

Vurderingsspill: samspill mellom Bakspiller og Kant/ Linje spiller

Av: Bertine Neverdal

Premisser

- Spillerne er allerede varme før første øvelse.
- Det har også vært noe fokus på målvakt i forkant av første øvelse

Målgruppe:

- ungdomsspillere (14+)

Hovedbudskap:

- Gjøre hverandre gode, hvordan påvirker mine bevegelser (pådrag, dueller osv) andres muligheter?
- Gjøre valg utfra bevegelsene til forsvarsspiller/ medspiller, ikke være fastlåst i systemer med én løsning.

Grunnleggende krav

- Gode basisferdigheter (kast, mottak, ballkontroll osv.)
- Bakspillere og kantspillere bør kunne utføre troverdige pådrag.
- Linjespillere bør til en viss grad kunne sette sperrer i front, side eller bak forsvarsspiller. Bør kunne motta ballen ved forstyrrelser fra forsvarsspiller.

Fokus i økta for spillerne:

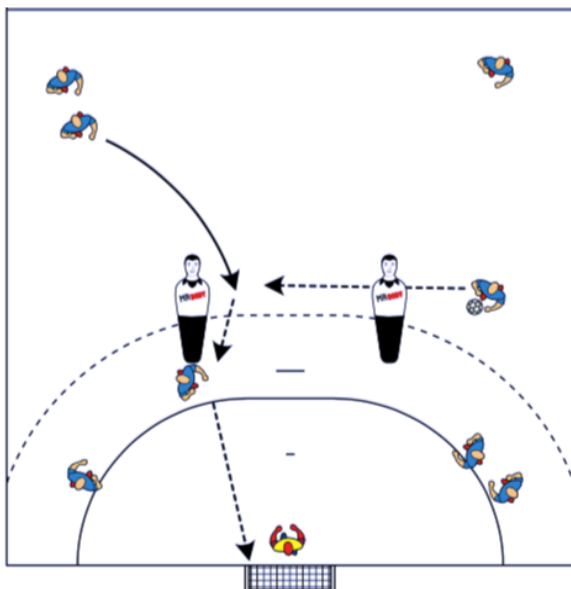
- Troverdige pådrag og gå på rom.
- Bevegelse i forkant/ etterkant av kast og mottak.
- Hvordan gjøre medspiller god.
- Vurdere egen bevegelse utfra medspillers bevegelse.

For treneren:

Målet er å utvikle tenkende spillere. Det er viktig å ikke gi fasit svar, men utfordre spillerne på hvilke løsninger og valg som finnes i de forskjellige situasjonene. Hvilken konsekvens har mine bevegelser for egne og medspillers muligheter?

Tegnforklaringer:

BS = bakspiller	1 = ytterste forsvarer
KS = kantspiller	2 = nest ytterste forsvarer
LS = Linjespiller	3 = midtre forsvarer
VB = Venstre bakspiller	
HB = Høyre bakspiller	
VK = Venstre Kant	
MB = Midtre bakspiller	
HK = høyre kant	

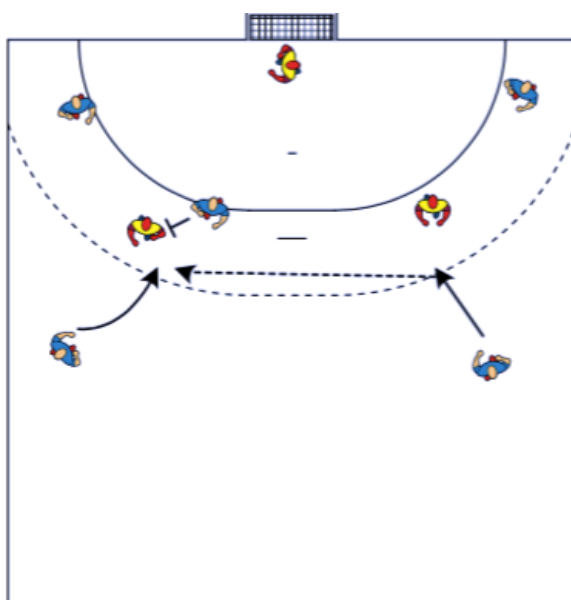


Nærskudd etter innspill fra bakspiller:

VB trekker bredt, spiller HB som trekker innover i banen. HB spiller inn til LS bak 3'er. VB forflytter seg innover i banen for pasning fra ny HB som trekker bredt. Styrte skudd fra starten, deretter variere. Kan også snu spillet og spille inn bredt i banen eller varieres med en overgang til motsatt side før skudd.

Fokus:

- Bevegelser i forkant/ etterkant av pasning
- Innspill til LS.
- Mottak på linje og vending før nærskudd.

