Idrottskunskap

Målgrupp: Aktiva 13 år
Fotbollstermer - avsnitt 1
Vet du vad dessa tio viktiga fotbollsord betyder?

Överlämning

Överlappning

Vända spelet

Offside

Understöd

Libero

Väggspel

Speldjup

Spelbredd

Passningsskugga

Idrottskunskap

Målgrupp: Aktiva 13 år
Vårt lag - avsnitt 2

1. Vill vi spela med i A-laget? I så fall varför?

_____
_____

2. Har ni varit och tittat på någon A-lagsmatch? - Om inte, varför?

_____
_____

3. Hur uppträder spelarna i A-laget?

_____
_____

4. Har ni någon förebild i A-laget?

_____
_____

5. Hur skall en bra lagkapten vara enligt er?

_____
_____

6. Hur tycker ni att ert lag skall utse en lagkapten?

_____
_____

7. Gå och se en A-lagsmatch och titta på följande:
- Hur uppträder båda lagens lagkaptener?
- Vilka spelare styr spelet? (både med prat och teknik)
- Hur uppträder de yngsta spelarna på planen?
- Finns det inträngade teknikvarianter, uppspel från egen zon….
- Hur uppträder spelarna mot domare, motståndare och medspelare?

_____
_____

Idrottskunskap

Målgrupp: Aktiva 13 år
Hur kan ni utvecklas som spelare ? - avsnitt 3

1. Idrottar ni med era kompisar när ni inte tränar eller har match?

2. Om du svarat ja – Hur ofta?

3. Hur uppträder ni på idrottslektionerna i skolan?
(Är ni ett föredöme för de som inte idrottar i din klass)

4. Vilket är viktigast att spela eller träna mycket?

5. Hur ser ni på att träna extra?

6. Vad skulle ni behöva för hjälp/stöd för att kunna träna mer själv (ej med laget)?

7. Hur ser ni på att komma med i olika uttagningar (zonlag, distriktslag m m)?

8. Vad innebär det att lyckas i er idrott?

9. Ta fram de fem viktigaste egenskaperna för att lyckas i framtiden!