



SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS
TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING

MÅLVAKT C - 9-12 ÅR - DJUPLEDSSPEL OCH FRILÄGEN - KASTA SIG OCH AVSTYRA DRIBBLING (FÖ 3)

Vad?

Förhindra och rädda avslut

Varför?

Hindra motståndaren att dribbla förbi och avsluta.

Hur?

Frågeexempel

Hur gör du det svårt för motståndaren att passera?

Hur gör du för att kunna erövra bollen från motståndaren?

Organisation

4 barn, 2 mål (alternativt 2 konmål) avstånd 10-15 m och bollar.

Anvisningar

A försöker dribbla förbi B för att göra mål.

B möter A och försöker hindra dribblingen.

A backar tillbaka till sitt mål.

B utmanar C och så vidare.

