





















































Rönaby P13 - 2023

POSITIONER	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Anfall	Ready Position Hålla position/ alla följer med	Konstant rörelse med och utan boll	Passa runt och våga avsluta	Kommunicera "finns här", inte tjata
Försvar	Ready Position	Hålla position och markera "din" spelare/1-2 jagar boll	Jobba hem. Täck skott/vara i skottlinje	Kommunicera med varandra "jag har här"
Fasta situationer	Ready Position	Rör er, var passningsbara och möt bollen	Hitta en längre pass	Konstant rörelse, leta fri yta, variant
SKOTT	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Handledsskott	Träffa mål	I sidan längs med marken	I sidan i mellanhöjd	I sidan i krysset
Dragskott	Träffa mål	I sidan längs med marken	I sidan i mellanhöjd	I sidan i krysset
Slagskott	Träffa mål	I sidan längs med marken	I sidan i mellanhöjd	I sidan i krysset
BOLLKONTROLL	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Ta ner hög boll	Stillastående med kroppen	Stillastående med klubban	I Rörelse med klubba	I Rörelse med kropp & klubba
Tigerposition	Dribbla framför kropp	Dribbla sidan av kropp	Dribbla runt en kona 4 varv	Dribbla runt en kona 8 varv byt håll
Jonglera	10 gånger	20 gånger	1 Jorden runt	2 Jorden runt
Lagspelare	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Bra kompis	Säg hej till lagkompis	Fira mål med lagkompis/high 5	Ge beröm till en lagkompis.	Be en lagkompis visa/lära dig
Inställning	Försök alltid ert bästa. Kolla hur det gått vid hård närkamp.	Var en god vinnare och förlorare. Tacka efter match.	Peppa laget när laget behöver er	Kämpa extra hårt när laget behöver er
Respekt	Lyssna och fokusera vid genomgångar. Inte prata med andra.	Respektera domare, tränare, medspelare och motspelare.	Fokus i kön vid övningar och påminn varandra.	Respektera lagindelning och spelposition.

Rönaby P13 - 2023

POSITIONER	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Anfall	Ready Position Hålla position/ alla följer med	Konstant rörelse med och utan boll	Passa runt och våga avsluta	Kommunicera "finns här", inte tjata
Försvar	Ready Position	Hålla position och markera "din" spelare/1-2 jagar boll	Jobba hem. Täck skott/vara i skottlinje	Kommunicera med varandra "jag har här"
Fasta situationer	Ready Position	Rör er, var passningsbara och möt bollen	Hitta en längre pass	Konstant rörelse, leta fri yta, variant
SKOTT	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Handledsskott	Träffa mål	I sidan längs med marken	I sidan i mellanhöjd	I sidan i krysset
Dragskott	Träffa mål	I sidan längs med marken	I sidan i mellanhöjd	I sidan i krysset
Slagskott	Träffa mål	I sidan längs med marken	I sidan i mellanhöjd	I sidan i krysset
BOLLKONTROLL	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Ta ner hög boll	Stillastående med kroppen	Stillastående med klubban	I Rörelse med klubba	I Rörelse med kropp & klubba
Tigerposition	Dribbla framför kropp	Dribbla sidan av kropp	Dribbla runt en kona 4 varv	Dribbla runt en kona 8 varv byt håll
Jonglera	10 gånger	20 gånger	1 Jorden runt	2 Jorden runt
Lagspelare	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Bra kompis	Säg hej till lagkompis	Fira mål med lagkompis/high 5	Ge beröm till en lagkompis.	Be en lagkompis visa/lära dig
Inställning	Försök alltid ert bästa. Kolla hur det gått vid hård närkamp.	Var en god vinnare och förlorare. Tacka efter match.	Peppa laget när laget behöver er	Kämpa extra hårt när laget behöver er
Respekt	Lyssna och fokusera vid genomgångar. Inte prata med andra.	Respektera domare, tränare, medspelare och motspelare.	Fokus i kön vid övningar och påminn varandra.	Respektera lagindelning och spelposition.

