

SPELSYSTEM

IK Vista P-04



Spelsystem 9-manna

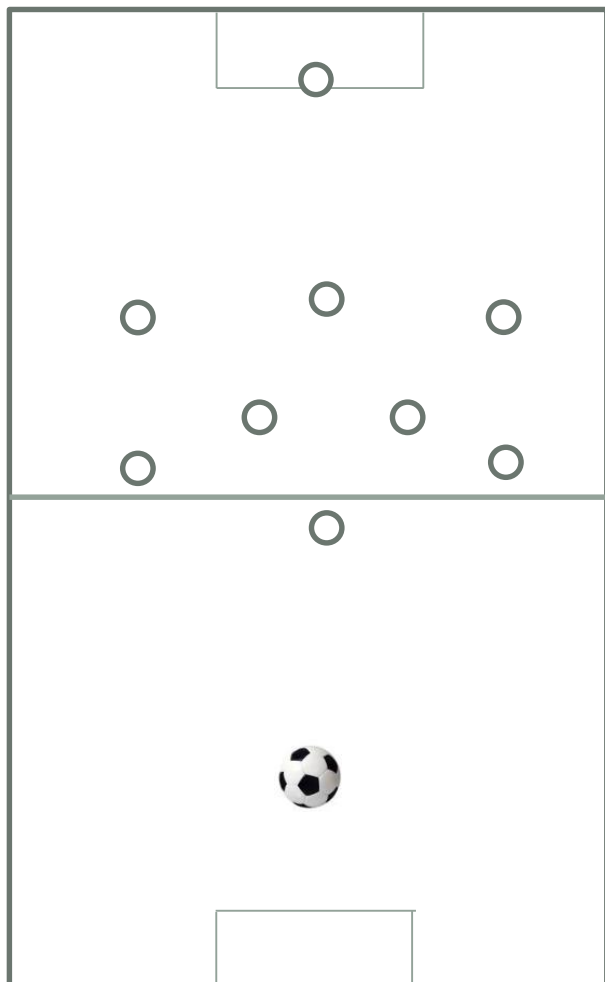


- IK Vista P 04 spelar 9-manna fotboll enligt principen 3-2-3. Det ger senare en mer naturlig övergång till 11-manna fotboll och med ett tänkt spelsystem enligt 4-3-3 när vi väl kommer så långt via ett års 9-manna fotboll.
- Spelsystem enligt 3-2-3 har en tydlig inriktning mot offensiv och anfallsinriktad fotboll där anfallspel och ett bra passningsspel är det viktigaste ingredienserna.
- I försvarsspel är dock utgångspunkten mer lik 3-4-1 då ytorna krymper, yttrarna faller ner.
- Vi vill med den här presentationen hjälpa spelarna att behärska spelsystemet med tillhörande utgångspositioner, anfalls- och försvarsmetoder samt lagets och spelarnas balans.
- Detta innebär:
 - I anfallspelet är det spelbarhet som är i fokus i syfte att få ett bra passningsspel
 - I försvar handlar det om att vara på försvarssida om "sin" spelare.

Utgångspositioner

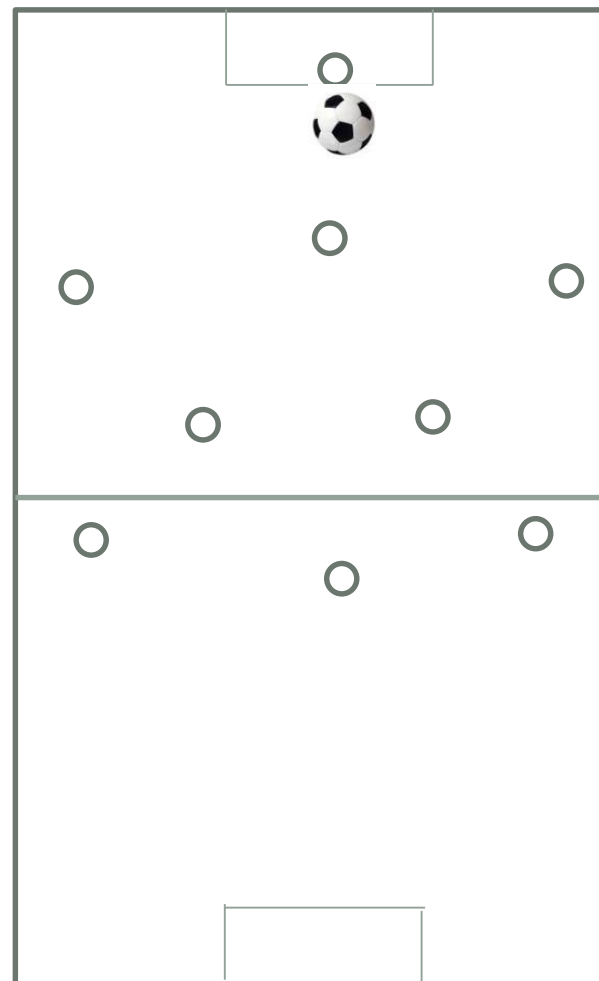


- Försvarspel (motståndaren har bollen)



