

MIN FOTBOLL

Jag vill att mitt lag ska kunna spela en varierande fotboll, en fotboll som inte låser fast sig vid ett spel där vi t ex alltid ska ha bollen eller där vi alltid ska spela på omställningar. Jag vill spela en possession-fotboll med anfall genom omställningar.

För att åstadkomma detta ska vi kunna vara trygga med att äga bollen under långa stunder, framför allt när vi bygger spel från egen målvakt. Då är målet att kunna hålla bollen i backlinjen och lungt och metodiskt locka motståndarna att pressa oss högt upp i planen, gärna ända in i vårt eget straffområde. När vi har lockat upp våra motståndare så vill vi kunna spela förbi första pressen in till våra mittfältare, antingen direkt från backar/målvakt eller via våra ytterbackar. Väl förbi första presslinjen och sedan har lyckats få bollen till en rättvänd mittfältare så ska hela laget växla tempo och ställa om till ett snabbt anfallsspel där vi söker en direkt väg mot mål om det finns en bra möjlighet. Men om vi inte hittar en bra möjlighet att gå direkt på mål så är nu istället målet att skapa ett etablerat anfallsspel på offensiv planhalva och istället anfalla som ett mer klassiskt possession-lag.

Till en början kommer speluppbbyggnad och anfall ske genom inövade spelmönster och triggers men efter hand som spelarna börjar bli trygga i spelsättet uppmuntras att de själva skapar kombinationer och positionsbyten som tar oss till avslutslägen.

Jag har ingen fast formation som jag vill använda för detta spelsystem utan bygger det istället på att vi följer samma principer oavsett hur vi ställer upp laget. Vilken formation som i slutändan används beror på vilka spelartyper som finns tillgängliga men även om jag tycker att någon enskild spelare behöver utveckla någon särskild egenskap.

Även om jag inte har någon fast formation finns det några saker som jag alltid försöker ha med i vår uppställning:

Wingbacks - Offensiva wingbacks får mycket 1v1-träning, både offensivt och defensivt vilket jag tycker alla spelare behöver
Central forward som droppar - Lära sig utnyttja utrymmet mellan backlinje och mittfält, samtidigt träna på spelet som felvänd
Central defensiv mittfältare - Spelare som ska styra uppspelen och samtidigt vara bra defensivt, komplett mittfältare
Backlinje som byter mellan 2/3-backlinje - Bra att som mittback kunna spela i båda varianterna
Målvakt som spelar - Målvakten ska vara en del av speluppbbyggnaden och få mycket boll på fötterna

PRINCIPER

Istället för att ha en fast formation så lägger jag stor vikt vid att vi istället följer ett antal principer som beskriver hur vi ska spela fotboll, oavsett om vi spelar med 2 eller 3 anfallare och helt oberoende av ifall min vanliga centrala mittfältare inte är tillgänglig för spel och vi därför behöver göra lite ändringar i uppställningen.

För att göra det så enkelt som möjligt så har jag 3 grundprinciper som grovt beskriver hur vi ska spela och sedan går det att gå vidare in i detalj i varje princip och titta på sub-principer som beskriver mer ingående hur vi ska gå tillväga för att uppfylla just den principen.

Vill man gå ännu djupare i förklaringen av hur vi spelar så är det fullt möjligt med fler sub-principer till den aktuella sub-principen.

Kontrollera matchen med bollen

Våga hålla bollen inom laget till rätt tillfälle finns att avancera

Våga spela på markerade spelare för att ytor bakom markering/press

Skapa numerära överlägen där vi har bollen för att lättare behålla den

Tempoväxlingar/skapade omställningar

Skapa speciella moment i matchen där vi redan innan vet vad vi ska göra

Använda oss av snabbt kortpassnings-spel på mittfält med 1 eller 2 touch

Genom överbelastning på en kant kunna vända spel och anfalla på andra kanten

Positivt försvarsspel

Ligga högt med backlinjen när vi försvarar på offensiv planhalva för att vara kompakta

Skapa press-fällor för att få motståndaren att spela bollen dit vi vill

Målvakten har väldigt hög utgångsposition för att alltid vara beredd på längre bollar

