**Försvarsspel**

**Definition:** ”Det spel ett lag spelar då motståndaren har bollen eller när man med säkerhet kan säga att motståndaren kommer att få bollen”

**Mål:** Att erövra bollen utan att motståndarlaget gör mål.

**Fas 8 ”Försvarssystem”:**

* **Mål:** Att erövra bollen utan att motståndarlaget gör mål.
* **Spelidé:** Varje spelare skall spela ett effektivt och uppoffrande försvarsspel. Ett hindrat mål i försvaret är lika viktigt som ett mål framåt:
	+ Aktivt zonförsvar 5-0 el 6-0 där det alltid är någon spelare som har huvudansvar för bollförande spelare. Stöta upp på bollförande spelare senast vid frikastlinjen.
	+ Offensiva försvar 4-1, 4-2, 5-1 och man-man på egen planhalva.
	+ Växla försvarssystem flera gånger under en och samma match.

**Övning av kollektivt spel - en förutsättning för genomförande av spelidén**

|  |  |
| --- | --- |
| **Övning 1** | **Kommentar** |
|  | . |
| **Övning 2** |  |
|  | . |
| **Övning 3** |  |
|  |  |
| **Övning 4** |  |
|  |  |
| **Övning 5** |  |
|  |  |
|  |  |