



SPELSYSTEM 4-4-2 för 17-åringar

Göteborgs Fotbollförbund har en spelarutbildningsplan där det bl.a. ingår att en spelare bör känna till och behärska olika spelsystem med tillhörande utgångspositioner, anfalls- och försvarsmetoder samt lagets och spelarnas balans.

För alla 17-års lag, rekommenderar Göteborgs Fotbollförbund att man spelar 4-4-2. Spelsystemet för 17 åringar bygger på **position** och att varje spelare jobbar **individuellt** och tar ansvar i sin zon/yta. En enkel ansvarsfördelning men där man kanske inte alltid utnyttjar kollektivets styrkor.

SKILLNADER MOT 4-2:3-1 FÖR 16 ÅRINGAR

Spelsystemet för 16 åringar med 4-2:3-1 bygger på trianglar och en **kollektiv** prägel för att hitta bra anfallslösningar i anfallsspelet och på fyrkanter i försvarsspelet. I till 4-4-2 för 17-åringar övergår även anfallsspelet till kvadrater/rektanglar där det återigen fokuseras på individens uppgifter och lösningar men nu med **position** som en viktig ingrediens.

Med position i försvarsspelet menas att man inte i lika hög grad tar hänsyn till motståndarnas placering utan utgår från medspelarna och bollens positioner. Man ansvarar för sin zon. Markering ersätts av press och täckning även om det fortfarande finns kvar inslag av (zon-)markering.

I anfallsspelet övergår trianglarna till rektanglar och blir kanske lite mer statiskt och stabilt än kreativt och flexibelt. 4-4-2 är i grunden ett något mer defensivt spelsystem än 4-2:3-1.

I 4-3-3 pratar vi om bra grundförutsättningar i anfallsspel för varje lagdel, i 4-4-2 är det mer att laget skall uppfylla dessa kriterier.

UTGÅNGSPOSITIONER

4-4-2 dvs en fyrbackslinje, ett mittfält bestående av fyra spelare samt två stycken forwards. Spelsystemet präglas av att man jobbar upp och ner i sin zon/yta. Zonerna överlappar inte varandra så mycket (**individuellt** tänkande). I anfallsspelet vill man gärna få med fler spelare varför 4-2-4 eller 3-4-3 kanske mer karaktäriserar utgångspositionerna där (Se högra figuren). Försvarsspelet utgår från 4-4-2 (se vänstra figuren).



METOD I ANFALLSPEL

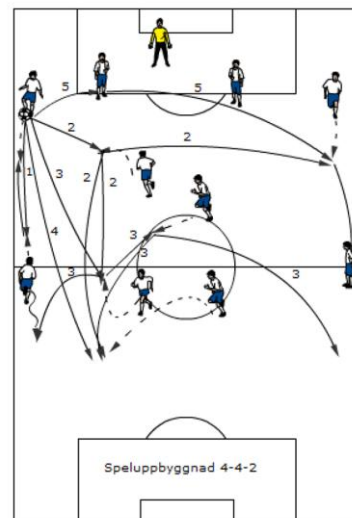
Anfallsmässigt vill vi uppfylla grundförutsättningarna i anfallsspelet med speciellt fokus på bra *spelbredd* och bra *speldjup* i laget. Passningsspelet styrs av rektanglar där vi ofta hittar ytor utanför eller bakom motståndarna försvarsbox. Genom att vinna duellen över motståndaren i min zon skapar jag numerära överlägen.



Speluppbyggnad

Speluppbyggnaden sker i en blandning mellan *låg* och *hög risk* dvs via korta eller långa uppspel efter marken eller i luften. Målet är dock alltid att rulla via backlinjen. Om man inte hittar några enkla uppspelsvägar så fortsätter vi att rulla bollen från sida till sida i backlinjen. Från ytterback finns några olika uppspelsalternativ (se figur):

1. Snabbt upp på fötterna till yttermittfältaren på samma sida. Han/hon försöker ta emot och vända upp. Går inte det fullföljer ytterbacken och ger understöd för tillbakaspel.
2. Efter marken till närmaste mötande innermittfältare som antingen söker en spelvändning till bortre ytterback eller bortre yttermittfältare eller spelar upp bollen på mötande eller djupledslöpande forward.
3. Längre uppspel efter marken eller (troligare) i luften på mötande forward. Oftast är det den närmaste forwarden som möter. Forwarden får understöd av någon av våra innermittfältare för tillbakaspel eller skarvar vidare den i djupled på sin djupledslöpande forwardskollega eller på yttermittfältaren.
4. Längre uppspel i luften på djupledslöpande forward. Oftast är det den bortre forwarden som löper i djupled.
5. Tillbaka till närmsta innerback som söker en spelvändning direkt, eller indirekt via målvakten eller den andra innerbacken, till bortre ytterback.



