



Tema 1 – Utgruppet forsvar (6'er håndball)

Alle lag skal spille utgruppet forsvar i 2:2:1-formasjon gjennom hele kampen.

Forsvaret skal flytte seg etter ballen. Kantspillere skal ikke sones.

Målet med utgruppet forsvar er å:

- Stoppe gode bakspillere
- Jakte ball og skape kontringer
- Presse frem tekniske feil
- Kast og mottak i fart
- Overganger er ikke lov i dette temaet

Scoringer / belønning (kun temapoeng vises på tavla)

1. Snapper forsvaret ballen og får kontroll, får laget **2 poeng**. Scoring i fase 2-3 gir **1 ekstra poeng**. Laget får ballen tilbake etterpå.
2. Tvinger forsvaret frem en teknisk feil (skritt, dobbelstuss, feilpasning, mistet ball eller brøyt), får laget **1 poeng**. Scoring i fase 2-3 gir **1 ekstra poeng**. Laget får ballen tilbake etterpå.

For punkt 1 og 2:

- Ved ny ballkontroll skal laget spille etablert angrep.
- Hvis laget ikke gjør det, stopper temaveileder spillet og setter det i gang igjen med frikast.
- 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: Spiller som får utvisning, erstattes av en annen spiller og sitter minst 1 minutt på benken.

NB!: 6'er håndball = 5 utespillere + 1 målvakt.





Norges
Håndballforbund
Region Øst

