

IK Kongahälla P2012

matchförberedelse



IK Kongahälla-Mölnlycke IS

Samling 09:00
Matchstart 10:00

Ombyte 5 min

Matchgenomgång 15 min

Gå ut – Uppvärmning 35 min

Sista förberedelserna 5 min

Matchstart, nu kör vi!



"Att tänka på:

Spelet med boll (3421)

- Arbeta med er spelbarhet – hitta linjer mellan varandra. Vi är i rörelse hela tiden.
- Visa spelglädje, ge varandra positiv energi och ta löpningar för varandra.
- Hårda pass och släpp boll snabbt, stora ytor.

Spelet utan boll (försvarsspel). (3421) offensiv planhalva och (541) defensiv planhalva

- Kommunicera med varandra över hela planen i varje situation (höger, vänster, pressa, fall mm) från målvakt hela vägen upp till anfallaren.
- Kliv upp i rygg och fullfölj.
- Brytningar, nickar vill vi ha framåt med adress till medspelare.
- Hela laget agerar **tillsammans** och bryter någon rörelsemönstret så kommer motståndarna utnyttja det direkt.

- Arbeta med er spelbarhet, vi är i rörelse hela tiden.
- Så fort vi har en meter att vinna så tar vi den.
- Arbeta med motrörelser (en kommer och möter – en går i djupled).
- Hitta kombinationer (2-3 spelare ska alltid delta).
- När bollen är ute på våra "wings" tryck in bollen hårt och lågt i första läget, forwards och borte 10:a attackerar målområdet. Boll och motståndare skall in i målet.

När vi gör mål ska ALLA till #Hörnflaggan.

Start defensiv/offensiv formation

Mv (1): Thielen

Mb v (3): Ilias

Mb c (4): Oliver

Mb h (5): Besfort

Mf v (6): Leo "playmaker"

Mf h (6): Viktor "playmaker"

