

FET FOTBALL SPILLMODELL



Fotballfilosofi

«Fet skal etterstrebe en dominerende, engasjerende og effektiv fotball»

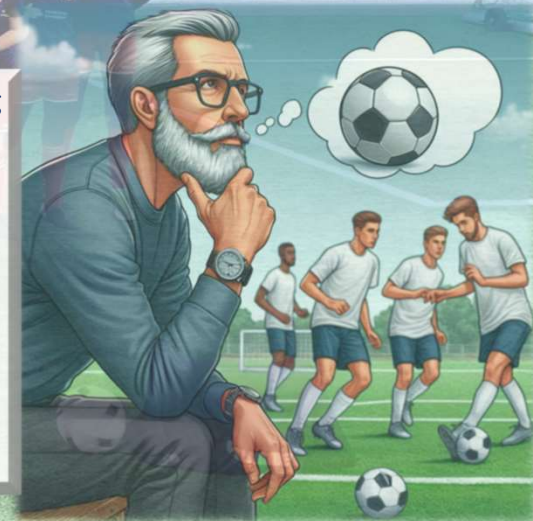
Bakgrunnen for spillmodellen er å skape en felles og gjenkjennelig identitet på banen. Et sett felles spillestilsprinsipper som skal skape en langsiktig, bedre og helhetlig spillerutvikling.

Fordi fotball er kompleks, og handler om valgene en tar i situasjonene vil vi ta med oss uttrykket: «den som tror han har fasiten i fotball, skjønner ikke fotball.» Det nærmeste en kommer en fasit, er at alle i laget tenker likt. Når vi har laget en spillmodell, handler det om hvilke situasjoner vi ønsker å prioritere i kampen. Måten å nå de prioriterte situasjonene på vil variere utifra eget lag og motstander. **Det er spillet-motspillet som er selve kjernen i fotballen.**

Fet skal etterstrebe en dominerende, engasjerende og effektiv fotball med fokus på å utvikle taktiske og tekniske ferdigheter i de ulike roller på veien fra barn til senior. En dominerende stil legger føringer på hvilke prinsipper og type ferdigheter vi jobber etter i barne- og ungdomsfotballen.

I ungdomsfotballen jobber vi med å utvikle en forståelse av grunnprinsipper som gir forutsetninger for å adoptere til ulike spillestiler på A-laget.

Filosofien legger føringer både for A-laget og utviklingsavdelingen, men det jobbes med forskjellig treningsmetodikk og kompleksitet.



Identitet

Fet skal spille angrepsorientert fotball, med hovedvekt på å styrke det offensive spillet. Dette vil gi en underholdende og engasjerende tilnærming til fotballen, der de defensive kravene vil bli tydelige i forhold til å opprettholde en god balanse i laget.

Kravet til førsteforsvarer vil i så måte implisitt bli høyt og må jobbes intenst med for å opprettholde vårt ønske om et tydelig angrepfokus og rask gjenvinning.

Offensiv variasjon skal brukes som redskap for å være uforutsigbar, slik at gode nok og nødvendige romforhold oppstår i motspillet.

Hovedfokus i oppbygging av spillestilen vår:

- Frispilling bakfra, der overtallssituasjoner søkes hele veien til totalt gjennombrudd, men hvor direkte bakrom også må brukes som variasjon. Vi øver på å skape rom med bevegelse for tydelige pasninger.
- Skape offensive rom og muligheter, der prinsippene er viktigere enn rollene.
- Eksplosiv omstilling til gjenvinning av ball når vi mister den.
- Vinne ball, nekte pasninger og rom defensivt.
- Høy intensitet i pressspillet, og kompakte lagdeler med høy energi.

Spillestil

Fotballforståelse

Etablert angrep

Gjenvinning

Ulik grad av balanse

Score mål

Hindre mål

Vinne kampen

Overgang F - A

Overgang A - F

Bevare ballen

Vinne ballen

Off DB

Def DB

Ut av press etter ballvinning

Etablert forsvar

Spillestil – etablert forsvar

ANSVAR SOMRÅDER

Spiss – rom foran egen midtbane og motstanders forsvarsledd

Midtbane – rom foran eget forsvar

Forsvar – rom bak eget forsvar

OVERORDNET

Et overordnet mål er at motstander skal spille rundt vår struktur ved at vi kontrollerer sentrale rom og fremtvinger støttepasninger som gir grunnlag for kollektive pressøyeblikk. Dette er også grunnlaget for et dynamisk forsvarsspill.

Ønskesituasjonen er et kompakt og dynamisk press-spill. Vi ønsker å gi motstander tidsnød når det er mulighet for det, også når det spilles rundt vår struktur. Strukturen skal være så kompakt at vi har gode forutsetninger for å vinne ball om motstander spiller inn i strukturen.