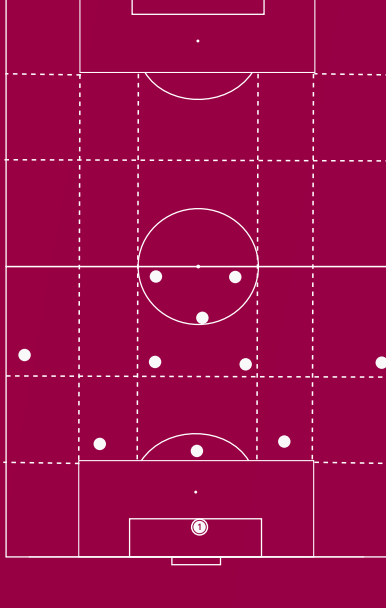
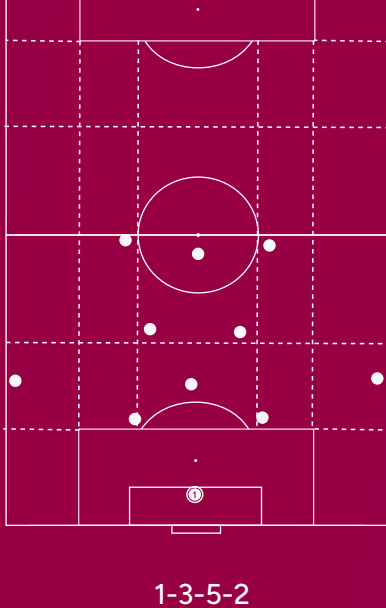
FORMATION

Även om jag försöker få laget att spela utifrån principer och inte ha en "fast" formation har vi en ändå en grundformation att utgå från. Detta är för att spelare lätt ska kunna förstå vilken position i laget de har och vad som förväntas av dem utifrån den rollen.

Den formation som jag har valt att utgå ifrån är en klassisk 1-4-3-3 (likt den övre bilden till höger) med offensiva ytterbackar, en defensiv mittfältare och två offensiva mittfältare. Men denna formation är väldigt flytande och kan i många fall istället likna en 1-3-5-2 (likt den undre bilden till höger) där ytterbackarna är så offensiva så att de blir en del av mittfältet, den defensiva mittfältaren faller ner mellan mittbackarna för att skapa en 3-backslinje och den centrala forwarden agerar någon form av "falsk nia" och hittar ytor mellan motståndarnas backlinje och mittfält.

För att detta ska fungera är det viktigt att förutom att ha principerna vi spelar efter också ha tydliga rollbeskrivningar för varje spelares position. Genom att ha tydliga rollbeskrivningar så kan vår formation variera från 1-4-3-3 i utgång, 4-4-3 (ink målvakt) i låg uppspelsfas, 1-3-5-2 lite högre upp i uppspelsfasen till slutligen vid kontrollerat bollinnehav högt upp på offensiv planhalva en 1-3-2-5 med wingbacks som blir ytterar/anfallare.

I försvarsspelet utgår vi vid hög press från en 1-4-4-2 diamant med mycket markeringsinslag, som vid lågt försvarsspel istället blir en 1-5-3-2 där defensiv mittfältare blir en del av centrala backlinjen och vi istället fokuserar enbart på positionsförsvar.



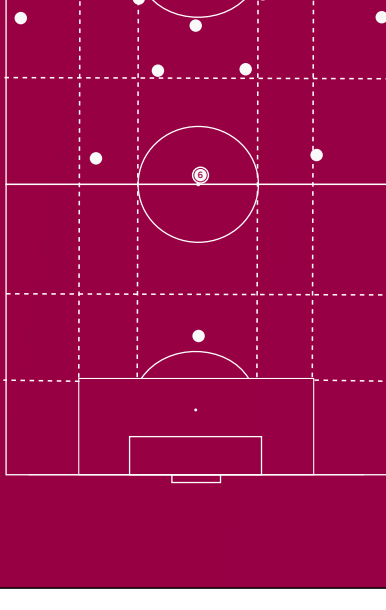
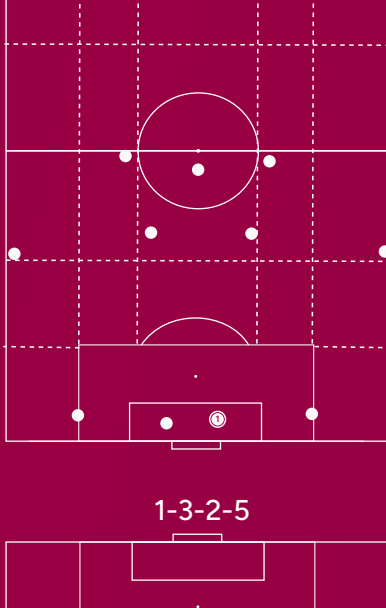
SPELUPPBYGGNAD

