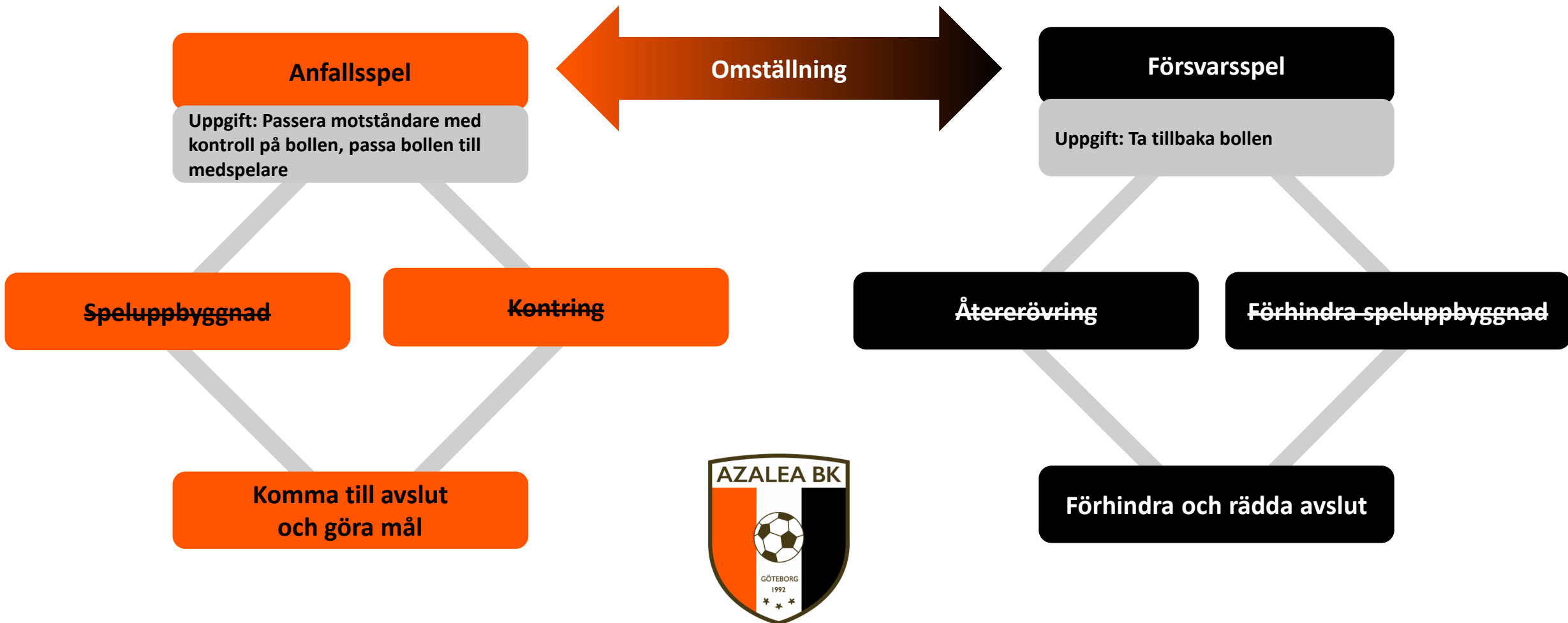




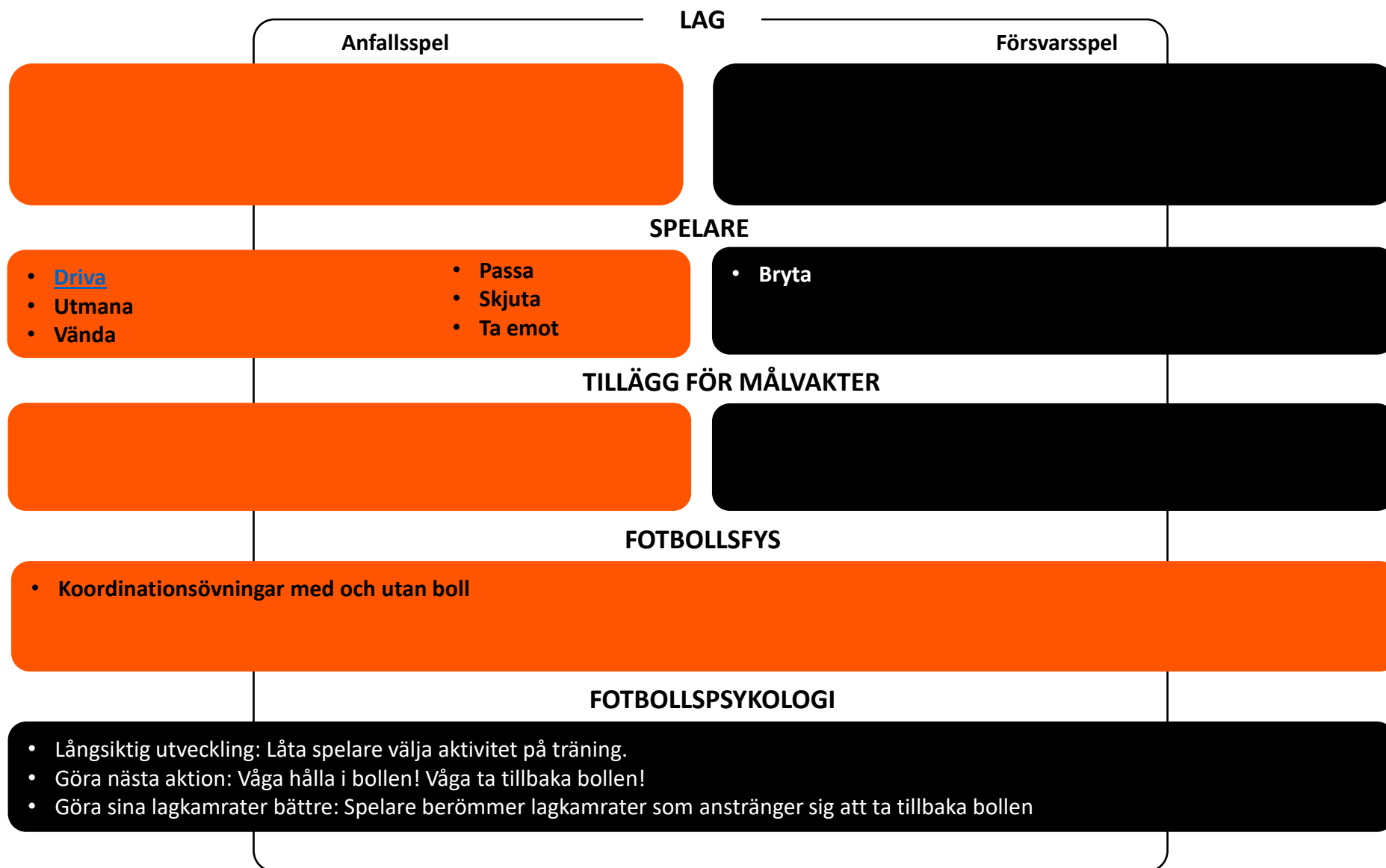
LÄROPLAN FÖR SPELARE

- metoder och färdigheter samt spelets skeden

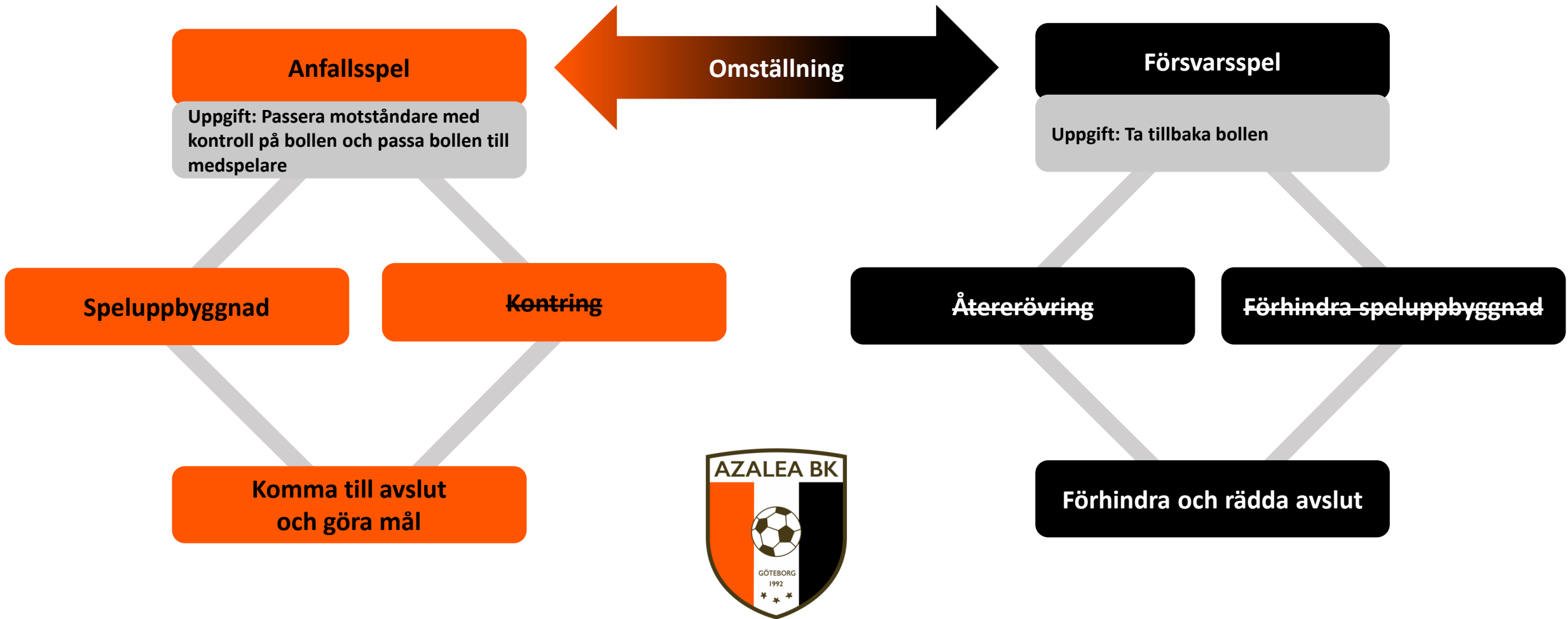
SPELETS SKEDEN 3 MOT 3