3-4-1 i försvar

- Anfallspel

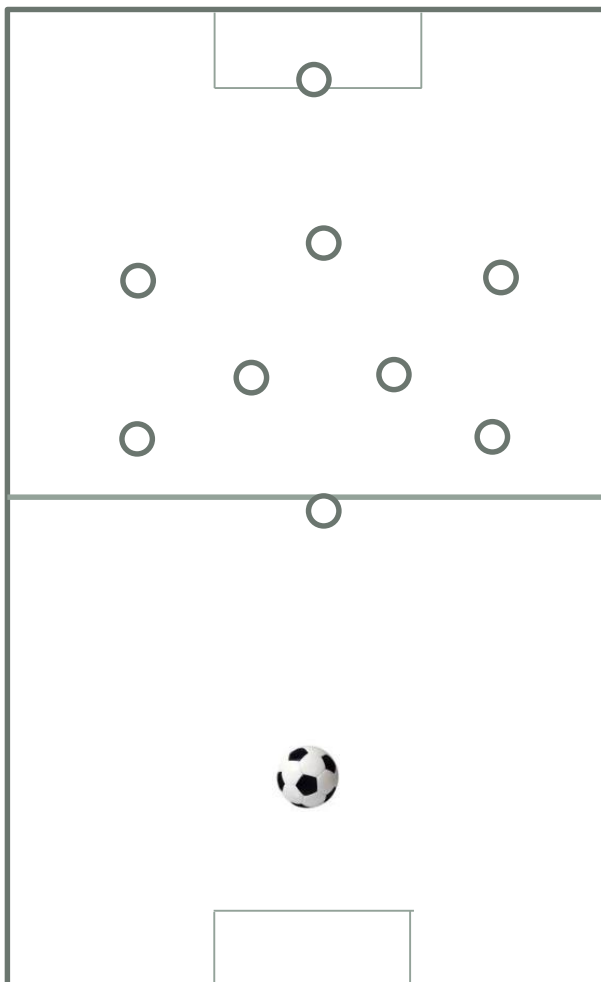


3-2-3 i anfall

Utgångspositioner

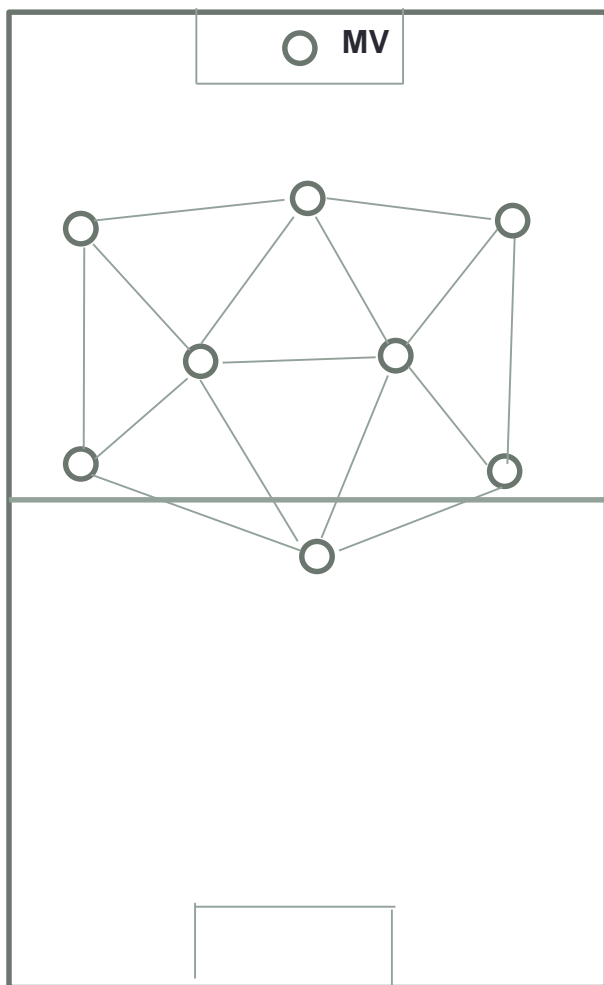


- Försvarspel



- Vi anger vårt spelsystem som 3-2-3 dvs tre backar, ett mittfält bestående av två centrala spelare, två yttrar samt en central forward.
- I försvarsspel är dock utgångspunkten mer lik 3-4-1 då ytorna krymper, yttrarna faller ner.
- Likartade utgångspositioner gäller i både försvarspel och anfallspel. Skillnaden är att i anfallspelet så dras laget isär och därmed uppstår större avstånd mellan spelarna. I försvarspelet krymper vi ytorna genom minskat avstånd mellan spelarna.
