



**VFC USE**  
**U7-es (2009-2010)**  
**Értékelése 2015/ősz**



**VFC USE**

**A legkisebb korosztályunknál a fő cél az egyesületbe való csatlakoztatása, a foci megszerettetése a gyerekeknek.**

**Ez elsősorban a szülőkre háruló feladat, hogy tudják-e, akarják-e biztosítani a gyerekek számára a rendszeres sportolást.**

**Nyártól VFC USE pályán kezdődött a korcsoport kialakítása, toborzása. Elsősorban az Ovifoci programban szereplő gyerekekből, és az előző évtől már hozzánk járó gyerekekből.**

**A foglalkozások alapja az életkori sajátosságok szerint ("Én és a Labda") történt.**



**VFC USE**

**Októberig a műfüves pályán heti kettő alkalommal voltak edzések. Minden esetben a cél a kognitív képességeken alapuló gyakorlatok szerepeltek a képzéseken. Minden játékos formában, az észlelés, érzékelés, reagálás, reakció alapján. A rengeteg labdaérintés számon alapuló gyakorlatok voltak a programban, szinte mindig verseny helyzetben. Színes bójákkal, kapukkal, és egyéb technikákkal arra törekedtünk, hogy állandó figyelemre, készítessük a gyerekeket . Mellette, néha a koncentrációt igénylő feladatokat is végeztünk, mint pl. célba rúgó, büntetőrúgó versenyek. A törzserő fejlesztő gyakorlatok is része volt a foglalkozásoknak. (egymás tolása, mini birkózás).**



**VFC USE**

**A Bozsik programban őszi és tavaszi tornáin szerepeltünk. 3-3 ellen 20x15m -es pályán, 2x1-m-es kapukra játszottak a gyerekek. Minden tornáról elmondható, hogy a megjelent játékosok jó érezték magukat. Folytattuk a 2:2 elleni játékot, körbekerített területen, az edző beszállásával (joker játékos). Ez minden edzés domináns eleme volt.**

**A játék sebességnek, dinamikájának, ritmusának növelése, állandó letámadásra, visszatámadásra ösztönzés és a „főnt a fej! „nagyon hatásos volt.**

**Az év folyamán kb 35 gyerek jött hozzánk focizni. Ebből 15 fő maradt állandó tag. Cél a létszám növelése.**

**A fő, hogy kialakult az a 10-12 kimondottan ügyes gyerekekből álló mag, akikre hosszútávon lehet építeni.....**



**Legjobb teljesítmények:  
Finta Bulcsú, Rugovics Máté,  
Kun Krisztián, Rapali Zsombor,  
Kiss Roland, Meczner Boldizsár,  
Pap Zalán, Szokodi Gergő, .....**