



## Tema 1 – Utgruppert forsvar (6'er håndball)

Lagene skal gjennom alle kampene spille forsvar i en 2:2:1 formasjon.

Forsvaret skal forskyve seg mot ballførende bakspillere. Ingen soning av kantspillere.

Med utgruppert forsvar ønsker vi følgende:

- Hindre gode bakspillere å dominere – gjøre de ufarlige.
- Søke / jakte ball for å få flere kontringer.
- Fremprovosere tekniske angrepsfeil (brøyt, skrittfeil, tidsfeil og dobbelstuss)
- Overganger er ikke lov ved første tema.
- Kast og mottak i fart!
- Det er kun Temapoeng som vises på måltavlen

### Scoringer / belønning:

1. Hvis forsvaret snapper ballen og oppnår ballkontroll får de **2 poeng** og ny ballkontroll dersom laget mister den i fase 2 eller 3. Ved scoring i fase 3 får de ytterligere **1 poeng**. Uansett scoring eller balltap i fase 2 eller 3 vil laget få tilbake ballen. Dette for at alle skal få stå i forsvar.
2. Hvis forsvarende lag fremprovoserer tekniske angrepsfeil (brøyt, skrittfeil, tidsfeil, dobbelstuss) så får de **1 poeng** og ny ballkontroll dersom laget mister denne i fase 2 eller 3. Ved scoring i fase 3 får de ytterligere **1 poeng**. Uansett scoring eller balltap i fase 2 eller 3 vil laget få tilbake ballen. Dette for at alle skal få stå i forsvar.

For punkt 1 og 2 gjelder:

- Ved ny ballkontroll må laget spille etablert (fase 4).
- Hvis ikke laget spiller etablert skal temaveileder stoppe spillet. Spillet igangsettes som frikast etter signal der ballen befant seg.
- Hvis laget ikke snapper eller fremprovoserer tekniske angrepsfeil kan de ikke kontre.

### Fokus og belønning målvakt:

- Plassering – forflytning
- Redning som gir eget lag ballkontroll gir **1 poeng**.

**Til info:** En spiller som pådrar seg utvisning erstattes med annen spiller i minimum 1 minutter og må i den perioden sitte på benken.

**NB!** Det er 6-er-håndball, det betyr, 5 utespillere + 1 målvakt.