



**SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS
TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING**

MÅLVAKT C - 12-14 ÅR - SPELÖVNING - NÄRSKOTT - RÄDDA AVSLUT

Vad?

Förhindra och rädda avslut

Varför?

Förhindra att motståndarna gör mål.

Hur?

Frågeexempel

Hur kan du täcka en större del av målet?

Hur ska du lättare kunna arbeta mot bollen?

Organisation

2 målvakter, 8 utespelare, spelplan 35 x 25 m med 2 mål, bollar, koner och västar.

Anvisningar

Spel 2 mot 2 i respektive zon.

Målvakt 1 spelar till medspelare i försvarszonen.

Bollen spelas in i anfallszonen.

En spelare följer med in för spel 3 mot 2.

