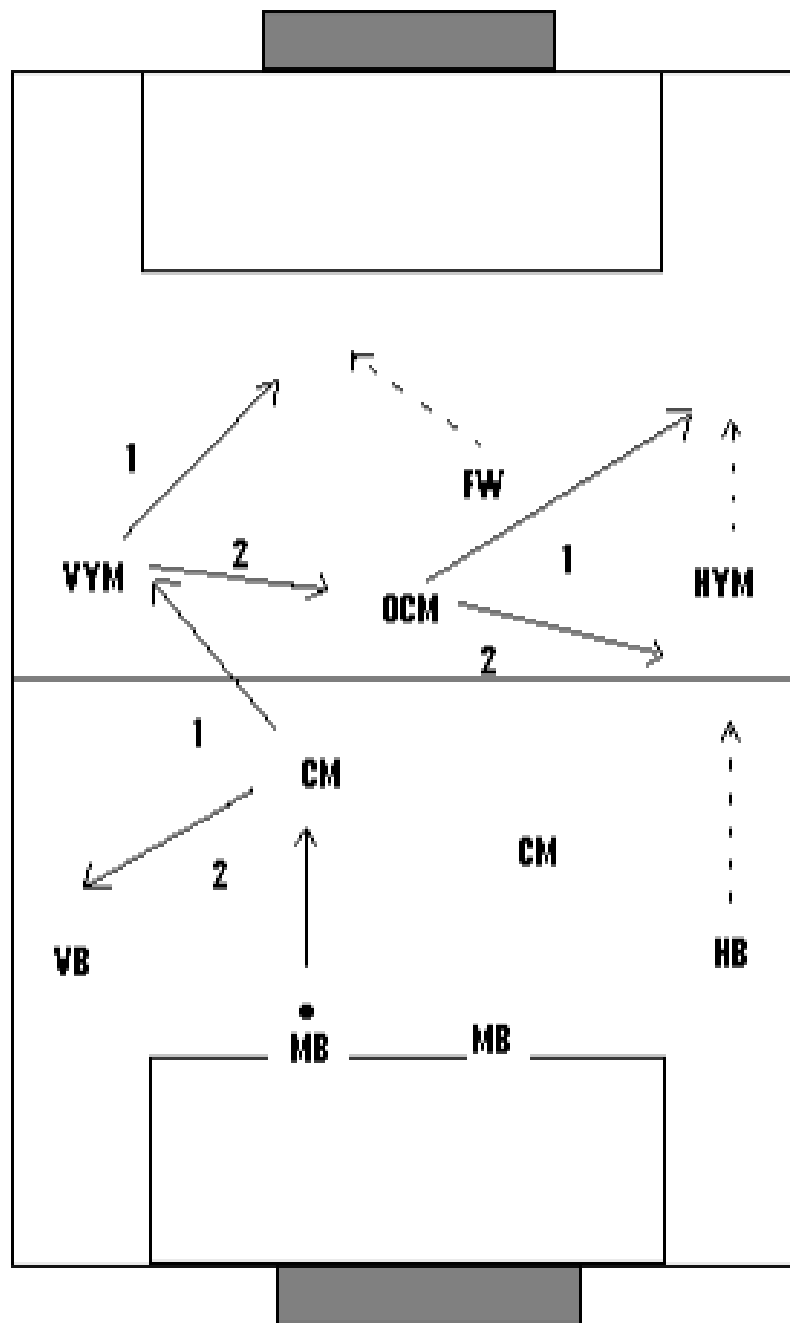


Spelsystem 4-2-3-1 fort....

