



Kungsbäck IF P-09

Spelidé, spelformer och roller



Spelidé

Vi strävar emot att spela en passningsorienterad fotboll. Vi vill vara spelförande, spela med ett högt passningstempo och skapa målchanser genom våra egna färdigheter.

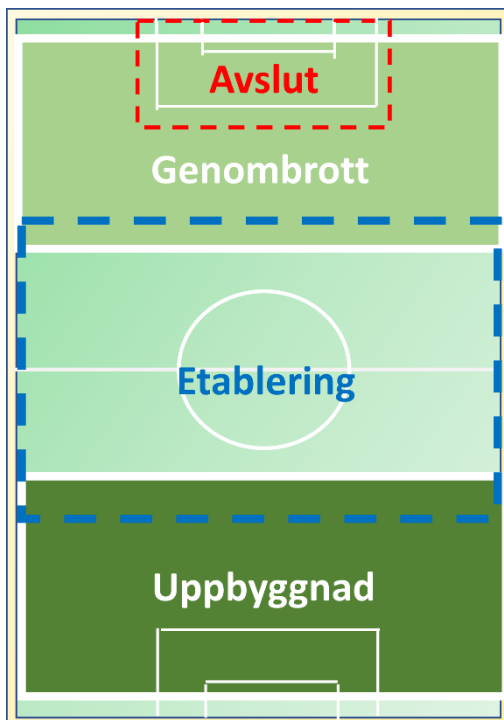
Anfallsspel: Utgångspunkten är att målvakten rullar eller kastar ut bollen och att vi via kortpassningsspel tar oss längre upp i planen för att skapa målchanser. Detta kan varieras med att bryta av med längre uppspel för att överraska motståndaren och/eller trycka ner motståndarens försvar för att sedan kunna spela igenom dem. Vi arbetar med hög rörlighet, högt passningstempo och spelvändningar.

Försvarsspel: Vi strävar efter att arbeta med hög press och snabb bollåterövring, men viktigast av allt är att försvarsspelet i första hand sker från ett samlat lag där alla spelare är delaktiga i försvarsspelet. Det innebär följande grunder och prioritet:

1. Laget samlar sig snabbt på försvarssidan om motståndaren.
2. Vi etablerar press på motståndaren.
3. Om vårt lag inte är samlat avvaktar vi istället och stänger ytor för att dra ner tempot på motståndarna tills vårt eget lag är samlat.

Zoner:

Planen och anfallsspelet kan delas upp i olika zoner med olika syften och angreppssätt vilket illustreras nedan:



Genombrott:

- ❖ Passningar "genom", över eller bakom motståndarnas backlinje
- ❖ Löpningar "genom" motståndarnas backlinje

Etablering

- ❖ Rörelse/rotation i etableringsfasen med syfte att få rättvända spelare som kan spela framåt.

Uppbyggnad:

- ❖ Enkelhet
- ❖ Låg eller ingen risk i passningarna
- ❖ Tålmod tills man kan spela framåt



Spelformer och formationer

Syfte:

Syftet med olika typer av formationer eller uppställningar är att skapa trygghet i roller och uppgifter för sitt agerande på plan. Det är viktigt att detta i sin tur inte skapar låsningar och bristande flexibilitet och det är viktigt att spelare kan byta roll under spelets gång utan att byta utgångsposition. Det viktigaste är att alla roller alltid är fyllda av någon individ.

Förberedelse för nästa steg:

De allra flesta lagen i modern fotboll spelar med en fyrbackslinje, det är högst sannolikt att de kommer att vara så även i framtiden. Det finns några viktiga faktorer och förutsättningar som gör att det är en modell som föredras av många lag. Viktiga komponenter är bland annat att målvakterna i mycket hög grad är delaktiga i spelet och att ytterbackarna blir nyckelroller för bredden i anfallsspelet på kanterna.

Det finns en rad olika typer av formationer i 11 mot 11 men många innebär utgång från **4-3-3** och variationer på det (4-2-3-1, 4-3-2-1 osv.). Vi vill därför att spelformerna innan 11vs11 tar sikte på och förbereder spelarna för denna uppställning.

