

# 1:1 angripe mot to mål

## Type innhold:

Individuell teknikk - Finte og dribble

## Anbefalt fra aldersgruppe:

6 - 8

## Organisering:

Eit rektangel. På den eine kortsida er det 2 kjeblemål på ca 2 meter. Del gruppa i to. Helst ikkje meir enn 6 spelarar totalt. halve gruppa står midt i mellom kjegle måla. Dei andre står på kortsida ovanfor. Trenar/forsvarar (gule på figur) legg pasning til den den første blå. Spelar kontrollerer ballen og prøver å føre ballen inn i eit av dei to måla (føre - IKKJE skyte!) Første mann i gruppa som står mellom måla er forsvarar og prøver å hindre skoring.

## Læringsmomenter:

Kontroll på ballen. Føre i stor fart Sjå på forsvarar - vel kva mål skal eg angripe? Prøve å finte - skifte retning

## Instruksjonspunkter:

Raskt kontroll over ballen. Ballen tett inntil kroppen når du fører ballen. Forsøke å lure motstandar - skifte retning!

## Progresjon

Når spelarane kan øvinga godt kan ein først la forsvar starte med å slå pasning til angripar (istaden for trenar) Deretter kan ein plassere to mål bak angripar. Da kan forsvarar vinne ballen å gå rett i angrep. Siste progresjon er å gjere denne om til 2:2!

