



SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING

MÅLVAKT C - 6-9 ÅR - GREPPTEKNIK - FÅNGA AVSLUT LÄNGS MARKEN (FÖ 2)

Vad?

Förhindra och rädda avslut

Varför?

Rädda avslut och undvika returerna.

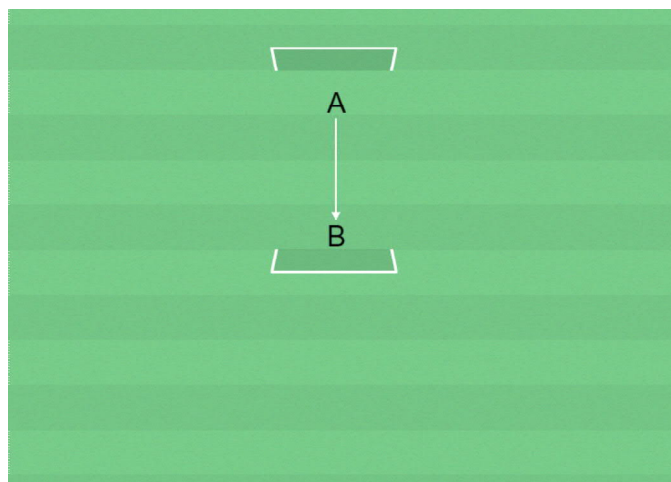
Hur?

Frågeexempel

Hur gör du för att nå marken med händerna?

Hur kan du låsa bollen mot överkroppen?

Hur kan du få bra balans?



Organisation

2 barn, 2 mål (alternativt konmål), avstånd 5-8 m och bollar

Anvisningar

A skjuter bollen längs marken till B som fångar den.

B skjuter bollen längs marken till A som fångar den, och så vidare.

Försök undvika returerna vid skott.