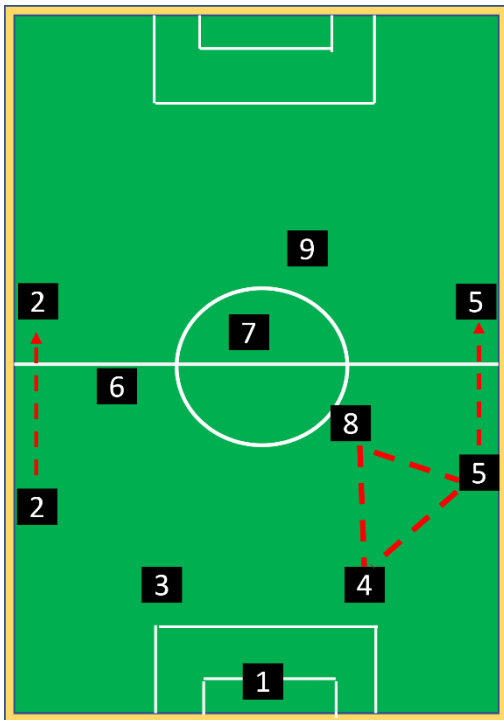
9 mot 9:

Svenska fotbollsförbundets och vår målsättning med spelformen 9 mot 9 är att spelarna ska ha roligt och samtidigt lära sig så mycket som möjligt. Alla spelare ska ges förutsättningarna för att utvecklas och delta efter sina förutsättningar.

I 9 mot 9 så görs den sista förberedande övergången till slutmålet 11 mot 11. Det innebär att både planstorlek, bollstorlek och storlek på mål ökar. Planstorlek finns i två storlekar: 65x50m (**liten 9vs9**) och 72x55 (**stor 9vs9**). Rekommendationen på mål är ett 9vs9 mål, men då många planer inte har sådana mål så förekommer både 7vs7 mål och 11vs11 mål. Någon gång under perioden man spelar 9 mot 9 går man också upp i bollstorlek till **stl 5**.

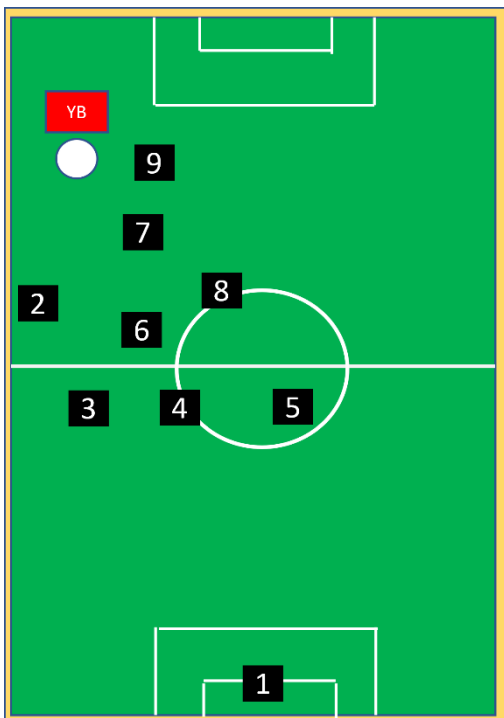
Speltiden är **3x25** minuter och fria byten.

I och med att detta är den sista förberedande spelformen innan övergången till slutmålet 11vs11 och att vi vill förbereda spelarna för 4-3-3 eller variationer på det så tar vi utgångspunkt i en fyrbackslinje och kan med fördel variera **4-1-3** och **4-3-1**.



Anfallsspel:

- ❖ Ytterbackarna (2,5) är nyckeln för att ge bredd även i anfallsspelet
- ❖ De höga utgångspositionerna på ytterbackarna bör ge dem möjlighet att jobba på detta sätt
- ❖ Ytterbackarnas höga utgångspositioner möjliggörs av ett längre avstånd mellan mittbackarna (3,4). Det bygger på en delaktig målvakt (1) som finns som spelalternativ med djup.
- ❖ Uppspel på högt mötande anfallare (9) möjliggör tillbakaspel till rättvända mittfältare (6,7,8) och offensiva ytterbackar.
- ❖ Vi skapar vinklar och trianglar
- ❖ Genom att spela framför mottagaren skapar vi högt speltempo.