Anfallsvapen

För att skapa målchanser använder vi ett bra och varierat passningsspel som bygger på många snabba enkla passningar hellre än enstaka svåra. På kanterna vill vi ha fram yttermittfältaren och ev. ytterback som via djupledspassning ner bakom backlinjen eller överlapp kommer till *inlägg* (Se övre figur). I straffområdet skall då våra 2 forwards (en på 1:a stolpen och en på 2:a stolpen) finnas tillsammans med bortre yttermittfältare på "överlång", en av innermittfältarna på straffpunkten samt andra innermittfältaren på 2:a vågen.

Ett annat sätt att komma till avslut är via *forwardssamarbete*. Detta kan ske via de traditionella *2 mot 1* situationerna (*överlapp*, *väggspel* och *överlämning*) eller via instick (passningar i djupled) efter mottagning eller överhopp följt av U- eller V-löpningar (se nedre figur).



METOD I FÖRSVARSSPEL

Försvarsmässigt spelar vi med **ett positionsförsvar** med markeringsinslag.

Detta innebär att man i 1:a hand utgår från *medspelarnas och bollens position* istället för motståndarna placering i försvarsspelet. Spelaren närmast bollen *pressar* bollföraren samtidigt som de andra spelarna *täcker* ytor. Då bollen spelas vidare så är det en annan spelare som *pressar* och övriga täcker. Man brukar säga att "*när bollen går, då går pressaren*". Naturligtvis täcker man i första hand de *farligaste ytorna*. Ibland kan den pressande spelaren behöva hjälp och då kan den närmaste spelaren ge *understöd* till honom. Det är dock viktigare att *täcka* än att ge *understöd*.

Vid de tillfällen man markerar så gör man det i sin zon/yta (zonmarkering). Zonerna överlappar inte varandra så mycket dvs vi jobbar inte så mycket med överflyttning och centrering (**individuellt tänkande**).

Vid omställning från anfallsspel till försvarsspel är det viktigt att *snabbt* komma på *försvarssida*. Spelaren som är närmast bollhållaren *pressar* samtidigt som övriga *täcker*. Viktigast är att snabbt *täcka de farligaste ytorna*.

spelarlyftet

ett projekt som lyfter fotbollen i Göteborg





LAGDELARNAS UPPGIFTER

Målvakten skall spela långt ut med uppgift att dirigera fyrbackslinjen i försvarsspelet och att se till att vi får en bra start på anfallsspelet. Helst vill vi starta anfall via ett snabbt målvaktsutkast så att vi kan börja med bollen på marken. Vid spel med en "rak" backlinje har målvakten större ansvar för att täcka och ge understöd till backlinjen i djupled. För att klara det behöver målvakten ha en förhållandevis hög utgångsposition.

Backlinjen består av fyra spelare som i utgångsläget spelar på linje (rak backlinje). Backarnas positioner avgörs av var bollens och medspelarna är och där varje spelare ansvarar för en zon/yta. Om bollförande spelare är i "min" zon så pressar jag annars täcker jag ytor. Om bollhållaren är felvänd pressar jag hårt, är han rättvänd så nöjer jag mig ofta med att styra honom/henne utåt ena kanten. När vi täcker ytor prioriterar vi alltid de farligaste ytorna. Det är ofta ytorna nära och framför målet som är de farligaste (*centrering*). Om motståndarna spelar med 2 eller 3 forwards spelar inte så stor roll eftersom vi utgår från medspelarnas och bollens position.



Anfallsmässigt så rullar vi gärna bollen fram och tillbaka (spelvändningar) i backlinjen för att så småningom hitta ett lämpligt uppspelsalternativ. Kantspelet i 4-4-2 är mellan ytterback och yttermittfältare.

Mittfältet består av två innermittfältare och två yttermittfältare. Defensivt utgår innermittfältarna från sin zon/yta. Om bollens spelas in i "min" yta tar jag ett steg fram och sätter *press* på bollhållaren. Den andra innermittfältaren *faller* då en aning. För yttermittfältarna gäller en liknande arbetsfördelning. Om bollen är på "min" kant tar jag steget fram och sätter press på ytterbacken annars faller jag ner och in i banan för att täcka. När yttermittfältaren sätter press på ytterbacken skall det ske *inifrån och ut* så att motståndarna inte får spela in bollen i vår försvarsbox. En yttermittfältare, på icke bollsida, jobbar ofta lite som ett trubbigt "V" med vilket menas att på planens 1:a och sista 1/3-del så har yttermittfältaren en position långt ut mot kanten och mitt på plan en mer central roll (se figur).

