








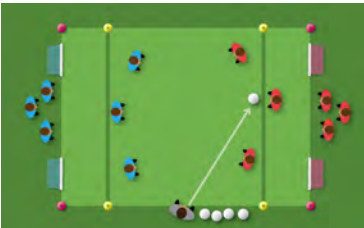


U12/13 Program 7 | Tema: Gennembrudsstrategier / Orientering



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
2a	12 (18)	 <p>Farvespil http://soccerskills.dk/oevelse?id=61</p>	Med rækkefølge. Fokus: Orientering efter medspillere inden boldmodtagelse.	8 (6-16)	
2b	12	 <p>2v2 http://soccerskills.dk/oevelse?id=30</p>	Isolér til 1v1.	8 (6-12)	
2c (3a)	12 (18)	 <p>Twente (2v2+3) (3v3+3) http://soccerskills.dk/oevelse?id=54</p>	Må først spille igennem til modsat firkant ved: 1) bande på central spiller, eller 2) spil på trediemand via central spiller.	8 (6-10)	
3 (3b)	12 (18)	 <p>Interval 4v4 (evt. 4v4+1) soccerskills.dk/oevelse?id=96</p>	Italesæt bandespil til gennembrud.	20 (10-24)	
		 <p>Kampform</p>			

U12/13 Program 8 | Tema: Gennembrudsstrategier / Driblinger



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	12	 <p>Driblekant http://soccerskills.dk/oevelse?id=19</p>	Korrekt udførelse. Afstand til modstander. Overdrivelse.	12-24	
2a	12 (18)	 <p>1v1 afslutninger http://soccerskills.dk/oevelse?id=35</p>	Gå begge veje. Afslutte med begge ben.	8 (6-16)	
2c (3a)	12 (18)	 <p>HW Kun drible frem (de første 6 min.) soccerskills.dk/oevelse?id=18</p>	Søge 1v1 ved bagrum.	8 (6-10)	
3 (3b)	12 (18)	 <p>5v5 kamp (6v6 to baner) http://soccerskills.dk/oevelse?id=48</p>	Italesæt 1v1 løsninger ved bagrum.	20 (10-24)	
		 <p>Kampform</p>			