Försvarsspel:

- ❖ Offsideregeln gäller
- ❖ Målsättningen är hög press; tvinga motståndarna att spela ut bollen mot kanten – undvik spelvändningar när vi valt att sätta press.
- ❖ Hög och konstant press – alla spelare deltar i försvarsspelet och ska förstå vikten av att hjälpa varandra.
- ❖ Intensiv press direkt efter tappad boll.
- ❖ Om det egna laget inte är samlat avvaktar vi och försöker dra ner tempot under tiden vi samlar oss.
- ❖ Vid djupledsboll är det viktigt att mittbacken längst från bollen (4) faller ner och tar djup.



Positioner och roller

Varje position och roll i ett lag är viktig och bidrar till lagets framgång. Både färdigheter och egenskaper förändras i denna ålder, vilket gör att ambitionen är att få prova på och variera positioner.

- ❖ **Målvakt:** 9:e utespelaren. Är aktiv i både **anfallsspel** och **försvarsspel**. Aktiv som femte spelbar back med djup i anfallsspelet och skapar förutsättningar för att mittbackarna kan gå i sär i förhållande till varandra. Ytterbackarna kan därigenom komma högre upp på sina kanter. Agerar som en andra libero i försvarsspelet och är snabbt ute på motståndarnas längre passningar då han bedömer sig vara först på bollen.

Färdigheter - målvakt

Anfallsspel

- ✓ Passning kort
- ✓ Mottagning
- ✓ Skjuta ut bollen på volley
- ✓ Passning lång
- ✓ Kasta ut bollen

Försvarsspel

- ✓ Kasta sig
- ✓ Upphopp
- ✓ Förflytta sig
- ✓ Fånga bollen
- ✓ Boxa bollen

- ❖ **Ytterbackar:** I och med de höga utgångspositionerna i anfallsspelet agerar ytterbackarna i realiteten som mittfältare i anfallsspelet och som backar i försvarsspelet och behöver därför komplettera backens färdigheter och egenskaper med mittfältarens. Det är ytterbackarna som skapar bredden i anfallsspelet och vågar att utmana högt upp i planen. I försvarsspelet är huvuduppgiften att stoppa motståndarens anfallande spelare som försöker lura försvararen. När ytterbacken i försvarsspelet bestämt sig för att göra något behöver det därför bli rätt.

Nycklegenskaper: Behöver ha en bra förmåga att ändra sina beslut och tänka om. Måste därför kunna samla in mycket information snabbt om det motståndaren tänker göra men inte göra något förrän han verkligen är säker på att motståndaren ska göra det. Det gäller att vara stark och inte låta sig påverkas av impulserna som finns för stunden varför försvarare ofta är bra på att kontrollera sina impulser. Det är också en viktig egenskap i speluppbyggnaden. Utöver detta även ha inslag av de egenskaper som mittfältare (COM) har nedan.

Färdigheter - ytterback

Anfallsspel

- ✓ Passning kort
- ✓ Mottagning
- ✓ Inlägg
- ✓ Passning lång
- ✓ Driva
- ✓ Utmana

Försvarsspel

- ✓ Pressa
- ✓ Tackla
- ✓ Täcka
- ✓ Bryta



- ❖ **Mittbackar:** Mittbackarna spelar brett i uppbyggnadsfasen i anfallsspelet och skapar därigenom förutsättningar för målvakten att bli den femte backen samt för ytterbackarna att komma högre upp i planen. En av de två mittbackarna är markerande i försvarsspelet medan den andra täcker och ger understöd till de markerande backarna. Det är den understödjande mittbacken som ansvarar för djupet i försvarsspelet.

Nycklegenskaper: Behöver ha en bra förmåga att ändra sina beslut och tänka om. Måste därför kunna samla in mycket information snabbt om det motståndaren tänker göra men inte göra något förrän han verkligen är säker på att motståndaren ska göra det. Det gäller att vara stark och inte låta sig påverkas av impulserna som finns för stunden varför försvarare ofta är bra på att kontrollera sina impulser. Det är också en viktig egenskap i speluppbyggnaden.