I speluppbbyggnad från egen målvakt så vill jag att vi ska vara modiga med bollen och bjuda in till hög press för att på så sätt skapa större ytor bakom motståndarnas press där vi kan möta och ta emot boll. Jag vill också att målvakten är en del av speluppbbyggnaden här och att vi på så sätt skapar ett numerärt överläge även om motståndarna pressar högt med tre spelare. I ytor som bildas bakom pressen ska våra innermittfältare och centrala forward komma och möta boll och kan de inte vända upp med bollen själva ska de söka spel till rättvända spelare som kan fortsätta ta bollen framåt.

Defensiv mittfältare tillsammans med målvakt och de två mittbackarna ställer upp på en linje med 3-4 meter mellan varje spelare för att lätt kunna slå en passning vidare till någon av sina lagkamrater. Ytterbackarna håller höjd och bredd och de centrala mittfältarna börjar högt upp i plan för att skapa större ytor att möta boll på. När motståndarna pressar högt är tanken att vi med hjälp av vår numerära överlägsenhet ska kunna spela oss förbi och hitta ytor bakom pressen där våra centrala spelare kan komma och möta boll. Har vi svårt att hitta till våra centrala spelare kan vi istället leta efter våra ytterbackar. För att få detta att få detta att fungera är det viktigt att vi använder oss av vår målvakt som en del av spelarna i uppspelsfasen, annars kommer vi ha svårt att skapa det numerära överläget.

Målet med detta upplägget är att skapa stora ytor där vi kan möta boll och dra med oss markering som vi sedan spelar förbi och hittar ytan bakom den pressande spelaren. Vi försöker hålla stora delar av laget centralt, dels för att vi ska ha mycket alternativ att spela in bollen på, men framför allt för att vi vill centralisera motståndarna och på så sätt alltid ha våra ytterbackar spelbara. Om motståndarna väljer att markera våra ytterbackar betyder det att de har släppt mer yta till våra spelare i de tre centrala korridorerna istället.

För att ta oss förbi motståndarnas lagdelar ska vi hela tiden försöka tänka ett steg längre och på att få bollen till "tredje man" istället för att bara tänka på vår nästa passning.



OMSTÄLLNINGAR

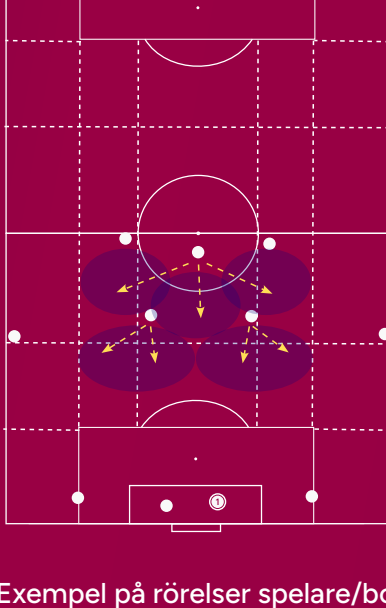
En stor del av vårt spel kommer bestå av att kunna använda/utnyttja de omställningar som automatiskt sker under matchen men framför allt de som vi kan skapa själva.

Den omställning som är enklast, därmed också en av de viktigaste, att tillverka på egen hand är när vår målvakt har bollen med kontroll, t ex vid insparkar. Alla spelare har möjlighet att ta sina positioner och är helt förberedda på vad vi ska göra när bollen sätts i spel igen. För att kunna skapa ett omställningsläge behöver vi skapa ytor mellan motståndarnas lagdelar och det gör vi genom att bjuda in dem till att pressa oss högt när vi har bollen i backlinjen. Målvakt, cdm och mittbackar skapar en 4v3 (alt. 4v2 eller 4v1) och ska kunna spela sig förbi den höga press som vi bjuder in till samtidigt som mittfältare och ytterbackar ligger högt upp i plan för att skapa yta bakom pressen. När bollen väl spelas upp på mittfältare/central forward är det viktigt att möta bollen och inte släppa förbi motståndaren så att man kan spela bollen direkt vidare, antingen till ytterback eller mittfältskollega som är rättvänd.