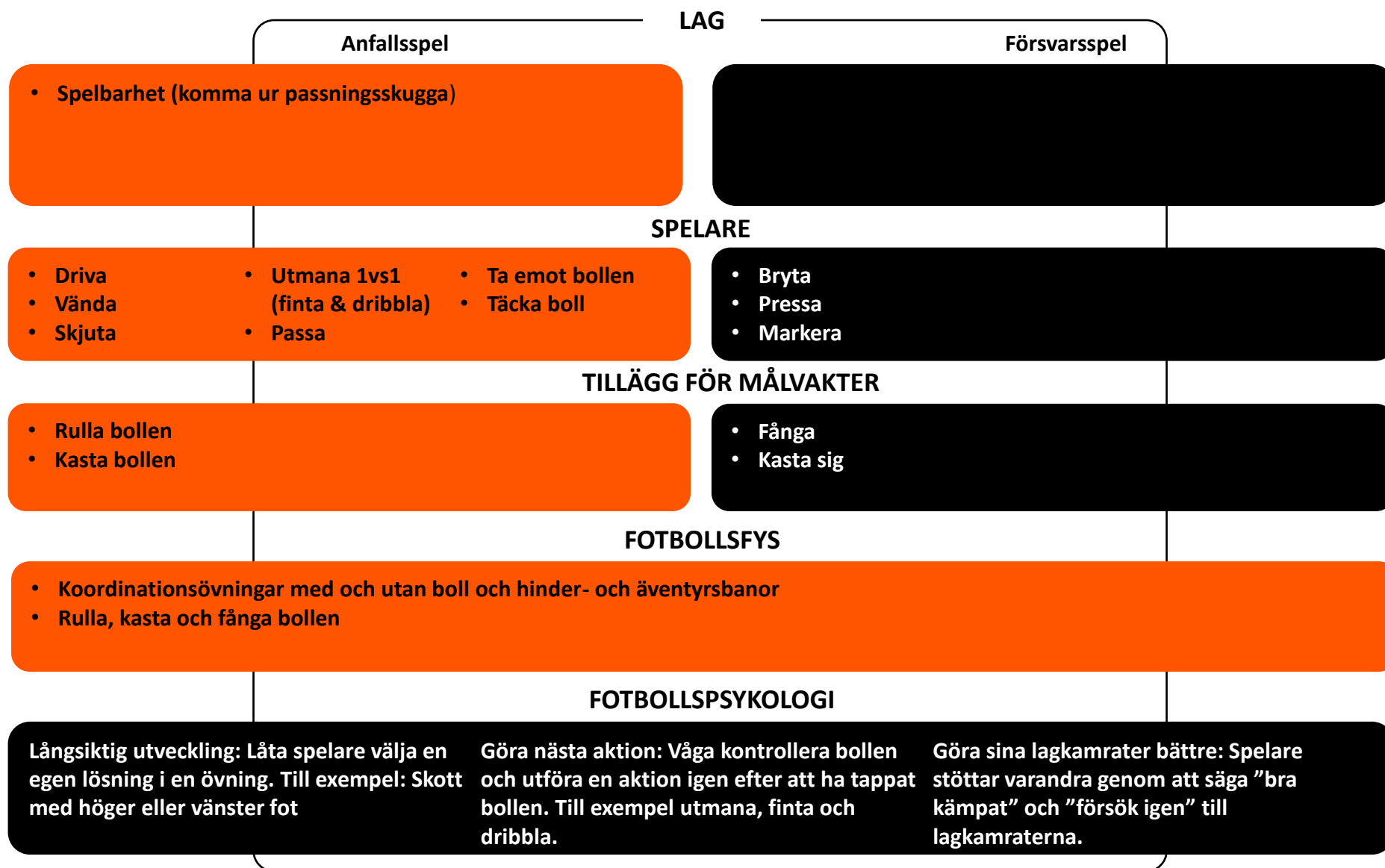
METODER & FÄRDIGHETER 3 MOT 3



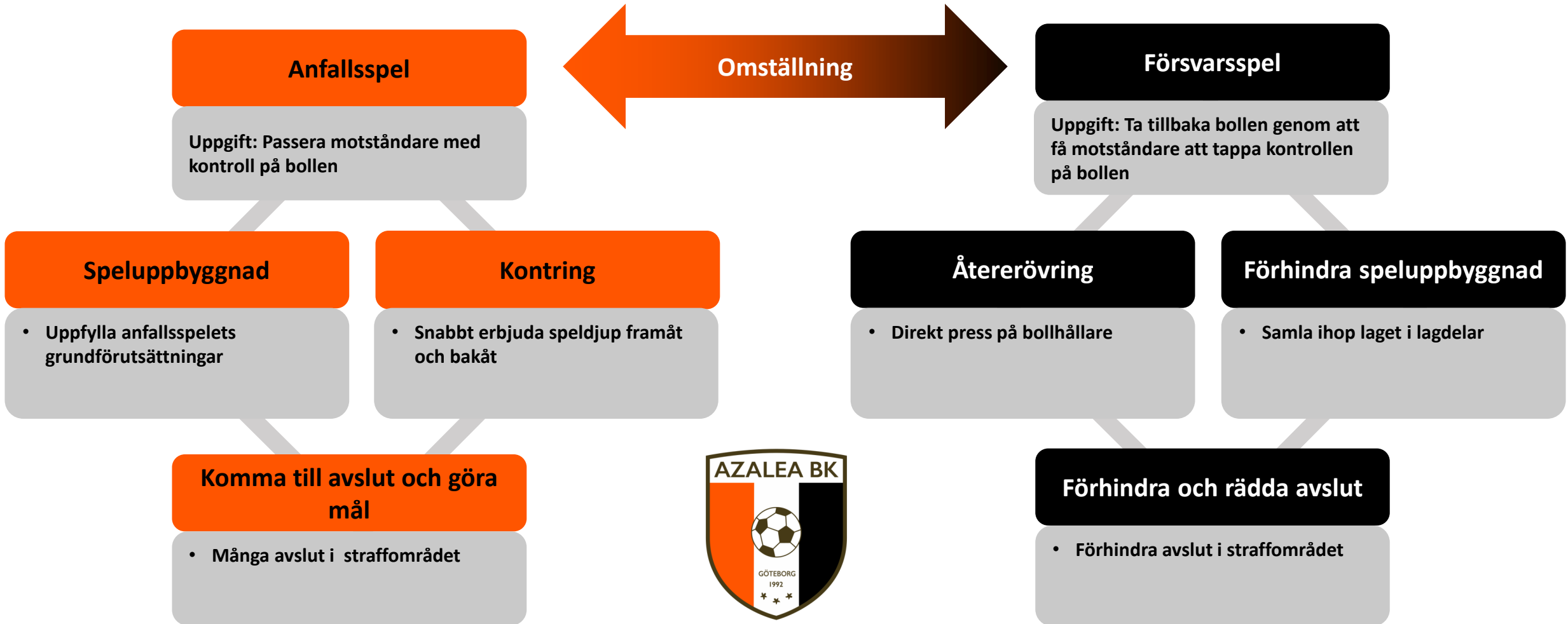
SPELETS SKEDEN 5 MOT 5



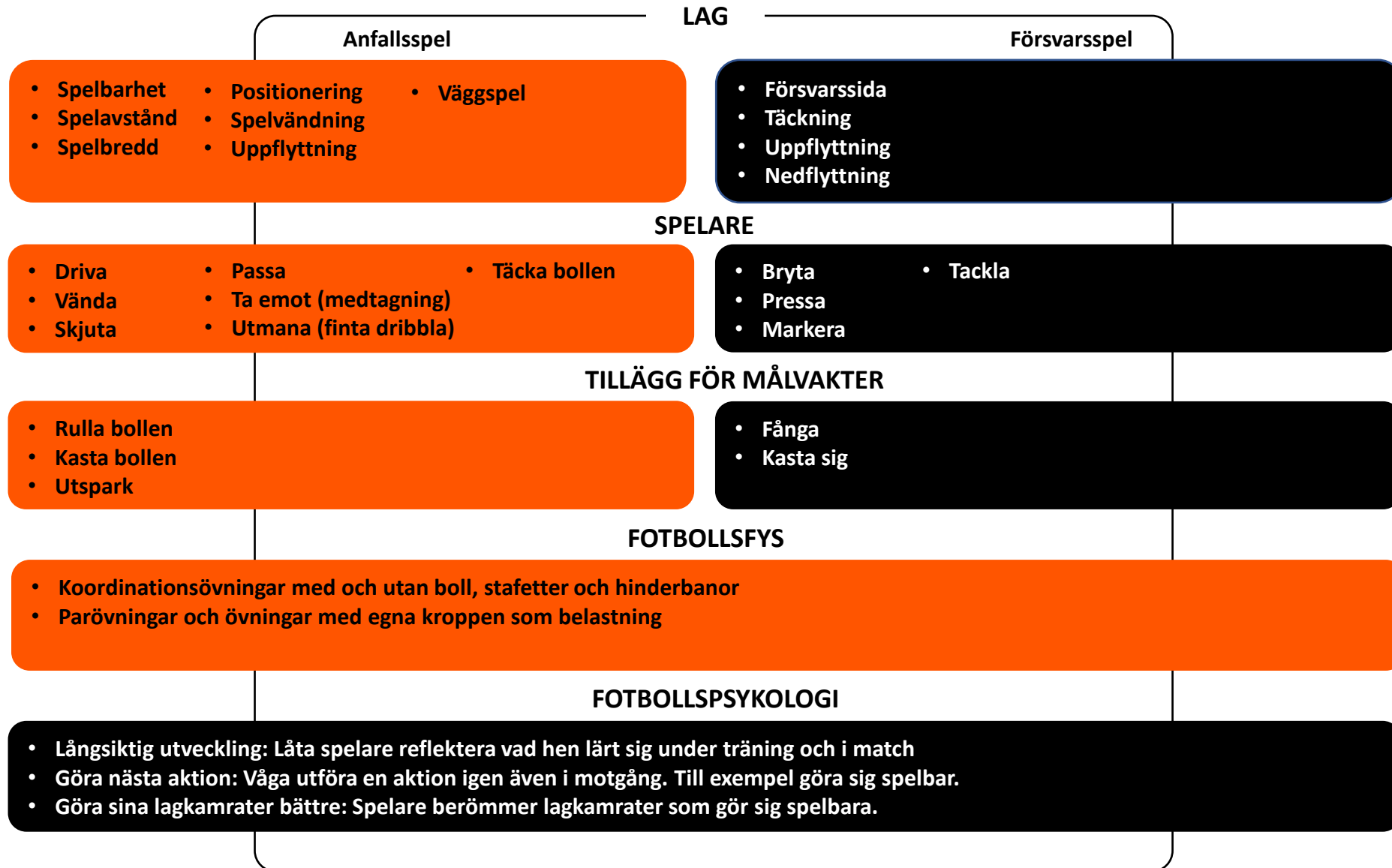
METODER & FÄRDIGHETER 5 MOT 5



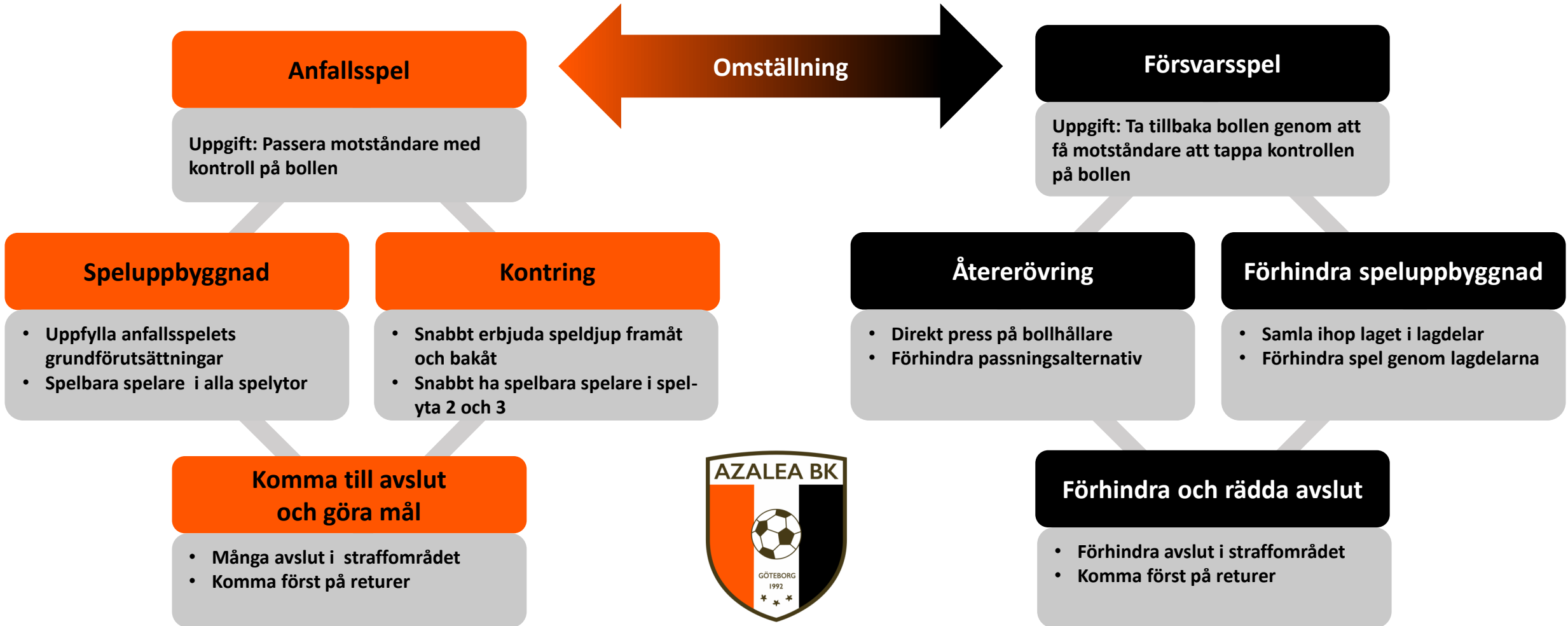
