

STRAFFESPARK

Komplet FINTER-tema – med quiz & bingo

Dette tema indeholder alt om straffespark: teknik, psykologi, øvelser, kendte spillere, målmandsfokus – samt quiz og bingo. PDF'en er farvelagt og klar til både print og digital brug.

STRAFFESPARK-QUIZ

Spørgsmål: Hvornår skal beslutningen tages?

Svar: _____

Spørgsmål: Hvorfor er lave hjørner svære at redde?

Svar: _____

Spørgsmål: Hvad er vigtigst ved straffespark?

Svar: _____

Spørgsmål: Hvorfor hjælper faste rutiner?

Svar: _____

Spørgsmål: Hvilken type spark bruger venteteknik?

Svar: _____

QUIZ – FACIT

Hvornår skal beslutningen tages? – **Før tilløbet starter**

Hvorfor er lave hjørner svære at redde? – **De kræver hurtig reaktion fra målmanden**

Hvad er vigtigst ved straffespark? – **Præcision før kraft**

Hvorfor hjælper faste rutiner? – **De reducerer pres og nervøsitet**

Hvilken type spark bruger venteteknik? – **At afvente målmandens bevægelse**

5×5 BINGO – STRAFFESPARK

Stabilitet	Roligt åndedræt	Selvtillid	Fokuspunkt	Balance
Bevar ro	Kontrol	Timing	Pres	Scor i hjørne
Gentag rutine	Ingen tøven	Tør tage ansvar	Ignorerer målmand	Præcision
Is i maven	Mod	Rutine	Fast rutine	Lavt spark
Teknik	Spark efter sprint	Mental styrke	Gentagelse	Beslut før tilløb

5×5 BINGO – TOM SKABELON