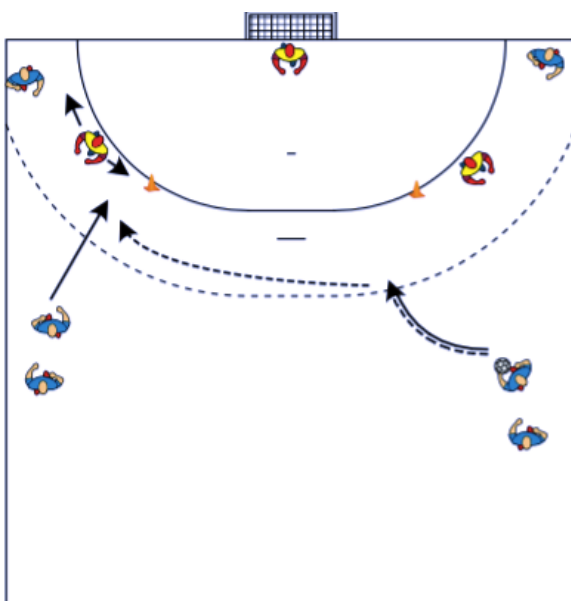


Valg bakspiller - innspill eller skudd

HB gjør pådrag og spiller VB som kommer i fart. VB vurderer forsvarsspiller og har to valg: innspill LS eller skudd dersom forsvarer blir stående inne/ nedsperrert av LS. HB forflytter seg ut og får pasning fra ny VB som har kommet i pådrag.

Fokus:

- Vurdere forsvarsspiller og gjøre valg deretter
- Troverdige satsing og avstand til forsvarer
- Linjespiller: timing i sperre og bevegelse i rom dersom forsvarer rykker frem.

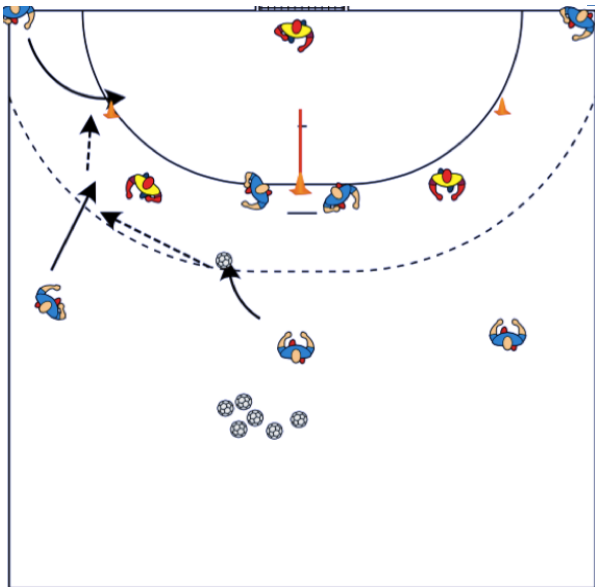


Utspill til kant eller gjennombrudd.

HB trekker på innover i banen og spiller VB som kommer i fart bredt i banen. VB har to valg: gå selv eller utspill til KS som går på skudd. HB forflytter seg bredt etter pådrag innover i banen og for oppspill fra ny VB som har trukket innover i banen.

Fokus:

- Vurdere forsvarsspiller og gjøre valg deretter
- Troverdige satsing og avstand til forsvarer
- Kantspiller: styrte skudd i starten. Skaffe stor vinkel og høyde



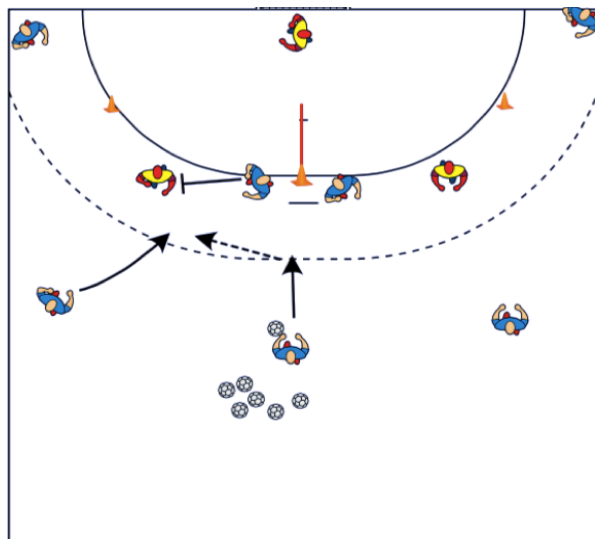
Utspill til kant og vurdering med linje – første aksjon:

spillepunkt i midten trekker på mot venstre, spiller VB som trekker bredt og skal ha et utspill til KS. VB forflytter seg deretter hurtig ut igjen. Fortsetter I bildet under

Forsvarsspiller følger, men presser ikke 100%

Fokus:

- Vurdere forsvarsspiller og gjøre valg deretter
- Troverdige satsing og avstand til forsvarer
- Kantspiller: Skaffe stor vinkel og høyde