- Det kan liknas vid en blomma som öppnar och återsluter sig (se föregående bild).

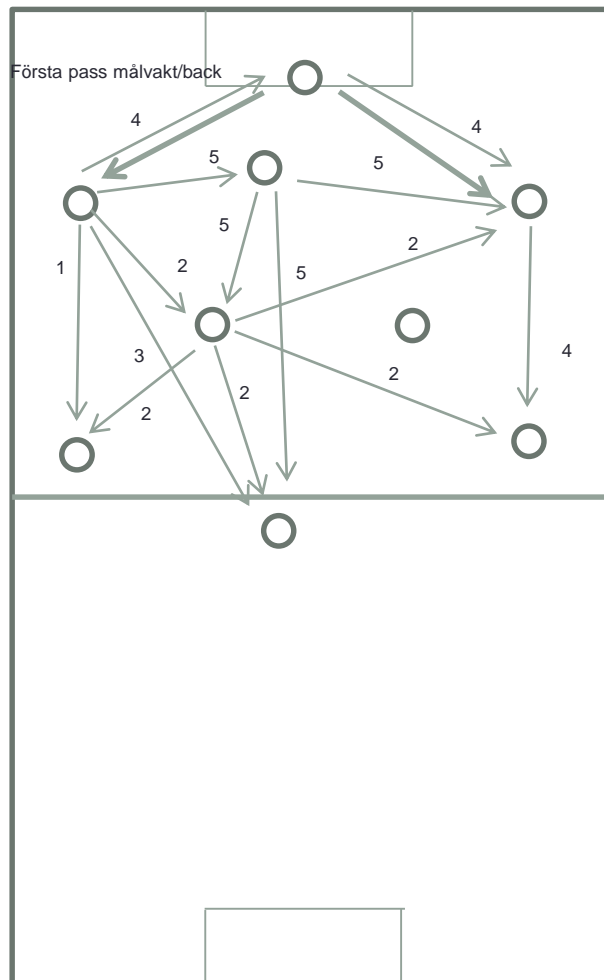
Utgångspositioner



• Anfallspel

- I anfallspelet vill vi ha många spelare spelbara, med ett varierat spelavstånd, spelbredd via ytterbackar och yttrar samt ett bra speldjup genom i första hand vår centrala forward.
- Anfallspelet ska vidare präglas av kreativitet med många trianglar (se figur) som inbjuder till konstruktiva lösningar och ett bra passningsspel.
- Vi strävar efter att hålla bollen inom laget med många enkla och att på spela eller halvvänd spelare – felvänd spelare använder tillbakaspel.