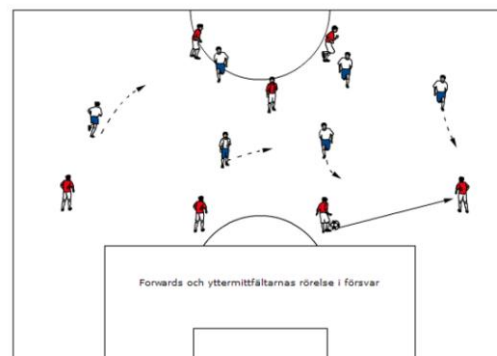


Offensivt vill vi gärna ha lite djup på innermittfältet där närmaste innermittfältaren oftast möter och bortre innermittfältare tar en offensivare position för att bl.a. kunna ge understöd till mötande forward. Vid de längre uppspelen är 2:a bollarna viktiga att vinna.

Yttermittfältarna tar utgångspositioner brett och högt upp för att skapa ytor i uppspelsfasen. Vid spel längre upp på planen så är yttermittfältarna nyckeln till att skapa inlägg.

Våra forwards skall se till att anfallsspelet blir bra och att vi håller i bollen en bit upp på motståndarens planhalva. För att lyckas med detta är det viktigt att samarbeta och jobba tillsammans (*forwardssamarbete*). Offensivt betyder det att man skall vara ganska nära varandra i utgångsläget och att den ena forwarden möter (ofta närmaste forward) och den andra (ofta den bortre) går i djupled. Man skapar ytor för varandra och man är understöd för varandra. Forwards är ofta med i uppspelsfasen med tillbakaspel till mittfält för att sedan dyka upp i avslutningsfasen igen.

Defensivt är forwards uppgift att styra motståndarnas uppspel till ena kanten och sedan förhindra dom att vända på spelet. Vi backar så långt som det behövs för att motståndarnas skall våga starta spelet genom egen backlinje (se figur).





LAGETS OCH SPELARNAS BALANS

4-4-2 är ett stabilt spelsystem med bra balans mellan anfallsspel och försvarsspel. Ofta är det spelarnas egenskaper och balans som sätter sin prägel på hur 4-4-2 faller ut för just er. T.ex. så inbjuder en stor och stark forward som är bra på att ta emot och täcka bollen till många längre uppspel. Har man snabba yttermittfältare så ökar möjligheten till djupledspass bakom motståndarnas ytterbackar med bl.a. många inlägg eller t.o.m. frilägen som följd. Offensiva ytter- eller innerbackar gör att man alltid anfaller med en "extra" spelare vilket skapar extra bra förutsättningar för att bra anfallsspel.

SAKER ATT VARA NOGA MED

Det finns en risk att varje lagdel blir för rak och därmed isolerade från varandra. Motståndarna kan då utnyttja ytorna mellan våra lagdelar. Botemedlet är att varje enskild spelare har bra speluppfattning och har en utgångsposition där han snabbt kommer in i press (gärna så att motståndaren aldrig hinner vända). Det är också viktigt att lagets längd d.v.s. avståndet från forwards till backlinje hålls förhållandevis konstant och inte blir för stort.

Man skall också vara medveten om att yttermittfältarnas höga utgångspositioner i speluppbyggnaden medför att dom har "lång" väg hem till försvarssida om vi tappar bollen. Det är alltså viktigt att vara "rädd" om bollen i uppspelsfasen.

FASTA SITUATIONER

Offensiva fasta situationer lägger vi inte ner någon större energi på. En inåtskruvad hörna mot 1:a stolpen som ibland kan varieras med en längre mot 2:a stolpen. Tänk på att alltid stanna med en spelare mer än motståndaren och att vi har minst en skytt som balanserar vår hörna. Vi skjuter våra frisparkar.

För fasta defensiva situationer gäller positionsförsvar för alla. Vi tar alltså var sin yta där vi är ansvariga för att få bort bollen. Vi stannar alltid med minst 1 forward för att kunna starta ett snabbt anfall.



FÖRHÅLLANDE TILL ANDRA SPELSYSTEM

4-3-3

Försök att utnyttja de fria ytorna (hålerna) som uppstår på kanterna på mittfältet. Spelvändningar in i dessa ytor är ofta effektiva, alternativt att man från en central position (mittback eller innermittfältare) kan nå dessa ytor.

Defensivt så måste vi hantera vårt numerära underläge på mitten. Ett sätt är att våra ytermittfältare alltid styr och pressar ytterbackarna in i från och ut så att dom måste spel bollen på kanten. Ett annat sätt är att vår borte ytermittfältare flyttar in (se figur).



4-4-2

När 4-4-2 möter 4-4-2 blir ofta "kampen" mellan spelsystemen oavgjord. Det som avgör är i stället spelarnas balans och prestation (se figur).

