



SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING

SPEL 3 VS 3, AVSLUT-VÄGGSPEL (DAG 3:2)

Vad?

Komma till avslut och göra mål

Varför?

Passera motspelare med hjälp av motspelare och komma till avslut.

Motsattförhållande(defensivt): Press bollhållare.

Hur?

Hur gör du för att motspelare ska tro att du själv ska dribbla?(bollhållare)

-Jag utmanar motspelare, och passar på lämpligt avstånd(inte för tidigt-inte för sent).

Vilken fot passar du mot?

-Bortre foten i anfallsriktning.

Vilken del av foten har du möjlighet att passa med?

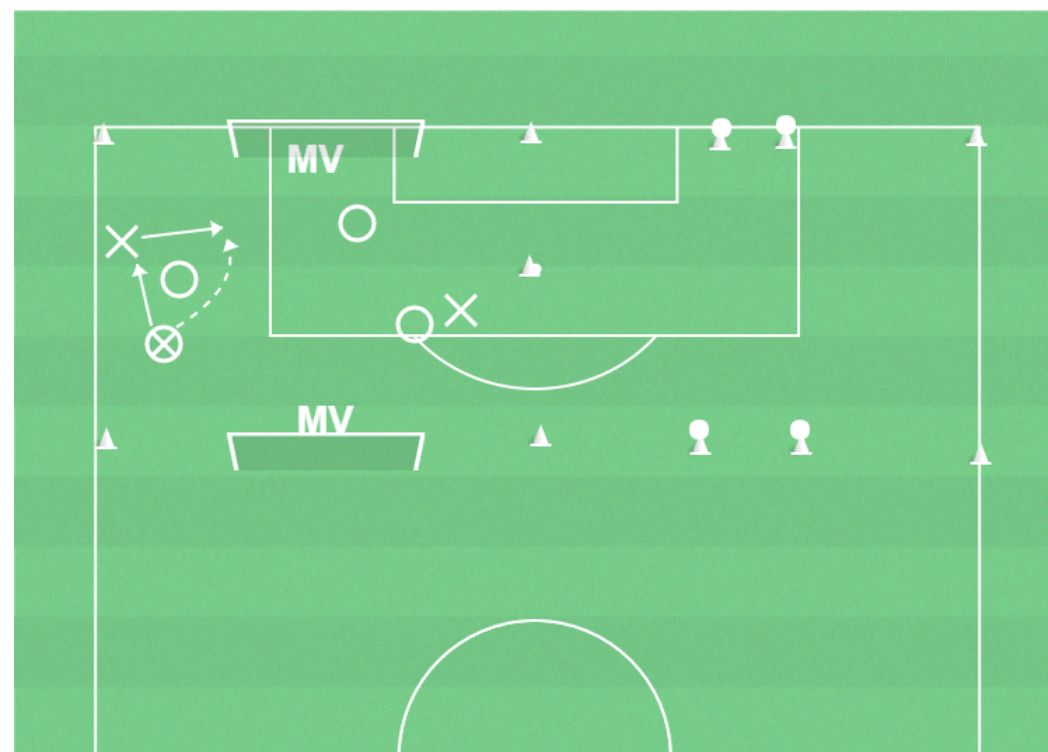
-Bredsida för en säker passning, yttersida, för att bättre maskera passningen samt för att få ett snabbare passningstempo.

Vem pressar bollhållare?

-Spelare som befinner sig närmast bollhållare.

Öva - organisation

6 spelare, 2 målvakter, 2 mål, koner, bollar, västar



Öva - anvisningar

Spel 3 vs 3 med mv.(stora mål),alt. 4 vs 4 med bollmål(boll på kon)

Regler:1 poäng för mål

1 poäng för väggspel

3 poäng för mål direkt efter väggspel.

Arbete: 2 min vila/byte

25 min