TAKTIK	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Spelomställning	Bryt en passning och spring framåt	Bryt passning och slå en passning uppåt	Rör er snabbt upp i anfall utan boll	Rör er snabbt upp med boll - pass i anfallszon.
Byten	Byter på signal	Lyssna när tränarna ropar	Byt när egna laget har boll	Byter snabbt, kontrollerat
Uppställning	Tätt försvar	Brett anfall	Snabba passningar	Skott och returser vid lägen
DRIBBLA	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Finter	3 finter stilla stående	3 finter i rörelse	6 finter stilla stående	6 finter i rörelse
Väggspela	Med sarg Stilla stående	Med sarg i rörelse	Med person stilla stående	Med person i rörelse
Driva upp bollen	Framför sig	Framför sig i fart	Sidan rätt vinkel/skydda boll	Sidan fel vinkel/skydda boll
PASSNING	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Uppspel sarg	Kort pass	Halvplanspass	Lång pass längs golv	Helplanspass i luften & längs golv
I anfallszon till medspelare	Bakifrån plan-> framåt/uppåt	Bakom mål-> bakåt/hemåt	Bakifrån plan-> diagonalt	Bakom mål-> framför mål
I försvarszon	Längs sarg	Bakom eget mål	Mitt -> Kant	Kant -> Mitt
REGLER	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Regelstraff <small>(När får man det, Vad händer då)</small>	Frislag	Straff	Utvisning	Hög klubba
Tekning	Hur man tekar	Vem som väljer sida	5 situationer som orsakar	11 situationer som orsakar
Inslag	Vad som orsakar	Vart man slår inslaget	Avstånd till motståndare	Hur man får spela bollen
Målvakt	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Spelsinne	Ready Position	Utkast, kort vs långt	Greppa bollen vs slå bort bollen	Förflyttningar i sidled och framåt/bakåt

TAKTIK	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Spelomställning	Bryt en passning och spring framåt	Bryt passning och slå en passning uppåt	Rör er snabbt upp i anfall utan boll	Rör er snabbt upp med boll - pass i anfallszon.
Byten	Byter på signal	Lyssna när tränarna ropar	Byt när egna laget har boll	Byter snabbt, kontrollerat
Uppställning	Tätt försvar	Brett anfall	Snabba passningar	Skott och returser vid lägen
DRIBBLA	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Finter	3 finter stilla stående	3 finter i rörelse	6 finter stilla stående	6 finter i rörelse
Väggspela	Med sarg Stilla stående	Med sarg i rörelse	Med person stilla stående	Med person i rörelse
Driva upp bollen	Framför sig	Framför sig i fart	Sidan rätt vinkel/skydda boll	Sidan fel vinkel/skydda boll
PASSNING	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Uppspel sarg	Kort pass	Halvplanspass	Lång pass längs golv	Helplanspass i luften & längs golv
I anfallszon till medspelare	Bakifrån plan-> framåt/uppåt	Bakom mål-> bakåt/hemåt	Bakifrån plan-> diagonalt	Bakom mål-> framför mål
I försvarszon	Längs sarg	Bakom eget mål	Mitt -> Kant	Kant -> Mitt
REGLER	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Regelstraff <small>(När får man det, Vad händer då)</small>	Frislag	Straff	Utvisning	Hög klubba
Tekning	Hur man tekar	Vem som väljer sida	5 situationer som orsakar	11 situationer som orsakar
Inslag	Vad som orsakar	Vart man slår inslaget	Avstånd till motståndare	Hur man får spela bollen
Målvakt	Gul 	Grön 	Blå 	Röd 
Spelsinne	Ready Position	Utkast, kort vs långt	Greppa bollen vs slå bort bollen	Förflyttningar i sidled och framåt/bakåt