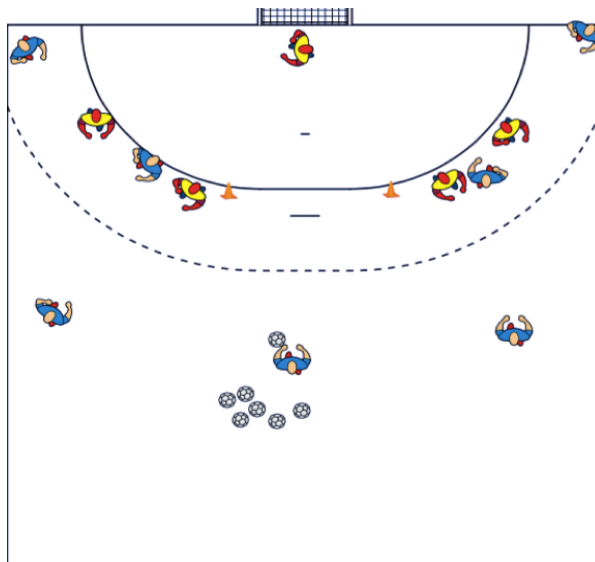


forts fra forrige bevegelse:

VB trekker innover og får ny pasning fra spillepunkt i midten. VB har to valg: skudd dersom forsvarer blir stående inne og LS setter sperre eller innspill til LS dersom forsvarer kommer ut.

Fokus:

- Bevegelse etter utspill og I forkant av pasning.
- Troverdige satsing

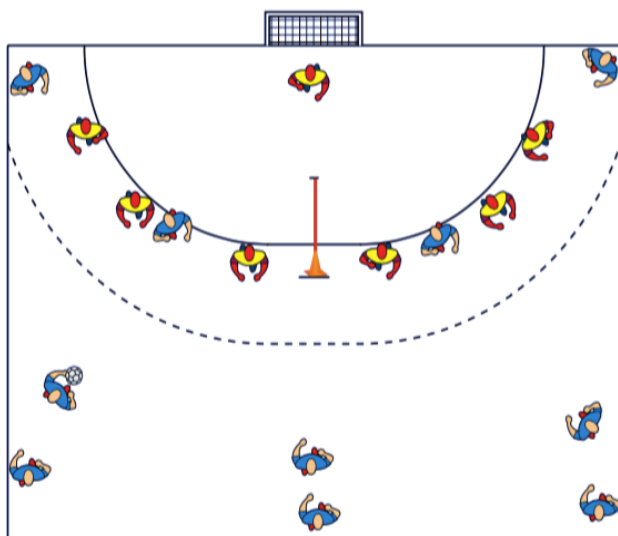


3 mot 2 i sidesektor:

Vurderingsspill 3 mot 2 – spiller annenhver side. MB er kun spillepunkt.

Fokus:

- Troverdige pådrag for både KS og BS.
- Vurdering av sperrer for LS: splitte, vendesperre, russer osv.
- Tøffet I duellen 1 mot 1
- Gjøre hverandre gode.

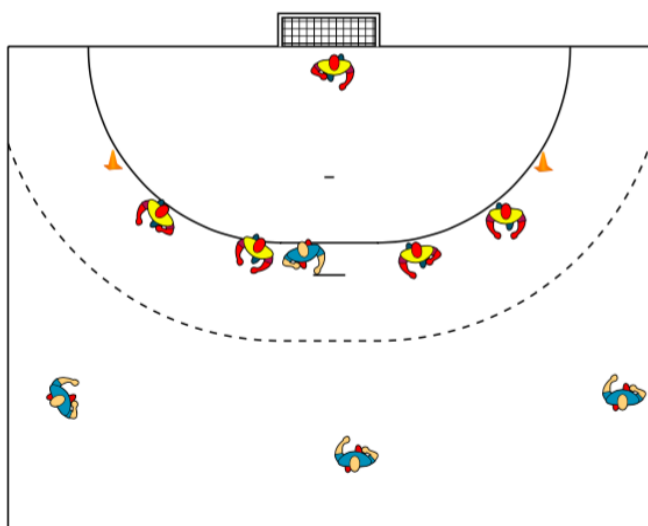


4 mot 3 i sidesektor:

Vurderingsspill 4 mot 3 – spiller annenhver side. Fritt spill I begynnelsen, etterhvert legge inn en bevegelse og gjøre vurderinger ut fra dette (Eks: tsjekker, russer, plasskifte bredt osv.)

Fokus:

- Troverdige pådrag for både KS og BS.
- Avstand til forsvarsspiller I satsingen
- Vurdering av sperrer for LS.
- Tøffet I duellen 1 mot 1
- Valgmuligheter etter bevegelse



4 mot 4 i midtsektor:

Vurderingsspill 4 mot 4. Fritt spill I begynnelsen, etterhvert legge inn en bevegelse og gjøre vurderinger ut fra dette (Eks: tsjekker, russer, plasskifte smalt, kryss osv.)

Fokus:

- Troverdige pådrag,
- Bevegelse før og etter pasningen, hva må jeg gjøre for å skaffe muligheter for meg selv og de andre?
- Tøffet I duellen 1 mot 1