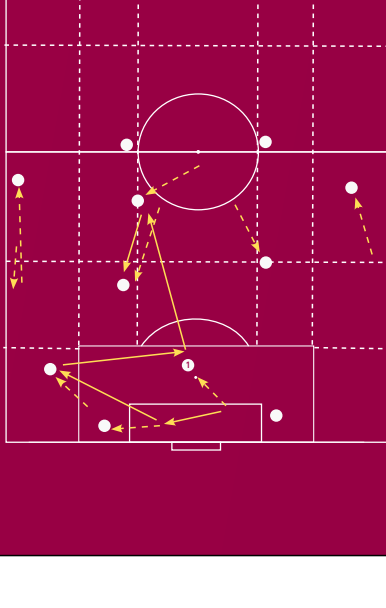
När vi har tagit oss förbi första pressen och har bollen på rättvänd spelare så är det dags för att växla tempo och sätta igång vår omställning genom att båda forwards går i djupled centralt, ytterbackarna går i djupled på kanterna för att få backlinjen att falla. Samtidigt letar central forward letar ytor mellan mittfält och backlinje för att kunna få boll högre upp i plan och sedan fördela vidare.

Utöver denna typ av omställning så är omställningsmöjligheterna vid defensiva högrörelser något som vi försöker utnyttja genom att ha en tydlig gemensam strategi för hur vi försvarar hörnet och även tydliga individuella roller som gör det lätt för spelarna att agera utifrån olika scenarion.

Ytor vi vill nå i speluppbbyggnad



Exempel på rörelser spelare/boll



SPELARROLLER & TYPER

Spelarnas olika roller och vilka typer är av stor vikt när vi ska spela efter de principer som tidigare har gåtts igenom.

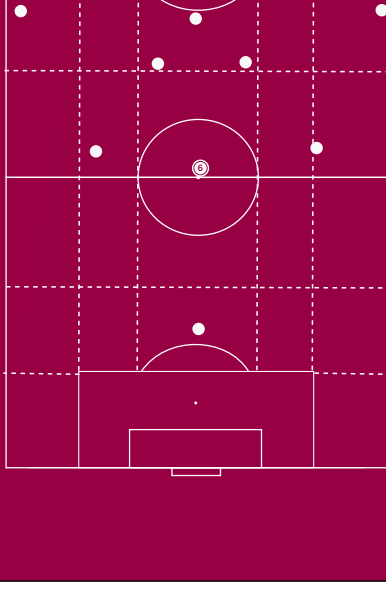
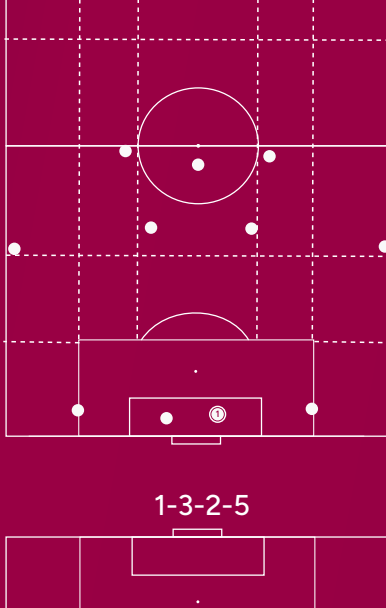
För att kunna genomföra den speluppbbyggnad vi vill så behöver vi ha både målvakt och mittbackar som är trygga med att ha bollen vid fötterna även när de blir pressade.

Vi behöver också ha mittfältare som är trygga att ta emot boll under hård press och som vet vad de ska göra med bollen när de får den. Spelet felvänd är också någo som är väldigt viktigt för vår centrala forward i uppbyggnadsfasen. Han ska kunna ta emot boll med en motståndare i ryggen och kunna både hålla i bollen och fördela den vidare.

Vårt anfallsspel kräver ytterbackar som är villiga att löpa mycket och följa med upp i våra anfall, allra helst ända upp i motståndarnas straffområde. Våra två ytterforwards är de som ska göra de flesta av våra mål och måste alltid vara att villiga att löpa i djupled för att dra isär motståndarnas backlinje.

Defensiva mittfältaren har en speciell roll eftersom den spelar en hybridroll mellan defensiv mittfältare och gammal klassisk libero. Denna spelaren måste förutom kunna styra spelet med både långa och korta passningar dessutom kunna spela försvarsspel på mittfältet men även med lätthet kunna sjunka ner mellan mittbackarna och bli en del av backlinjen.

