



# SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING

## POSSESSIONSPEL 6 VS 6 M .YTTERZONER.(DAG 2:3)

### Vad?

Speluppbyggnad

### Varför?

Ge bollhållare passn. alternativ framåt,bakåt och diagonalt.

### Hur?

Hur gör du för att bli spelbar i vinkel(diagonalt)?

-Jag placerar mig halvt rättvänd och i vinkel snett framåt eller för understöd snett bakåt i förhållande t. bollhållare.

Hur kan du som bollhållare hjälpa laget att bli rättvänt.?

-Skapa utrymme med t.e.x avledande löpning,för att själv vända upp,och komma in halvt rättvänd i bollmottagningen.

-Tillbakaspel på rättvänd understödande medspelare,därifrån har jag själv möjlighet att djupledslöpa.

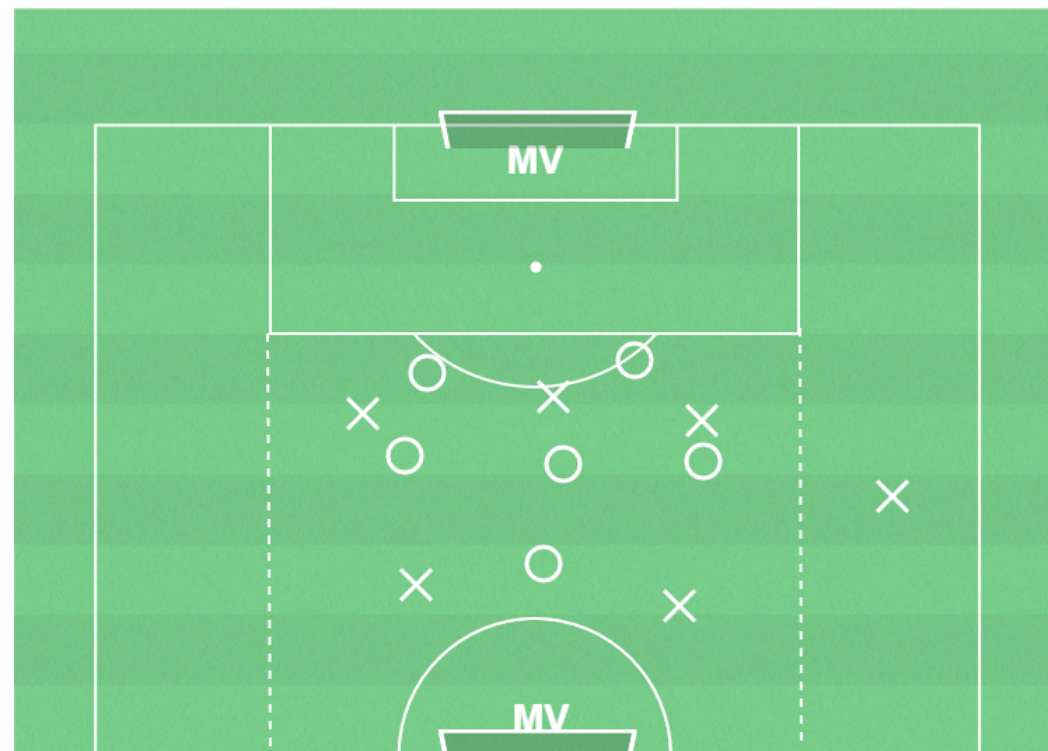
### Öva - organisation

12 spelare,2 mv(målspelare),50x60m bollar,koner och västar.

### Öva - anvisningar

Possessionspel 6 vs 6 där båda mv. alltid spelar med det bollhållande laget.

Lagen får poäng genom att först passa t. den ena mv. och därefter t. den andra mv.Lagen får använda korridorerna för att skapa spelbredd.



Bollhållare i korridor får ej attackeras av någon motståndare.

Variant: Minst 4 pass inom laget innan laget får passa t. nästa mv.

Lagen måste först passa t medspelare i båda korridorerna innan man får passa mv och få poäng.

Organisation: 3 försvarare ,3 anfallare(Utg. positioner)

Arbete:2 min vila/byte.

25 min