FØRSTE PRESSLEDD

Første pressleddet (kant og spiss) gir grunnlaget for at vi skal holde en kompakt struktur og gir forutsetninger for at resten av laget skal vinne ball. Det kontrolleres ved å kontrollere rommet foran midtbanen. Hvis spillsituasjon tillater det, ønsker vi å få vår kant i et aggressivt press på back, og at spiss stenger sentrale rom og umuliggjør en vending.

Dette gir grunnlag for et kollektivt pressøyeblikk (vinne ball hvis situasjonen tillater det eller for å endre presshøyden). For å oppnå det så ønsker vi at kant og spiss jobber i relasjon, men hvis motstander utfordrer rom mellom spissene, så etableres en spiss-spiss-relasjon. Det ligger noen individuelle strukturelle forutsetninger i den kollektive strukturen som inkluderer dybde som grunnlag for gode utgangsposisjoner og individuelle pressøyeblikk. Det er individuelle pressøyeblikk som gir grunnlag for vurdering av et kollektivt pressøyeblikk.

SIKRINGSFORHOLD

2F er sikringsspiller og 3F (normalt fra leddet foran) kontrollerer alltid det rommet 2F etterlater.

Eksempler: 1. Stopper ut av posisjon, dyp sentral i stoppers posisjon og spiss ned i rommet til dyp sentral 2. Back i press på kant så sikrer dyp sentral på ballside og spiss på ballside overtar utgangsposisjonen til dyp sentral for å opprettholde spill rundt strukturen

Denne strukturen gir gode forutsetninger for å pushe laget på grunn av at strukturen fremtvinger mange støttepasninger hos motstander.

Ved innlegssituasjoner ønsker vi at midtstopperne skal kontrollere rom mellom stengene. Utover det vi har en innrømmelse til markering.

Spillestil – etablert angrep

BEARBEIDELSE

Vi ønsker å bearbeide for å komme inn i fase 2 (forbi motstanders første pressledd) for å få en fordelaktig spillsituasjon med kortere avstand til bakrom, mellomrom og siderom – og ikke minst medspillere.

FRA FASE 2

Fra fase 2 ønsker vi at 1A vurderer og identifiserer en fordelaktig spillsituasjon. 1A vurderer posisjonell, strukturell eller numerisk overtallsituasjon eller et potensial for å skape det for fremdrift i spillet.

BEVEGELSER, TIMING OG ROM

Vi ønsker samtidighet i de bevegelsene og ønsker samtidige bevegelser i mellomrom og bakrom for å skape situasjoner hvor motstander må velge.

I en innlæringsfase så handler det om at den som først er inne i rommet "eier rommet" og andre spillere må forholde seg til den situasjonen.

Hvis avstand og spillsituasjon tillater det, ønsker vi alltid å gå direkte i bakrom (sentralt gjennombrudd for direkte scoringssituasjon).

Andre alternativer er via mellomrom. Da ønsker vi i større grad etterfølgelse av bevegelser og ofte se etter andre- og tredjebevegelser for å sette opp spillere i scoringssituasjon.

Går vi inn i siderom på ballside eller siderom etter vending av spill, så vurderer vi mulighet for 1v1-situasjon eller 2v1-situasjon for å sette trykk på motstanders bakre firer ved

- 1) passering
- 2) utfordre for å oppsøke kombinasjonspill (inn i banen)
- 3) utnytte situasjon for totalt gjennombrudd med en overlapp
- 4) Ved innlegg jobber vi med prinsippet om å etterfølge bevegelser.

FORSVARBEREDSKAP I ANGREP

Vi ønsker å dominere og kontrollere motstanders kontringsrom ved posisjonell og numerisk fordelaktig balanse. Prinsippet tar hensyn til kampdimensjon og resultat.

Forsvarsberedskapen gir grunnlag for å kontrollere klareringsrom og sørger for posisjonell og numerisk fordelaktig balanse som gir gode forutsetninger for et godt gjenvinningsspill. Fet prioriterer alltid å gjenvinne ball.

Spillestil – forsvar til angrep

HOVEDPRINSIPPER

Vi opererer med tre prinsipper i forsvar til angrep:

1. Brudd ved kort avstand til motstanders bakrom ønsker vi direkte spill i bakrom
2. Brudd ved lang avstand til motstanders bakrom ønsker vi spill ut av motstanders gjenvinningspress. Her ønsker vi å nå rommet bak motstanders anker, ofte ved å krysse midtlinjen
3. Sikker pasning ut av press for å verne om ballen, og sette i gang nytt angrep.

VURDERE KONTRING VS. ETABLERT ANGREP

Etter spill ut av gjenvinningspress må det vurderes om det er en fordelaktig mulighet til å kontere eller om det er mest hensiktsmessig å gå over i etablert angrepsspill. Vinnes ballen lavt i banen søker vi enten rom bak ryggen til motstanders anker eller en lang støttepasning. Det første gir en mulighet for kontrung og da gjøres en ny vurdering etter spill ut av gjenvinningspress. Lang støttepasning gir derimot grunnlag for etablert angrepsspill.