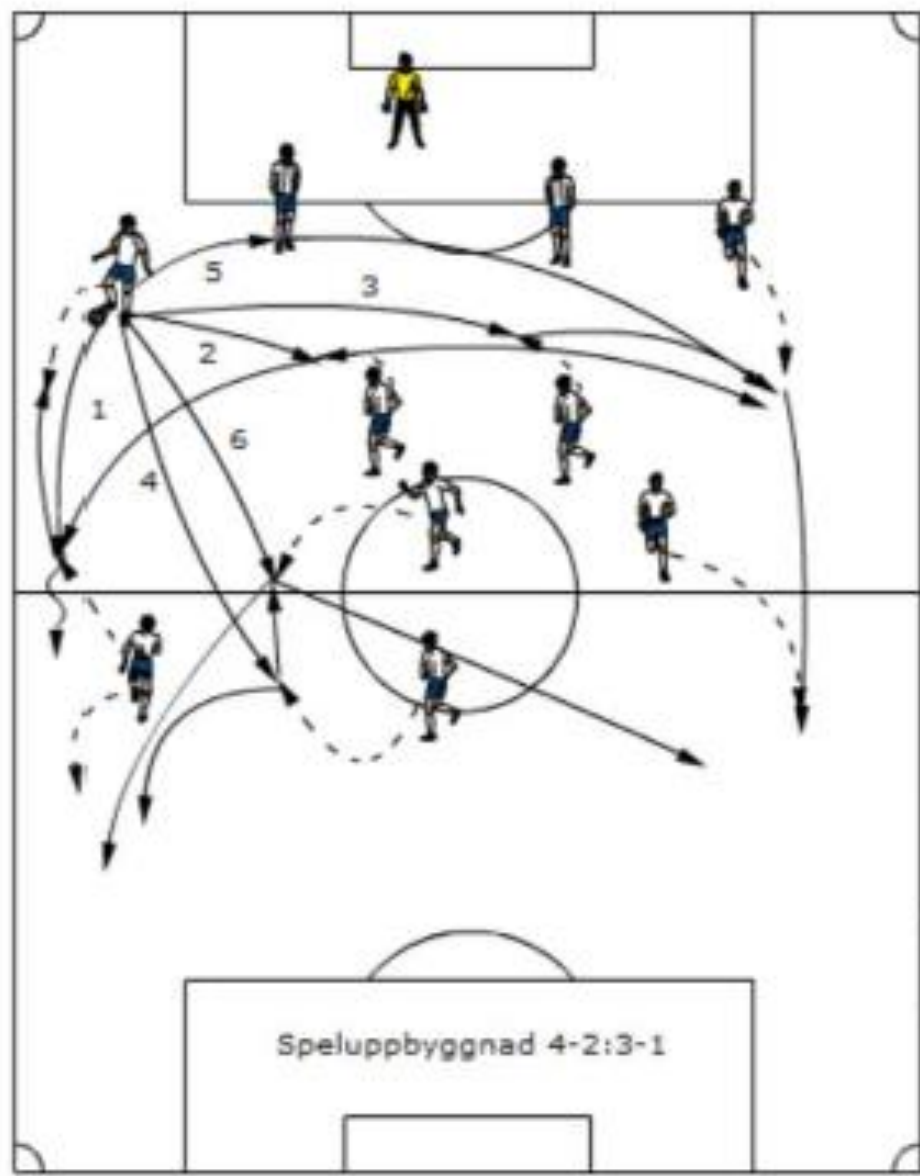


I detta uppspelsalternativ har mittbacken bollen. När CM gör sig spelbar ska han göra det halvvänd och skapa vinkel mot MB. MB spelar upp på CM som har 2 alternativ.

Alternativ 1 är att vända upp och spela till VYM. I andra spelsekvensen har sedan VYM 2 nya alternativ.

Alternativ VYM är att spela framåt i djupled på FW.

Alternativ 2 är att spela via marken till OCM som vänder på spelet via en djupledsboll på HYM. Det finns även ytterligare ett alternativ för OCM och det är att vända spela via HB som kliver fram.



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 den närmsta *balansspelaren* som söker en spelvändning till bortre ytterback eller bortre mittfältare, direkt eller via *bortre balans* eller efter marken upp på närmsta ytter.
3. Efter marken direkt till *bortre balans* som antingen fullföljer spelvändningen till bortre ytterback eller bortre mittfältare. Möjligheten finns också för bortre balans att spela upp bollen på central forward eller offensiv central mittfältare.
4. Efter marken eller i luften på vår centrale forward som möter och får understöd av den offensiva centrala mittfältaren för tillbaka spel. Därifrån (spelyta 2) kan den rättvända mittfältaren leta instick i djupled.
5. Tillbaka till närmsta innerback som söker en spelvändning direkt, eller indirekt via målvakten eller den andra innerbacken, till bortre ytterback.
6. Direkt på den offensiva centrala mittfältaren som försöker vända upp och rättvänd kan spela i djupled på yttrar eller central forward.



Anfallsvapen

För att skapa målchanser använder vi ett bra och varierat passningsspel som bygger på många snabba enkla passningar hellre än enstaka svåra. Vi söker kollektiva lösningar med *kombinationer* t.ex. via *väggspelet* eller *övertäckning* och då gärna med en 3:e man inblandad.

Även *instick* (passningar i djupled) är ett bra och passningsorienterat sätt att skapa målchans. Förutsättningen för att lyckas med ett instick, centralt eller på kanten, ökar om det föregås av en bågloppning från yttermittfältare eller central forward. Insticket kan göras både innanför och utanför backen.



Backlinjen består av fyra spelare som i utgångsläget spelar på linje (rak backlinje). Vilka av backarna som markerar avgörs av motståndarnas position och spelsystem. Om vi spelar mot 3 forwards uppstår en naturlig markeringssituation där ytterbackarna och en av mittbackarna (ofta den på bollsidan) tar var sin forward. Den "lediga" mittbacken är då ansvarig för djuptagning och ev. understöd. Vilken mittback som markerar resp. blir "ledig" avgörs av motståndarnas position och rörelse. Mittbackarnas varierande ansvarsfördelning och uppgifter gör att vi kallar dem för alternerande innerbackar. Om motståndarnas centrala forward byter zon lämnas markeringsansvaret över på den andra mittbacken (se figur).



4-4-2

Utnyttja det numera övertaget på innermittfältet genom att spela ett snabbt och bra passningsspel. Speciellt kan den offensiva mittfältaren (nr 10) få mycket utrymme mellan deras mittfält och backlinje om våra två defensiva mittfältare tas om hand av deras två inre mittfältare (se figur).

Försvarsmässigt finns en svaghet i vårt mittförsvar där deras två forwards ger våra två mittbackar fullt jobb. Ofta vill man ju vara övertalig på denna "farliga" del av planen. Våra balansspelare kan inte alltid hjälpa till då de i sin tur har fullt upp med motståndarnas två inre mittfältare. En lösning kan vara att den offensiva mittfältaren hjälper till med markeringen av deras inre mittfältare och på så sätt ger någon av balansspelarna utrymme att kombinera sin markeringsuppgift med en täckande och understödjande roll där han/hon t.ex. kan skära av passningsvägen till forwards. En annan variant eller ett komplement är att bortre ytterback faller in och hjälper till med framförallt djuptagningen.

I det defensiva spelet gäller det att styra motståndarna uppspel bort från de fria ytorna på kanterna och mot (det offensiva) innermittfältet där vi är övertaliga. För att lyckas med det är viktigt att ytterforwards pressar ytterbacken från kanten och inåt och på så sätt tvingar fram en passning inåt i planen.