

SVENSKA INNEBANDYFÖRBUNDET

UTBILDNING

3V2

VAD?

Speluppbyggnad

VARFÖR?

Övningen syftar till att lära sig hitta ytor för ge bollhållaren ett passningsalternativ. Att kunna visa sig för bollhållaren är vesäntligt för att kunna länka samman och på så sätt utnyttja medspelarna. Båda genom att ha alterantiv i djupled åt båda håll men också att hitta alternativ i sidled.

HUR?

Anfallande lag spelar 3-2. Där de ska försöka hitta ytor att kunna få en passning från bollförare.

Målsättning

Anfallande trio ska hitta avslutsläge på en ensam spelare.

Försöka hålla bollen inom laget om de inte hittar passning i djupled.

Våga utmana sina motståndare för att skapa mer ytor åt medspelarna.

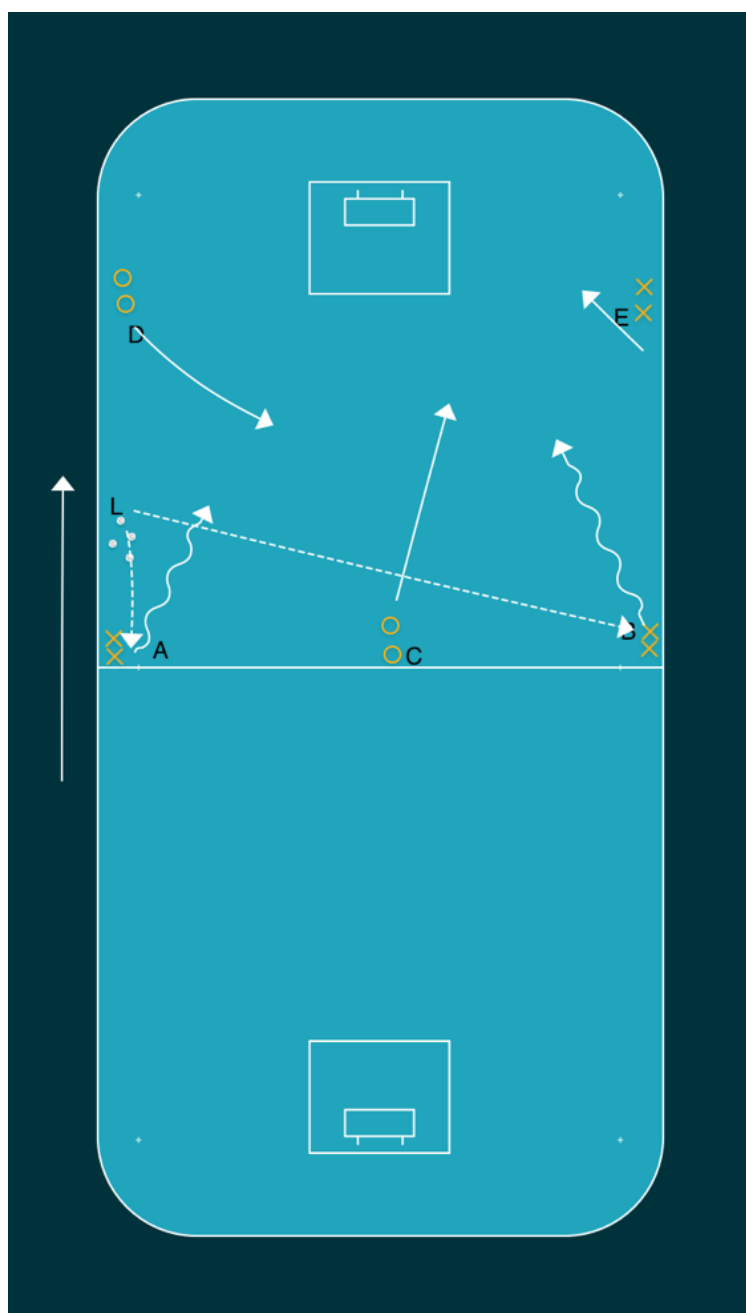
ORGANISATION

Avgränsa en yta till att bli en spelplan. Större plan för spelare som inte kommit så långt i sin utbildning. Mindre yta för spelare längre fram i sin utbildning. Tex på en halvplan kan man ha två spelplaner parallellt med varandra.

ANVISNINGAR

Ha alltid två mål och låt 2:an få anfalla tillbaka om de lyckas erövra bollen. Övningen är slut när 3:an gjort mål.

A-C anfaller mot D och E. Sedan byter man led A-D-B-E-



C-A

Övningen startar med Ledaren passar till någon av anfallande spelare.