Färdigheter - mittback

Anfallsspel

✓ Passning kort

✓ Mottagning

✓ Passning lång

Försvarsspel

✓ Pressa

✓ Tackla

✓ Nicka

✓ Täcka

✓ Bryta

Fysiska färdigheter - backar

Maxstyrka

Spänst

Högintensiv uthållighet

Snabbhet riktningförändring



Snabbhet acceleration

Maxsnabbhet

Uthållighetsstyrka

Lågintensiv uthållighet



- ❖ **Mittfältare:** Mittfältarna är länken mellan de andra lagdelarna och gör sig genom hög rörelse tillgängliga för passningar från både backar, anfallsspelare och andra mittfältsspelare. En av mittfältarna (CDM) har en mer defensiv central roll, medan de övriga två (COM) har något mer offensiva utgångspositioner och placerar sig något närmare kanterna. CDM är den som i anfallsspelet oftast möter det korta uppspelet från backlinjen och fördelar bollen vidare, företrädesvis genom en vändning. Det är han som ofta förflyttar laget från uppspelsfasen till etableringsfasen. CDM tar både ett stort defensivt ansvar själv och styr de övriga mittfältarna i försvarsspelet. COM agerar i en kombination av mittfältare och anfallare och tar tillsammans med anfallaren emot de lite längre uppspelen och agerar både stöd till anfallare och offensiva ytterbackar högre upp i planen. COM kommer gärna i genombrott och avslut och byter gärna sida med varandra.



Nyckelegenskaper: En spelare som ser hela spelet, som vet vad som kommer att ske och som kan slå en avgörande passning. Men mittfältaren är också bra på att ändra sina beslut om situationen kräver det. Mittfältarna behöver ha ett bra minne så att han kan hitta många lösningar på problem som uppstår på planen. Ibland behöver mittfältaren också vara kreativ, men framför allt handlar det om att orka hålla uppe uppmärksamheten och koncentrationen under en hel match.

Färdigheter - CDM

Anfallsspel

- ✓ Passning kort
- ✓ Mottagning
- ✓ Nicka
- ✓ Passning lång
- ✓ Driva
- ✓ Skjuta

Försvarsspel

- ✓ Pressa
- ✓ Tackla
- ✓ Täcka
- ✓ Bryta

Färdigheter - COM

Anfallsspel

- ✓ Passning kort
- ✓ Mottagning
- ✓ Inlägg
- ✓ Skjuta
- ✓ Passning lång
- ✓ Driva
- ✓ Utmana
- ✓ Nicka

Försvarsspel

- ✓ Pressa
- ✓ Tackla
- ✓ Täcka
- ✓ Bryta

Fysiska färdigheter - mittfältare

Snabbhet riktningförändring  Lågintensiv **uthållighet**
Uthållighetsstyrka  **Snabbhet** acceleration
Högintensiv **uthållighet**  Max**snabbhet**
Maxstyrka  **Spänst**



- ❖ **Anfallare:** Anfallaren är högt och centralt placerad på planen och blir spetsen i plogen i anfallsspelet. Anfallaren ska gärna få de långa uppspelen och oftast efter marken, men behöver även kunna vinna nickdueller för att skarva vidare eller utmana i djupled. Han håller oftast i bollen och vänder upp eller spelar tillbaka till rättvänd mittfältare eller ytterback som kommer med i anfallsspelet. Anfallaren vågar utmana och tvekar inte att komma till avslut. I försvarsspelet är anfallaren första försvararen och huvuduppgiften är att starta pressen och styra motståndaren mot en kant.

Nyckelegenskaper: Är bra på att söka av områden snabbt. Ser och upptäcker det som är avgörande för att kunna fatta snabba, och kanske oväntade, beslut. Korttidsminnet är bra för att komma ihåg det man har upptäckt under matchen. Då kan anfallaren få fram bilder i huvudet av vilka positioner medspelarna och motståndarna kommer att ha under de närmaste sekunderna. En bra anfallare ändrar inte så ofta sig från det man tänkt från början,



utan slår till blixtnabbt när han har informationen. Anfallaren har redan bestämt sig för vad som är den bästa lösningen och satsar allt på det. Bollen ska helt enkelt in i mål.

Färdigheter - Anfallare

Anfallsspel

- ✓ Passning kort
- ✓ Mottagning
- ✓ Vända
- ✓ Skjuta
- ✓ Finta/dribbla
- ✓ Driva
- ✓ Utmana
- ✓ Nicka

Försvarsspel

- ✓ Pressa
- ✓ Täcka

Fysiska färdigheter - anfallare

Maxsnabbhet



Spänst



Högintensiv uthållighet



Lågintensiv uthållighet



Maxstyrka



Snabbhet acceleration



Uthållighetsstyrka



Snabbhet riktningförändring

