SVENSKA CURLINGFÖRBUNDET

TREJDE PASSET



Efter det tredje tillfället har alla deltagare lyckats med uppgifterna som krävs för Blått kort.
Ägna passet åt uppvärmning och ett par provstenar. Följt av de praktiska proven.

Inledning

Börja med att hälsa alla välkomna!
Berätta om dagens praktiska prov. Var noga med att informera om att de får göra om proven tills de klarar dem och det kommer hjälpas åt med klockning och skippning.
- Hur är känslan inför dagens pass?
- Hur vill deltagarna förbereda sig?

Uppvärmning

Låt deltagarna förbereda sig efter önskemål och spela stenar över banan för att känna in farten och spåren.

Vad vill de ha hjälp med och feedback på innan de börjar med uppgifterna?

Praktiska prov

Praktiska prov innehåller 3 uppgifter. Berätta för spelarna vilka stenar de ska spela för att bli godkända.

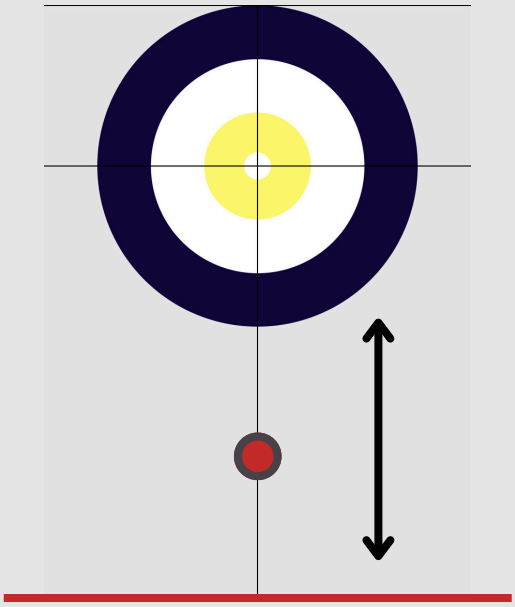
Uppgift 1: Gardzonen
Uppgift 2: Inläggning
Uppgift 3: Utslagning

Avslutning

Gratulera alla till lyckade prov!
Om ni har tid över kan du fråga deltagarna om de vill fortsätta träna eller spela ett par omgångar match om de önskar det. Avsluta och tacka alla för deltagandet. Informera om nästa gång, då det är dags för matchträning.
Se till att ni får med er den feedback ni behöver genom att fråga:
- Fick ni med er det ni förväntade er?
- Har vi nått målen?
- Hur gick det?
- Vad var roligt?
- Vad kan bli ännu bättre?
- Vad har ni för feedback till mig/oss som ledare?

PRAKTISKA PROV

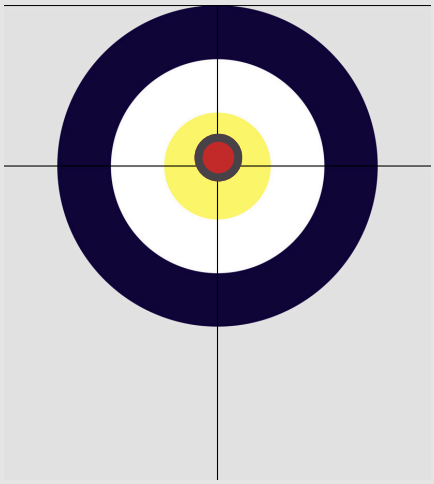
Efter det tredje tillfället har alla deltagare lyckats med uppgifterna som krävs för Blått kort.
Ägna passet åt uppvärmning och ett par provstenar. Följt av de praktiska proven.



Uppgift 1: Gardzonen
Godkänt: Två stenar i gardzonen av åtta försök

För att ett försök ska godkännas, ska stenen stanna i gardzonen.
Stenen får inte tangera boet, hoglinjen, eller sidolinjerna

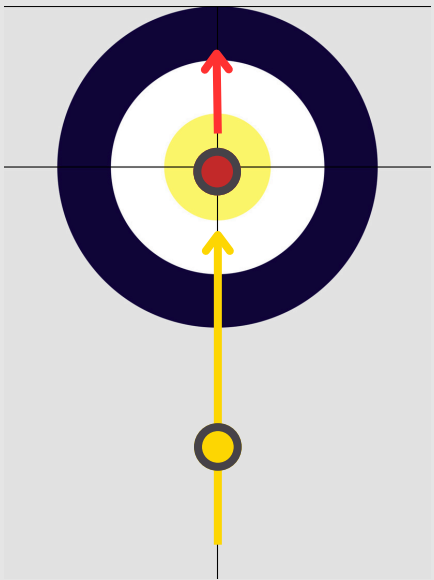
Få med ett taktiskt tänk genom att fråga:
- Vad är syftet med en gard?
- Är det viktigt hur de placeras?
- Varför lägger man garder på sidan?
- Vad kallas de?
- Hur gör man?



Uppgift 2: Inläggning
Godkänt: En sten i boet av åtta försök

För att ett försök ska godkännas, ska stenen stanna i boet.
Tangering av boet godkänns.

Få med ett taktiskt tänk genom att fråga:
- Vad är skillnaden mellan en gard och en inläggning?
- Varför lägger man inte alltid stenarna i mitten?



Uppgift 3: Utslagning
Godkänt: En sten av åtta försök

För att ett försök ska godkännas, ska en sten som ligger på locket spelas minst utanför fyrfoten.
Stenen ska helt passera fyrfoten.

Få med ett taktiskt tänk genom att fråga:
- När ska vi slå bort en sten?
- När är det bättre att inte slå bort motståndarstenen?