Mer detaljer om de olika rollerna/typerna finns i separat fil kallad "Mitt arbetssätt - Spelarroller".



FASTA SITUATIONER: HÖRNOR

Vid offensiva hörnor vill vi blanda långa hörnor med kortare varianter för att kunna skapa rörelse i motståndarnas försvar.

För vanliga långa hörnor har vi fem spelare som börjar i en klunga och som sedan går på olika ytor inom straffområdet för att aktivt försöka göra mål.

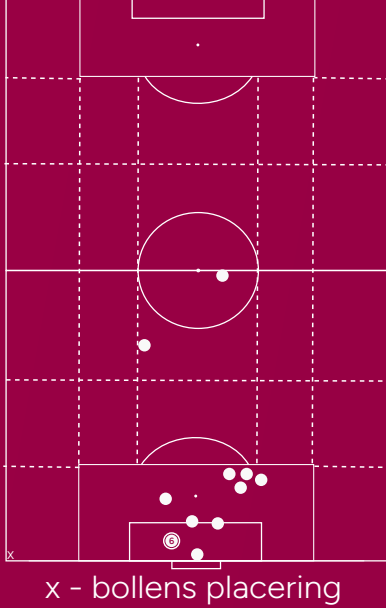
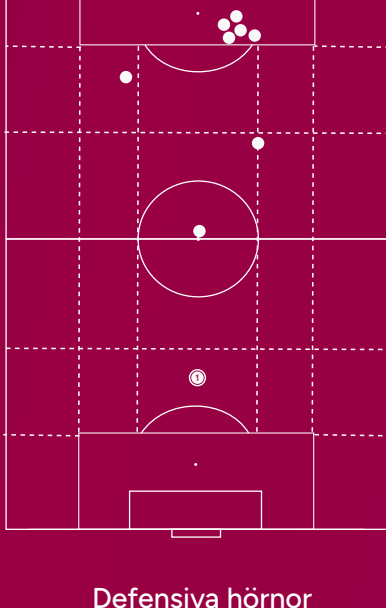
För korta alternativ har vi en spelare som startar vid motståndarnas målvakt men strax innan hörnan ska slås så springer den spelaren ut mot hörnläggaren och möter boll i straffområdet och kan spela bollen vidare därifrån. Ett andra alternativ är att hörnläggaren slår en diagonal boll längs med marken till en spelare som befinner sig strax utanför straffområdet och därifrån kan välja att spela bollen vidare eller lägga ett inlägg.

Ansvar för omställningar har framförallt tre spelare där en positionerar sig i mitteirkeln för att vinna långa rensningar och en ligger halvvägs mellan straffområde och mittlinjen snett bort frånbollsidan. Den tredje spelaren är samma som är ett alternativ för korta hörnan utanför straffområdet på bollsida.

När vi ska försvara hörnor vill jag att vi i tänker på vad vi ska göra när vi vinner bollen och på detta sätt försöka utnyttja att motståndarna har flyttat upp stora delar av sitt lag i offensivt straffområde. Detta ger oss en möjlighet att, om vi är välorganiserade och alla vet vad deras roll är, att skapa en offensiv omställning och på detta sätt skapa en målchans. Jag har valt att blanda man- och zonmarkering genom att ha fyra spelare som aktivt markerar motståndarnas bästa huvudspelare och vars främsta uppgift är att inte låta motståndaren nå bollen.

I straffområdet har jag fem spelare (inklusive målvakt) som markerar olika zoner varav fyra av dem befinner sig i eller precis i kanten av målområdet. Den femte spelare markerar ytan framför straffpunkten och har som uppgift att inte låta några bollar gå förbi till spelare bakom.

Utöver detta har jag lämnat två spelare högre upp i planen för att försöka utnyttja situationen till en offensiv omställning. Vid bollvinst på hörna har dessutom spelaren som zonmarkerar framför straffpunkten uppdraget att ställa om offensivt i bollsidas inre korridor. Rensningar på hörnor ska i så stor utsträckning som möjligt gå mot bollsidas inre korridor och i andra hand bortre bollsidas korridor.



x - bollens placering

FASTA SITUATIONER: FRISPARKAR

Under produktion



x - bollens placering