
Cremonini

en clinic skulle  
gerne få os til  
at stille spørgsmål  
til egen praksis

SPILLEREN SKAL

- planlægge
- beslutte
- hvad skal jeg ikke
- justere mine  
håndlinger
- hantere

det der foregår  
på banen skal  
vært spillerens  
dinior

U12 : 5-5, høje kurve

10-12 spillere - ingen udskiftning imellem perioderne  
medmindre man er flere

4x8 minutter

U10 : 4-4 lave kurve

6x6 min

vinder at perioden får 3 point, taberen 1 point

U8 : 3-3 kort bane (2kornel) (volley)

4x4 min

10-12 spillere - Alle skal spille 1 af de første 3 perioder

12 spillere: spiller alle een af de 3 første

U6 : 2-2 "fest" ikke kampe som sådan

60 min, perioder à 2 minutter → ram ringen: 2 point  
scoring: 3 point  
lette bolde  
kontakt: ½ 1 point

EASY  
BASKET

Er det et spille basketball et mål i sig selv  
eller et middel til noget andet?

PET ER  
ET MIDDLE

→ for en stuet?

→ eller en person?

FOR MANGE TRÆNERE OVERDRIVER KONKURRENCEMOMENTER  
I STEDET FOR AT FOKUSERE PÅ PERSONEN OG PERSONENS  
UDVIKLING!

4 elementer:  
(midler  
ikke mål)

Fysisk  
kunnen

SOCIALE  
kompetencer

TEKNIK

Kognitive  
aspekter

def. vigtigste  
her er  
størst fokus

Man kan vælge om  
man vil spille  
mester eller ej

Screeninger ikke  
tilladt - M-M forvar  
påkrævet

MÅLENDE:

overordnet

selvstændighed

ansvarlighed

samarbejdsvens

fra WHO

motorik  
sænse / perception

koordination

sociale kompetencer: relationer &  
fælles

kognitive  
(og lidt teknik)

hukommelse

fæller selv point  
opmærksomhed

bemindst om egen situation  
lade spillerne være ansvarlige  
forstør pædagogrum (spacings!)

CLINIC 05.02.2017

ROBERTA

U8

1

har magten



när toppen  
sættes ned, skal  
de dribble  
væk fra hinanden  
når A tager kuglen  
i gen skal B følge efter

BØNNING  
BESTEMMER OG  
HAR INITIATIV  
ANSVARLET  
OPMÆRKOMHED

VARIATION



FOKUS PÅ HVAD MAKKEREN GØR

2

Fokus på parathed, lytte, snakke  
Opfalte en kug og handle  
derefter - tidsaspektet inddraget  
Hulahopningen er tiden!

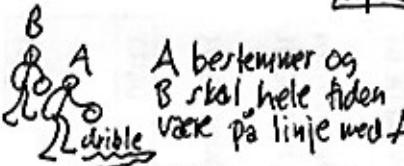
Slip den - lad den åbde score  
Så mange gange som  
muligt inden den stopper



tilkendt ved forsøg

Den der scorer får magten

3



Når A dribbler ind for  
at score, må B også

4

2-2

angreb

C bestemmer  
hvornår øvelsen  
starter

Når C begynder  
at lytte i forsvar,  
må A atterere  
Spil til scoring eller  
max 1 min

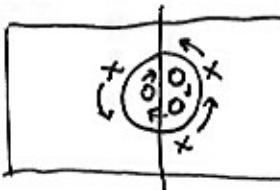
VARIATION - mindre afstand mel. forsvar og  
angreb. Træneren spørger  
spillerne hvad der er ændret!



Er der stiftstand,  
så tæl ned fra  
10

5

3-3 Tilpas og ændr!  
hvad ændrer sig undervejs?  
hånd deretter!



Hvert hold har  
en bold  
træneren tager  
den ene af  
boldene - det  
hold der har  
en bold skal  
score - de  
andre dækker op?

Øvelsen er træneten

Initiativet er hos spilleren

Spilleren håndler ud fra det hun oplever

River øvelse har et  
tydeligt formål og  
et tydeligt middel  
(instrument)

Noter af  
Jesper Nielsen  
B&V  
SIPE 2

U12

MARIZIO  
CREMONINI

1 dribble rundt  
imellem hinanden  
og vise alt I kan  
af tricks!

Trænere gør karakter  
eftersom 1 minut!

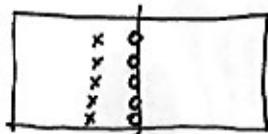
Variation: I skal score.  
studer I ind i hinanden efter  
dribbler uden for banen mister  
I et point.

Variation: + når I brender et  
skud mister I også et point

børnene tæller selv deres  
point

\* hvis 2 bolde møder  
hinanden, mister I  
også et point!

"at se, men også at forudsætte"  
Koncentration i skuddet



A har  
magten - de  
bestemmer

A dribbler frem og tilbage  
afstanden skal holdes

B kan sige til  
A: "nu bestemmer  
jeg" og så bytter  
de roller

VARIATION  
Banen kan  
fx. gøres mindre

brug den ene  
halvdel ... når  
trænere råber  
skift, bytter  
alle banehalvdel

3 »4 bosser!«



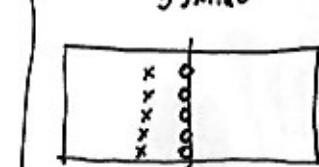
Den der scorer bliver  
boss - den der taber  
finder en ny række

NB:  
Itusket  
holder øje  
med dem  
i den  
anden  
side!