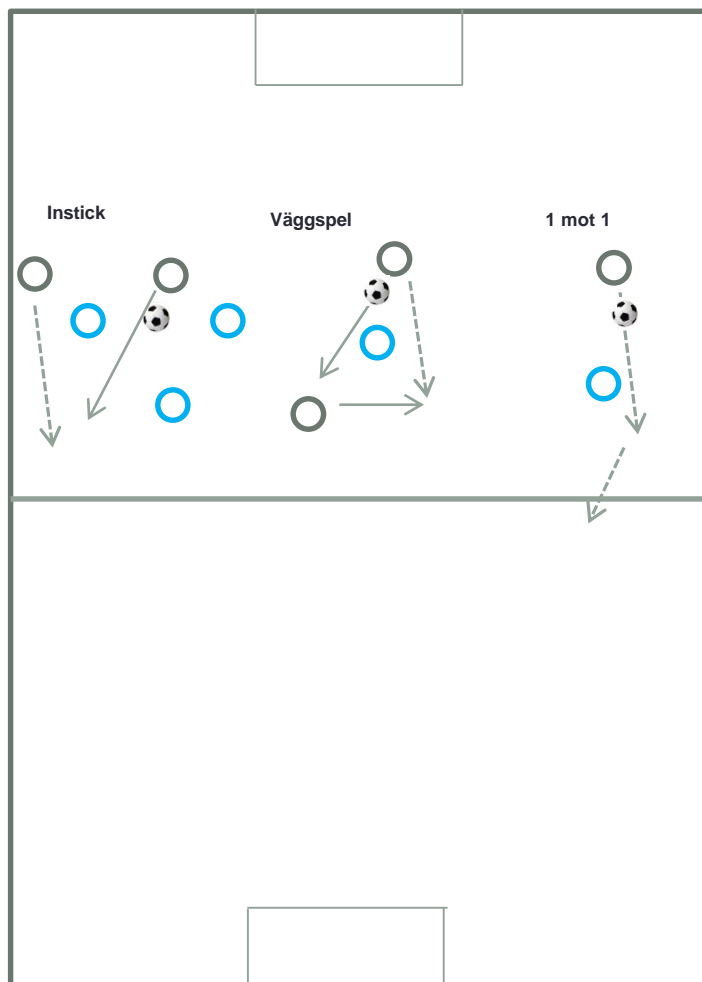
Speluppbyggnad



- Speluppbyggnad sker i huvudsak med låg risk via korta uppspel efter marken genom varje lagdel. Målet är att rulla via backlinjen och att inte sparka ut bollen. Från back finns några olika uppspelsalternativ:

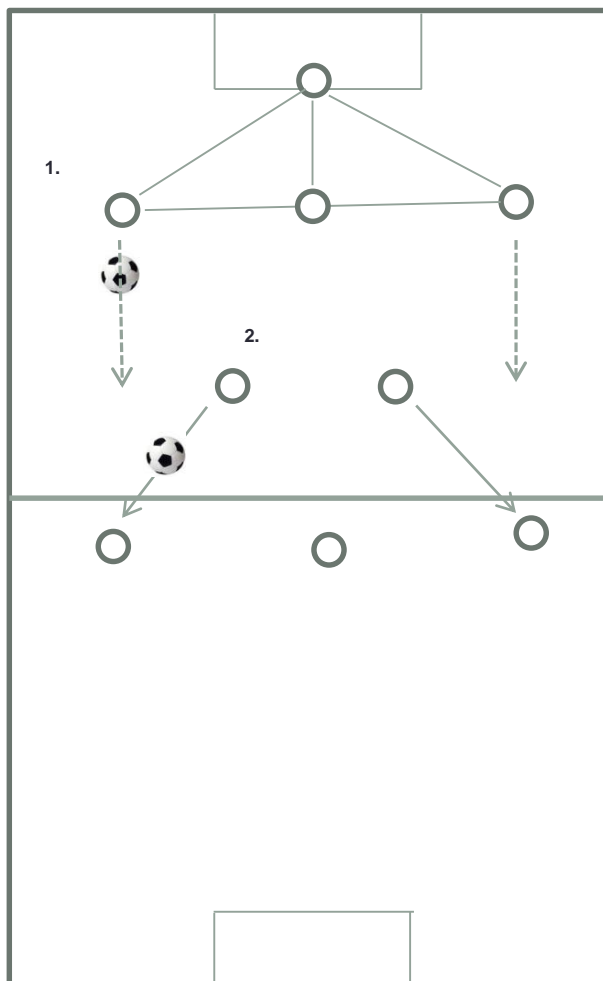
1. Snabb pass på fötterna till yttermittfältaren på samma sida. Denne försöker vända upp mot motståndarens planhalva. Har yttermittfältaren press i ryggen ska backen finnas som understöd vid tillbakaspel. Alternativt kan backen följa med upp på kanten i syfte att göra ett sk överlapp.
2. Spel efter marken till våra centrala mittfältare som söker en spelvändning till borte mittfältare eller back. Om den centrala mittfältaren är halvvänd eller sidställd så kan denne även spela bollen vidare framåt mot forward eller till yttermittfältaren på den sida som bollen kom ifrån.
3. Spel efter marken på vår centrala forward som möter och som får understöd av den centrala mittfältaren.
4. Spel tillbaka till målvakten som med fötterna som söker en spelvändning direkt eller indirekt via den andra backen, till den borte yttermittfältaren.
5. Tillbaka till innerback som söker spelvändning direkt eller indirekt via målvakt till borte ytterback.