SPELETS SKEDEN 7 MOT 7



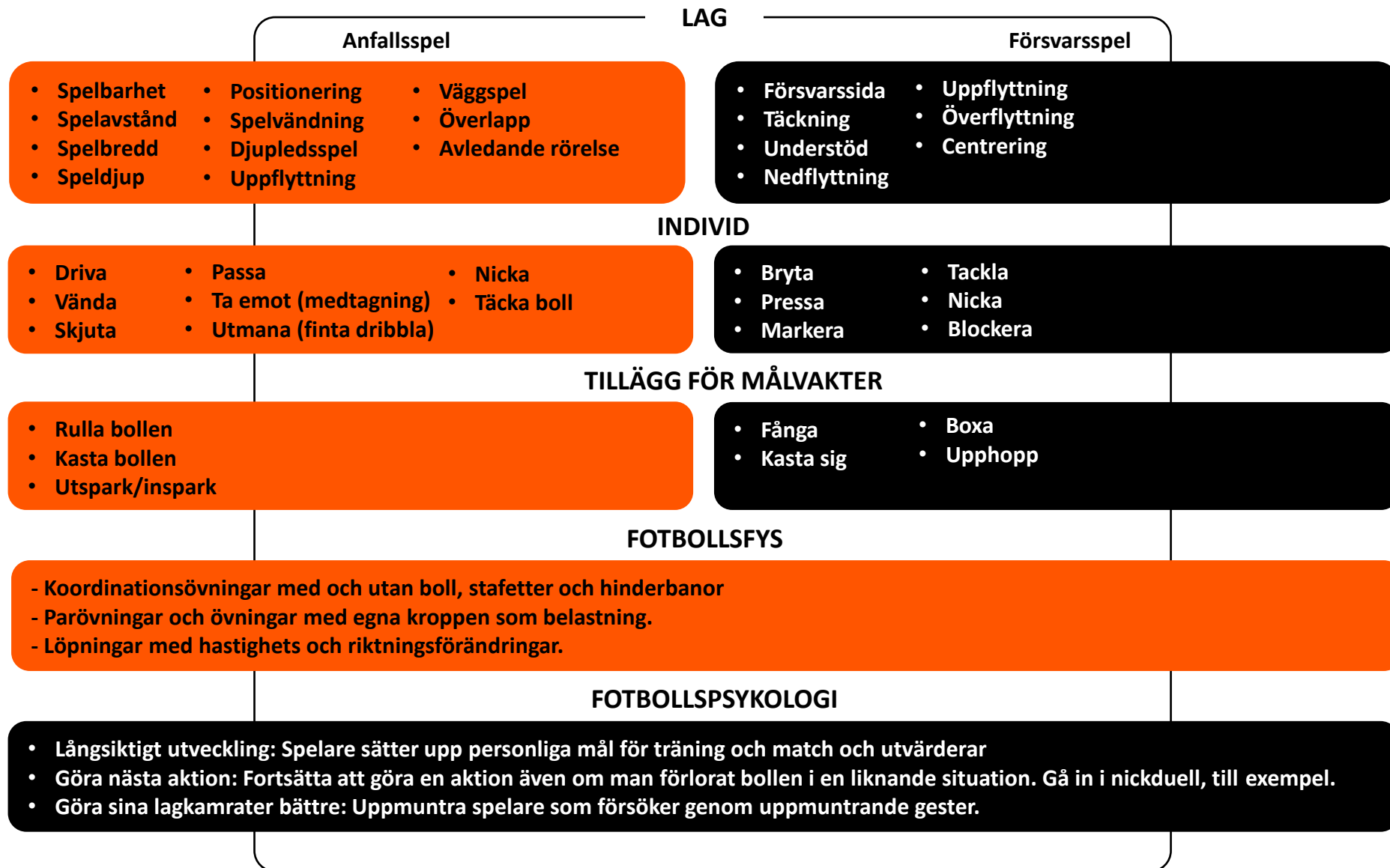
METODER & FÄRDIGHETER 7 MOT 7



SPELETS SKEDEN 9 MOT 9



METODER OCH FÄRDIGHETER 9 MOT 9



SPELETS SKEDEN 11 MOT 11

Anfallsspel

Uppgift: Passera motståndare med kontroll på bollen

Speluppbyggnad

- Uppfylla anfallsspelets grundförutsättningar
- Spelbara spelare i alla spelytor
- Spelbara spelare i alla korridorer

Kontring

- Snabbt erbjuda speldjup framåt och bakåt
- Snabbt ha spelbara spelare i spelyta 2 och 3 och i flera korridorer

Komma till avslut och göra mål

- Många avslut i straffområdet
- Komma först på returer
- Löpningar i straffområdet

Omställning

Försvarsspel

Uppgift: Ta tillbaka bollen genom att få motståndare att tappa kontrollen på bollen

Återerövring

- Direkt press på bollhållare
- Förhindra passningsalternativ
- Förhindra spel framför och bakom backlinjen

Förhindra speluppbyggnad

- Samla ihop laget i lagdelar
- Förhindra spel genom lagdelarna
- Försvara de 3 korridorerna närmast bollen

Förhindra och rädda avslut

- Förhindra avslut i straffområdet
- Komma först på returer
- Försvara ytor i straffområdet



Metoder och färdigheter 11 mot 11