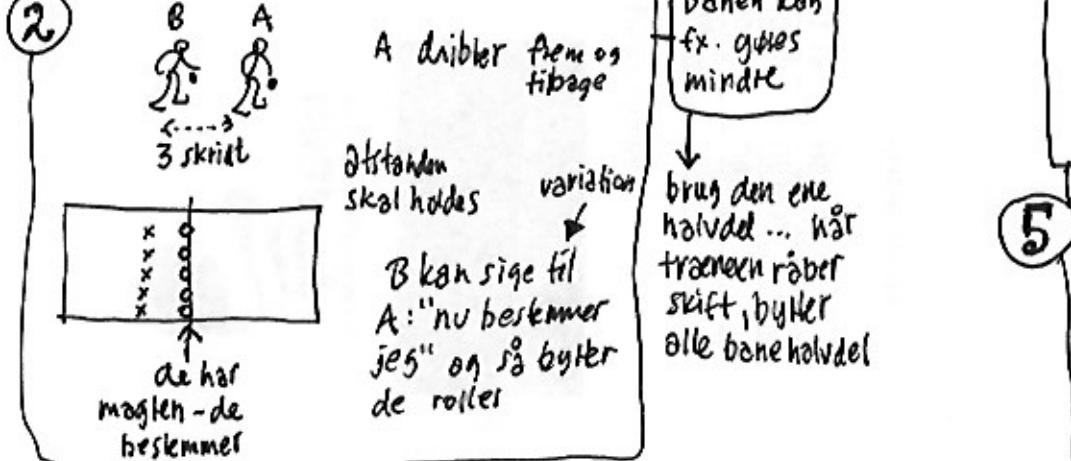
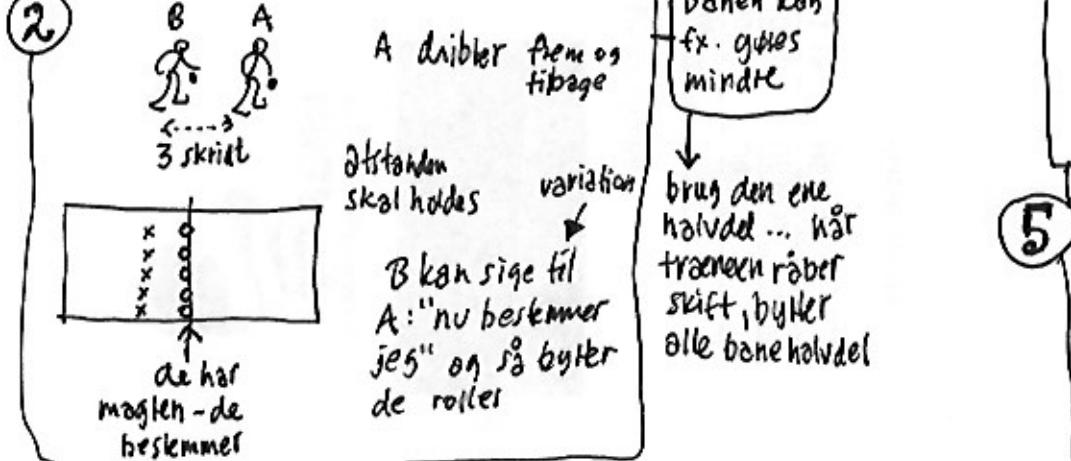
Vi bruger driblinser og skud som  
værktøjer til at træne forudsægelighed,  
opmærksomhed og initiativ...

Tekniske elementers skal  
øjes i de situationer  
hvor de bruges hjemme

2



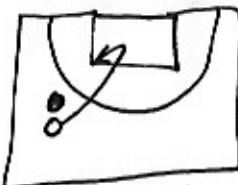
A har  
magten - de  
bestemmer



Her bliver spillerne  
blendet og ikke får  
spillet mod alle

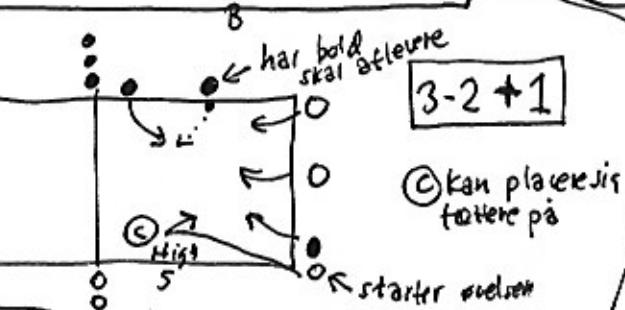
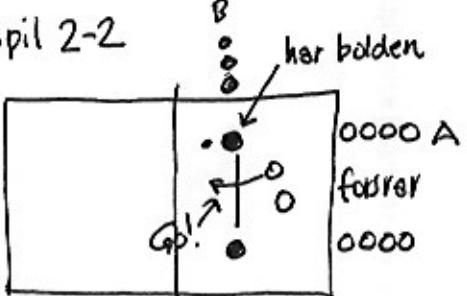
Progression:  
Variation: KUN bossen  
har en bold.

Spil 1-1 - den der ikke  
har bolden starter øvelsen



Når forsvareren  
krydser 3P-linjen  
må bossen  
angribe

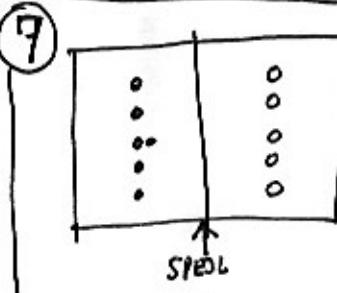
Spil 2-2



C kan placeres  
farttere på

3-2 +1

startet øvelsen



Note:  
Jesper Nielsen  
BLV  
S1PE 3