**Anfallsspel**

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

**Mål:** Att på ett effektivt och regelrätt sätt göra mål och i vissa situationer fördröja att motståndarlaget får tag i bollen.

**Enskild spelares agerande vid anfallsspel – prioritering:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Spelaren har bollen – prioritet:** | **Spelaren har inte bollen – prioritet:** |
| 1. Göra mål! 2. Agera så att passnings-mottagaren kan göra mål 3. Agera för att laget skall kunna göra mål i senare läge 4. Agera så att bollen bibehålls inom laget | 1. Agera så att bollinnehavaren kan göra mål 2. Agera för att kunna få passning och göra mål 3. Agera för att laget skall kunna göra mål i senare läge 4. Agera så att bollen bibehålls inom laget |

**Passningar**

|  |  |
| --- | --- |
| **Övningar** | **Kommentarer** |
| Två och två, en sitter-en står, överarmskast. | Teknikträning, inte så långt avstånd |
| Två och två, avstämda överarmskast | Teknikträning: olika avstånd |
| Två och två, hoppskottspass | Teknikträning: inte så långt avstånd |
| Tre och tre, skotthot, överarmskast, passa snett bakåt, backa till position. | Teknikträning: Likna agerandet i fas 3 men enbart V9, M9, H9. |
| Tre och tre på en linje, A passar till B som vänder sig om och passar till C osv. | Teknikträning: snabb vändning och överarmskast. |
| Kvadraten i olika varianter | Teknikträning: överarmskast snett framåt under rörelse. |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Avslut**

|  |  |
| --- | --- |
| **Övningar** | **Kommentarer** |
| Hoppskottsavslut från V9, M9, H9 | Teknikträning: med och utan försvarare. Över försvarare eller vika runt. |
| Inhopp från kanten | Teknikträning: position i struten  Låt gärna någon spelare träna på utspel (attack och studs till kant) |
| Inhopp från linjen, ryggen mot mål och vändning åt vänster/höger + hoppskott. | Teknikträning: Låt gärna någon spelare öva på inspel. |
| Returtagningsskott från linje | Studspass från kortsidan. |
| Inhopp från linjen på medrulle från vänster eller höger | Teknikträning: Låt gärna någon spelare öva på inspel. |
| Avstämda överarmsskott | Övas främst i samband med målvaktsträning |
| Avstämda underarmsskott | Teknikträning: övas med fördel mot vägg |
| Avstämda viksskott | Teknikträning: övas med fördel mot vägg |
| Stegisättning + hoppskott | Teknikträning |
| Kullager + hoppskott | Teknikträning |
| Skottfint + genombrott hö/vä: studs +hoppskott | Teknikträning |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Samarbete två eller tre anfallare mot en färre försvarare**

Viktig övning för grundläggande taktisk förståelse.

|  |  |
| --- | --- |
| **Övningar** | **Kommentarer** |
| Anfallarna starta med bollen vid mittlinje och ska ta sig förbi försvaret och avsluta, gärna med hoppskott. | Alt: Två anfallare mot en försvarare  Alt: Tre anfallare mot två försvarare. |
| Anfallare en Y9 och en K6 försöker ta sig förbi en försvarare inom avgränsad zon (kon). | Samarbete K6 och Y9 (kort inspring, utspel, spärr, växel). |
| Anfallare en Y9 resp. M9 försöker ta sig förbi en försvarare inom avgränsad zon (koner). | Avgränsa genombrottsytan med koner. Samarbete M9 och Y9 (vändning, växlar, satsning med riktningsändring). |
| Anfallare V9, M9, H9 försöker ta sig förbi två försvarare inom avgränsad zon (koner). | Samarbete M9 och båda Y9 (vändning, växlar, satsning med riktningsändring). |
| Anfallare M9, en Y9 och en K6 försöker ta sig förbi två försvarare inom avgränsad zon (koner). | Samarbete M9, Y9 och Y6 (vändning, växlar, satsning med utspel). |
| Anfallare M9 och en Y9 och M6 försöker komma till avslut mot två försvarare inom avgränsad zon (koner). | Samarbete mellan M6 (vid 3-3 spel) och M9 eller Y9 (spärrar och avslut, skottsatsning och inspel, stegisättning och inspel, ryskspärr och inspel). |
|  |  |
|  |  |