TEMA: **Predstavitveni trening NK Bravo U9 – učenje igre v napadu**

V Nogometnem klubu Bravo smo za potrebe predstavitve našega načina dela in modela igre pripravili primer treninga igre za fazo napada za selekcijo U9. Čeprav v klubu v vseh selekcijah zasledujemo ista načela v nogometni igri, se poudarki trenerjev v na videz podobnih vajah lahko precej razlikujejo. Ne glede na razlike med trenerji se vsi zavedamo, da je v učnem procesu pomembna postopnost, zato vsebine vedno prilagajamo starosti, predznanju in sposobnostim nogometašev. Zavedamo se, da na uspešnost naših igralcev v napadu, vpliva mnogo drugih dejavnikov (znanje tehničnih in taktičnih elementi, gibalni razvoj ter strast do igre). Na področju tehnike se pri naši selekciji posvečamo vadbi upravljanj z žogo, saj vemo, da je temelj uspešnosti v igri odlična kontrola žoge. Pri tej starosti lahko suhoparni trening z vajami hitro postane »dolgočasen« za otroke, zato si prizadevamo v trening vključevati veliko elementarnih iger, ki so nogometno prilagojene. V selekciji U9 se v večini posvečamo individualni taktiki v napadu in obrambi, počasi pa začnemo že dodajati elemente skupinske taktike (sodelovanje dveh igralcev). Vse te elemente učimo skozi igralne oblike in metodo igre. Gibalne in funkcionalne sposobnosti pri mlajših nogometaših razvijamo skozi štafetne igre, elementarne igre in igralne oblike.

Pri mlajših selekcijah (U7 – U13) sledimo osnovnim načelom igre v napadu:

* čim hitreje do gola,
* vsi aktivno sodelujemo,
* učinkovitost v zaključkih – strast do gola.

Na začetku vadbene enote smo izbrali vajo, kjer igralci utrjujejo že znane tehnične elemente upravljanja žoge. Skozi vajo bomo ponovili različna vodenja žoge, kasneje pa nadgradili z varanji. V nadaljevanju smo izbrali elementarno igro (»Kitajski zid«), kjer bomo ponavljali tehnično – taktične elemente igre 1 na 1.

V glavnem delu smo izbrali igro 2 na 1, ki od igralcev zahteva že nekoliko več razmišljanja. Predvsem se tukaj usmerimo že na sodelovanje dveh igralcev v napadu. Napadalcem dajemo navodila in usmeritve, ki jim omogočajo prepoznavati situacije igre 1:1 ali 2:1. Branilcem podamo osnovno navodilo v obrambi: aktivno pokrivanje proti žogi, da jih učimo agresivnosti in borbe.

Preden preidemo na igro 4:4, smo za prenos novo pridobljenega znanja izbrali igro z jokerjem (2:2 + 1, 3:3 + 1), kjer ima ena ekipa ves čas igralca več. Igra z večjim številom igralcev že pomeni nekoliko večji poudarek na razpored igralcev in njihovo sodelovanje, kljub temu pa še vedno možnost izbire individualnih rešitev. Zaključimo z igro 4:4, ki je temeljna oblika igre pri selekciji U9. Skozi igro opozarjamo na elemente, ki smo jih razvijali skozi igralne oblike 2:1, 2:2 + 1, 3:3 +1.