Anfall



- För att skapa målchanser använder vi ett varierat och säkert passningsspel som bygger på många snabba, enkla passningar istället för enstaka svåra passningar.
- Vi vill speciellt utnyttja våra ytterbackar och ytterforwards i anfallsspelet.
 - Detta görs med s.k instick (passningar i djupled) bakom eller utanför motståndarlagets backar.
 - Ett alternativ för att skapa målchans är att vår centrala mittfältare kommer rättvänd mot motståndarlagets backlinje. Därifrån kan han söka lösningar med den centrala forwarden (ex.vis väggspel om man är 2 mot 1 eller ta skott själv).
 - Slutligen är även att utmana 1 mot 1 ett bra sätt att skapa målchans.

Metod i försvarspel



- Försvarsmässigt använder vi ingen uttalad försvarsmetod men betonar vikten av att snabbt komma på försvarssida om motståndarna i sin lagdel och att alla spelare deltar i försvararbetet.
- Vem man ska markera avgörs genom att laget sorterar in motståndarna så att alla motståndarna blir markerade så snabbt som möjligt. Oftast sker detta genom att man i sin lagdel hittar den närmaste motståndaren och markerar denne.
- Vi försöker att krympa ytorna och hålla ihop laget och på så sätt göra det svårt för motståndarna att hitta ytor för sitt anfallsspel.
- När motståndarnas målvakt har bollen så backar vi hem tillräckligt långt så att motståndarna kan starta sin speluppbyggnad från sin backlinje. Vissa lag använder sig av lång utspark som enda anfallsvapen och då är det viktigt att vi står på rätt sida (försvarssida) och ser till att det alternativet inte fungerar.
- Om deras backar sällan lämnar egen planhalva så ser vi till att vår forward tvingar backen till pass till yttermittfält eller målvakt genom att sätta press.
- Vi ska försöka att utnyttja det numerära övertaget i backlinjen genom att använda de bakre trianglarna med en aktiv målvakt så att en av backarna kan avancera med bollen upp i planen. (Se figur p. 1)
- Vi strävar efter att vara det bollförande laget och utnyttja ytorna på motståndarnas kanter (bakom deras yttermittfältare). Detta görs enklast genom att våra centrala mittfältare blir rättvända i planen och därifrån kan spela djupledsbollar ut mot kanterna. (Se figur p. 2)

Lagdelarnas uppgifter



- Målvakten ska ha stor delaktighet i spelet. I försvarspelet är målvakten med och dirigerar sina utespelare och i anfallspelet så deltar han aktivt i spelet med fötterna genom en utgångsposition ganska långt ut och längst back i den triangel som bildas med backarna.
- Det är även mycket effektivt att använda målvakten vid tillbakaspel och spelvändningar.
- Backarna ska inte bara vara på egen planhalva utan de ska med i anfallspelet. Anfallspelet blir backarna nästan som ytterbackarmed stort avstånd mellan sig. Denna lucka fylls av målvakten som också ska vara delaktig i anfallspelet.
- Mittfältet består av två centrala spelare i anfall. Innermittfältarnas uppgift är att ge speldjup framåt till backlinjen och speldjup bakåt åt våra forward samt även fördela spelet mellan kanterna. De är spelfördelaren i laget vilket är en nyckelposition.
- Yttrarna skall vara offensiva i anfallspelet. Det är dessa som ska löpa i djupled framåt och ge möjlighet att spela ner bollar bakom motståndarnas backlinje.
- I försvarsspelet ska samtliga mittfältare (dvs även yttrarna då vi har 3-4-1 som utgångsposition i försvar) ligga på försvarsida om sin motståndare.

Saker att vara noga med:

- Vi kan komma få en tendens att alla tre forwards skär in mot mitten och vi tappar spelbredden. Måste hålla positionerna !
- De centrala mittfältarna löper ut mellan ytterback och ytterforward i de "hål" som uppstår där. Kantytorna är avsedda för ytterback och ytterforward. "Hålen" är det som i försvarsspelet är svårast att försvara. Grundregeln för ytterspelare (ytterback och ytterforward) är att gå framåt på bollsidan och falla ner på icke bollsidan.

Fasta situationer

- Korta hörnor är grundregeln vid offensiv hörna. Vi kommer ha långt till målet och går upp en bollstorlek i år. 2 spelare går ut. Kom ihåg att vi alltid stannar med en spelare mer än motståndaren och att vi har en skytt som balanserar vår hörna.
- Vid fasta defensiva fasta situationer gäller man-man markering. Vi stannar alltid med minst en forward för att kunna starta snabbt anfall.