

SPIL TIL 2+1 MÅL

Rekvisitter:

1 bold

12 kegler/toppe

Veste til halvdelen

2 mål

10-12 år

Beskrivelse:

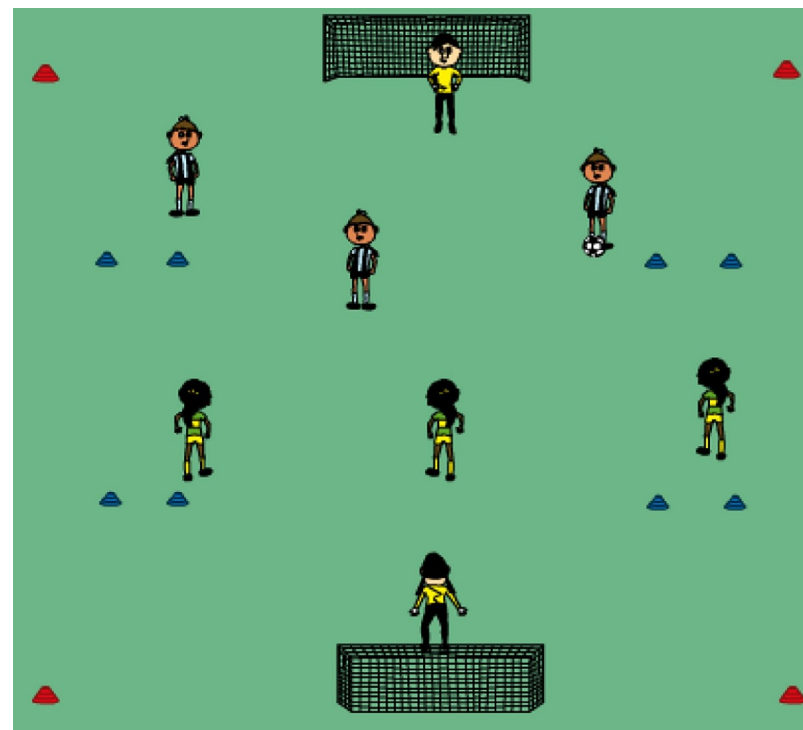
- Der spilles 3:3 + 1 målmand i hvert af de store mål (7-mands).
- Der kan scores efter at bolden er driblet gennem et af keglemålene.
- Skift målmand af og til.

Variationer:

- Kan også spilles 4:4.
- Begrænset antal berøringer.
- Aflevering gennem kegler til makker

Formål—træningsmål:

- Overblik, spilforståelse.
- Udnytte bredden af banen.
- Hurtig søg afslutning efter gennembrud.
- Mange boldberøringer til alle.
- Glæde.



ET GODT TRÆNINGSMILJØ:

Udvikling, variation, motivation, selvdisciplin, selvværd, selvtillid, kammeratskab.

