



**Norges
Håndballforbund**
Region Øst

Tema 1 - Nedgruppert forsvar enten 6:0 eller 5:1 og motspill mot nedgruppert forsvar

Fokus i denne runden er spill i Fase 4 og Fase 8.

Vi ønsker å se aktive 1'ere, samarbeid mellom forsvarspillerne og mellom forsvar og målvakt. I angrepsspillet ønsker vi å se parvist samarbeid, for eksempel russer.

Scoringer / belønning

1. 1'er som snapper ball i fase 8 gir 1 poeng
2. Avblåsning for brøyt i fase 4 gir 2 poeng til forsvaret
3. Blokk av skudd i forsvar gir 1 poeng
4. Scoring av linjespiller etter innspill gir 2 poeng
5. Scoring distanseskudd (utenfor 9m) fra side- eller midtsektor gir 3 poeng
6. Alle andre scoringer gir 1 poeng

Fokus målvakt:

Distanseskudd eller nærskudd etter innspill linjespiller

Lese spillet og skytterens skuddavlevering.

Belønning målvakt:

1. Redning som gir eget lag ballkontroll gir 1 poeng.
2. Lavt distanseskudd gir 2 poeng ved anvendelse av «sitte-teknikk».
3. Høyt distanseskudd gir 2 poeng ved enhandsparade.

TIPS! Se terminologi beskrivelser på Temaseriesidene for mer fagkunnskap