Hva prioriterer vi når vi vinner ball?

- Defensiv – offensiv omstilling, blomstre ut
- Hurtig etablere angrepsspill
- Utnytte kontringspotensiale

Umiddelbart ta vare på ball

- Sikker/stabil førstepasning
- Spill ballen ut av motstanders pressesone – frisk luft
- Pasningsalternativer rundt ballfører
- **Erobre viktige områder**
- True den siste tredjedel
- Sette opp til avslutning
- Tålmodighet – beste mulighet er kanskje en pasning eller ett sekund unna

Spillestil – angrep til forsvar

GJENVINNING

Førsteprioritet er å gjenvinne ball, ref. forsvarsberedskap i etablert angrep beskrevet under etablert angrep-fasen.

OMSTILLING

Dersom motstander evner å spille seg ut av vårt gjenvinningspress ønsker vi følgende:

1. Hindre kontring (ved å tvinge motstander over til etablert angrep)
2. Omstille fra angrep til forsvar. Ved omstilling repositionerer vi for å ta kontroll over farlige rom, samtidig som vi henter opp motstanders 1A. Vi ønsker at 1F leder motspiller til eget lags hensiktsmessige balanse og at 2F bryter inn som en hjelpende forsvarer for å vinne ball/avverge kontring eller ved scoringssituasjon.

En huskeregel ved hurtig omstilling kan være G-KRO.

Gjenvinning – Kontringspunkt, Returløp, Offensiv markering

Hva prioriterer vi i omstillingen når vi mister ball?

- Overgang offensivt til defensivt
- Gjenvinne ball

Forhindre/forsinke motstanders framdrift – hindre mål

- Umiddelbart press/stress på ballfører og de korte alternativene
- 5 sekunders-regel
- Kommunikasjon mellom spillere, når stå opp, når trekke seg tilbake

Kontrollere farer lengre unna

- Kontrollere sentral korridor
- Overtall i bakre ledd

Beskytte viktige områder

- Reorganisere leddene
- Krisehåndtering
- Umiddelbar tilbaketrekning

Hva prioriterer vi i forsvar?

- Hindre motstanders framdrift/kontrollere viktige områder – vinne ball
- Hindre mål

Kompakt forsvar

- Situasjonsbestemt press
- Avstand mellom spillere og ledd
- Forsvare seg så høyt som mulig med stor intensitet
- Offensiv i forsvar-mentalitet. Ønske å fremprovosere brudd
- Lede inn i foretrukne områder

Beskytte sentral korridor

- Aggressivt press – posisjonell balanse
- Tålmodighet uten ball

Beskytte eget mål

- Stolthet for å unngå baklengs
- Krisehåndtering
- Engasjement, jubel for taklinger og blokkeringer

Kant

- Gjennombruddshissighet
- 1v1 og 2v1 ferdigheter
- Off 1F i gjenvinningsfase
- Innleggskvalitet

Back

- Høy kapasitet (gjentatte løp)
- 1v1 ferdighet begge veier
- Offensiv tankegang
- Innleggskvalitet

Indreløper 8'er

- Høy kapasitet
- Ballvinner
- God med ball i beina, fremoverrettet
- Avslutningsferdigheter

Midtstopper

- Spillende
- Ledertype
- 1v1 ferdigheter langs bakken og i lufta
- Kommunikasjon
- Smart (skape overtall, spille av pressledd)
- Lese spillet (først inn i rom)
- Tacklingssterk

Spiss

- Gjennombruddshissighet
- Verne om ball med mann i rygg
- Hardtarbeidende (første pressledd)
- Avslutningsferdighet

Defensiv sentral 6'er

- Balansespiller (styre tempo og rytme)
- Ballsikker
- Pasningssterk
- Ballvinner/duellsterk
- Kommunikasjon

Keeper

- Offensiv tankegang (vendingspiller)
- Sjef i feltet (uredd)
- Kommunikasjon (spre trygghet)
- Tørre å sette i gang bakfra
- Skuddstopper/reaksjonssterk

Indreløper 8'er

- Høy kapasitet
- Ballvinner
- God med ball i beina, fremoverrettet
- Avslutningsferdigheter

Midtstopper

- Spillende
- Ledertype
- 1v1 ferdigheter langs bakken og i lufta
- Kommunikasjon
- Smart (skape overtall, spille av pressledd)
- Lese spillet (først inn i rom)
- Tacklingssterk

Kant

- Gjennombruddshissighet
- 1v1 og 2v1 ferdigheter
- Off 1F i gjenvinningsfase
- Innleggskvalitet

Back

- Høy kapasitet (gjentatte løp)
- 1v1 ferdighet begge veier
- Offensiv tankegang
- Innleggskvalitet