

Muntligt Prov för direktstart av TS 2

Detta prov gäller dig som vill starta direkt på TS2:an utan att först gå TS1:an. From september 2017 är du tvungen att klara detta prov för att få starta på TS2:an utan att först ha gått Baskursen. Orsaken är att du ska ha rätt förkunskaper så att du klarar av TS2:an. Detta prov ger dig inte TS1-legitimation.

Dessa frågor ska du kunna svaret på och redovisa muntligen för en Instruktor antingen via Skype eller Live.

Material:

Ts1 pärmen hittar du för gratis nedladdning på:

<http://www.svenskhandboll.se/Handbollinfo/Utbildning/TSByggstenar/Tranarskolan/>

Det webbaserat utbildningsmaterial "Samarbete i Anfall- och Försvarsspel" och "Individuell Anfalls- och Försvarsspels teknik" beställer du själv på:

<https://www.sisuidrottsbocker.se/Idrotter%2FHandboll%2F>

Hur går jag tillväga?

Du kontakter utbildningskonsulenten på Handbolls Distriktsförbundet T ex Skånes Handbollförbund.

Du hittar länkar till alla Handbollens Distriktsförbund här:

<http://www.svenskhandboll.se/Lankar1/Forbundorganisationer/>

Du betalar 1400 kr till Distriktet för administration (160kr) och Instruktörens tid (700 kr netto arvode + 540kr skatt o sociala avg).

Distriktet kontakter och betalar en Förbundsinstruktör som gör och rättar det muntliga provet med dig.

Distriktet mailar dig ett Intyg på att du klarat provet om du gjort det.

Att göra före provtillfället

Jobba igenom bilaga 4 och 6 i TS1-pärmen och skicka in till Instruktören som rättar.

Provfrågor:

Grundteknik:

- Vad menar vi med grundteknik i handboll?
- I vilka fem stadier kan man dela in teknikträningen?

Ts1 Försvarsspel:

Individuell teknik

Se DVD/webb-utbildningsmaterialet "Individuell Anfalls- och Försvarsspels teknik.

Du ska förstå följande och kunna redogöra utförligt för:

- a. Överlämna/överta/överblicka
- c. Stöta
- d. Säkra
- e. Utgångspositioner

Samarbeten/Grunder

Se webbaserat utbildningsmaterial "Samarbete i Anfall- och Försvarsspel".

Du ska förstå och kunna redogöra utförligt följande:

- a. för de tre olika försvarsformerna och skillnaderna mellan dem.
- b. Hur spelar du man-man försvar
 - i. mot bollförande spelare?
 - ii. mot spelare en passning ifrån bollföraren?
 - iii. mot spelare längre ifrån bollen?

c: Grunder 3-2-1-försvar: metodisk träning/inläring

- b. **Hur ser progressionen ut gällande övning 1 – 10?**
- c. *Vilken är intensjonen med varje Övning?*

TS1 Anfallspel:

Individuell teknik

Se DVD/webb-utbildningsmaterialet "Individuell Anfalls- och Försvarsspels teknik.

Du ska förstå följande och kunna redogöra utförligt om:

1. Individuell teknik – skott (stäm- o hoppskott)
2. genombrott (stegsättning, Öststatsfint)
3. Hur du lär ut en stegsättning för en nybörjare. Visa 3-4 övningar i progression.

Allmänna Frågor på försvars-och anfallsspel TS1

Du hittar svaren på dessa frågor i Anfalls- och Försvarsspelsdelarna i TS1-pärmen.

Ts1 pärmen hittar du på:

<http://www.svenskhandboll.se/Handbollinfo/Utbildning/TSByggstenar/Tranarskolan/>

1) Vilka är de fyra faserna i anfallsspel? Beskriv de fyra olika faserna.

2) Vilka är försvarsspelets olika faser?

3) Vad är skillnaden på forechecking – backchecking?



- 4) Vilka är de olika försvarsformerna?
- 5) Varför förordar vi (SHF) man-man försvar i tidig ålder?
- 8) Vilka benämningar har vi på spelarna i 3-2-1 försvar och vad är viktigt att tänka på när det gäller "spetsen"?
- 9) Nämn minst tre punkter varför vi tränar på kontringsspel.

Lennart Söderström
Svenska Handbollsförbundet