Hm wing (2): Augustas

Vm wing (7): Caspian

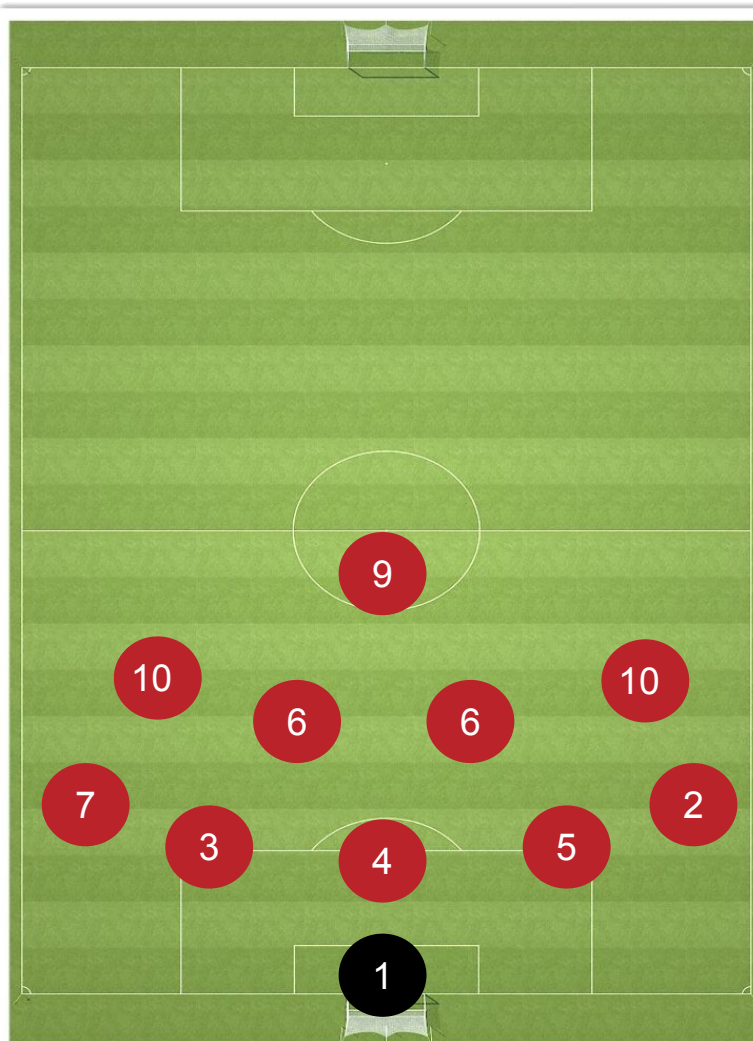
Omf v (10): Lewis

Omf h (10): Darian

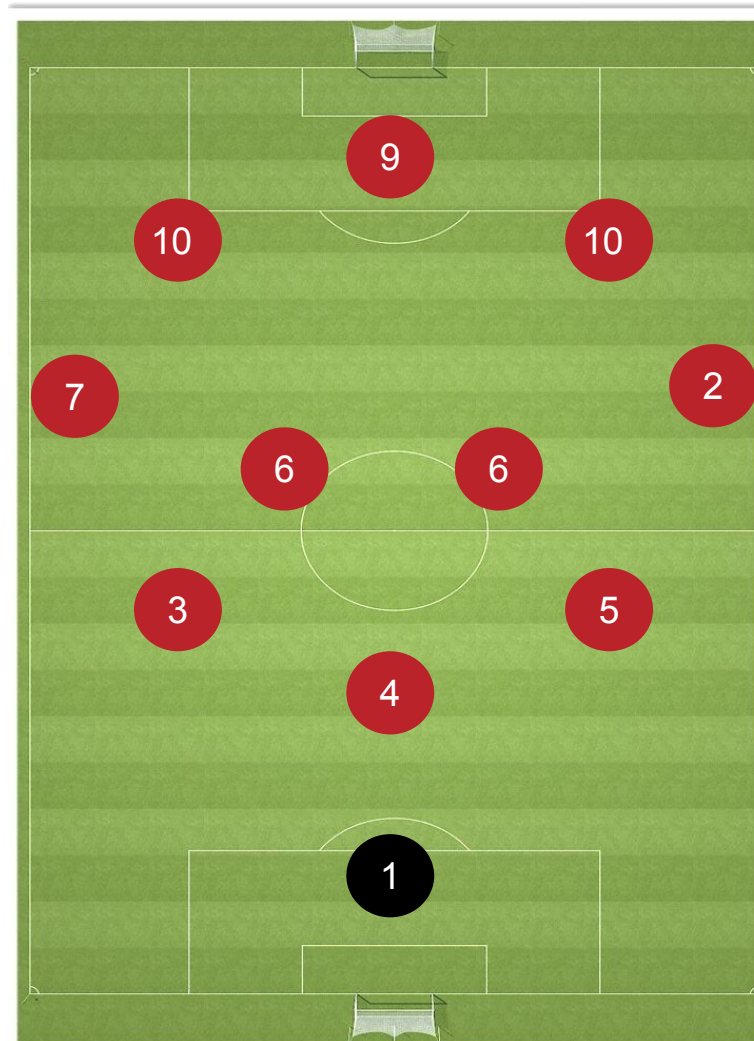
Anf (9): Malte

Avbytare:

Charlie, Davud, Hannes, Nicco



Defensivt 541



Offensivt 3421



Högt presspel

Forward arbetar direkt mot bollförande mittback och stänger av spelvändning från mittback till mittback.

10:an (närmast boll) trycker på deras ytterback.

10:an (längst ifrån) kliv in på deras 6:a "playmaker".

6:an (bollsida) man/man på deras 8:a.

6:an (bortre bollsida) spelar zon snett bakom den andra 6:an.

Wing 7:an (bollsida) stäng kant.

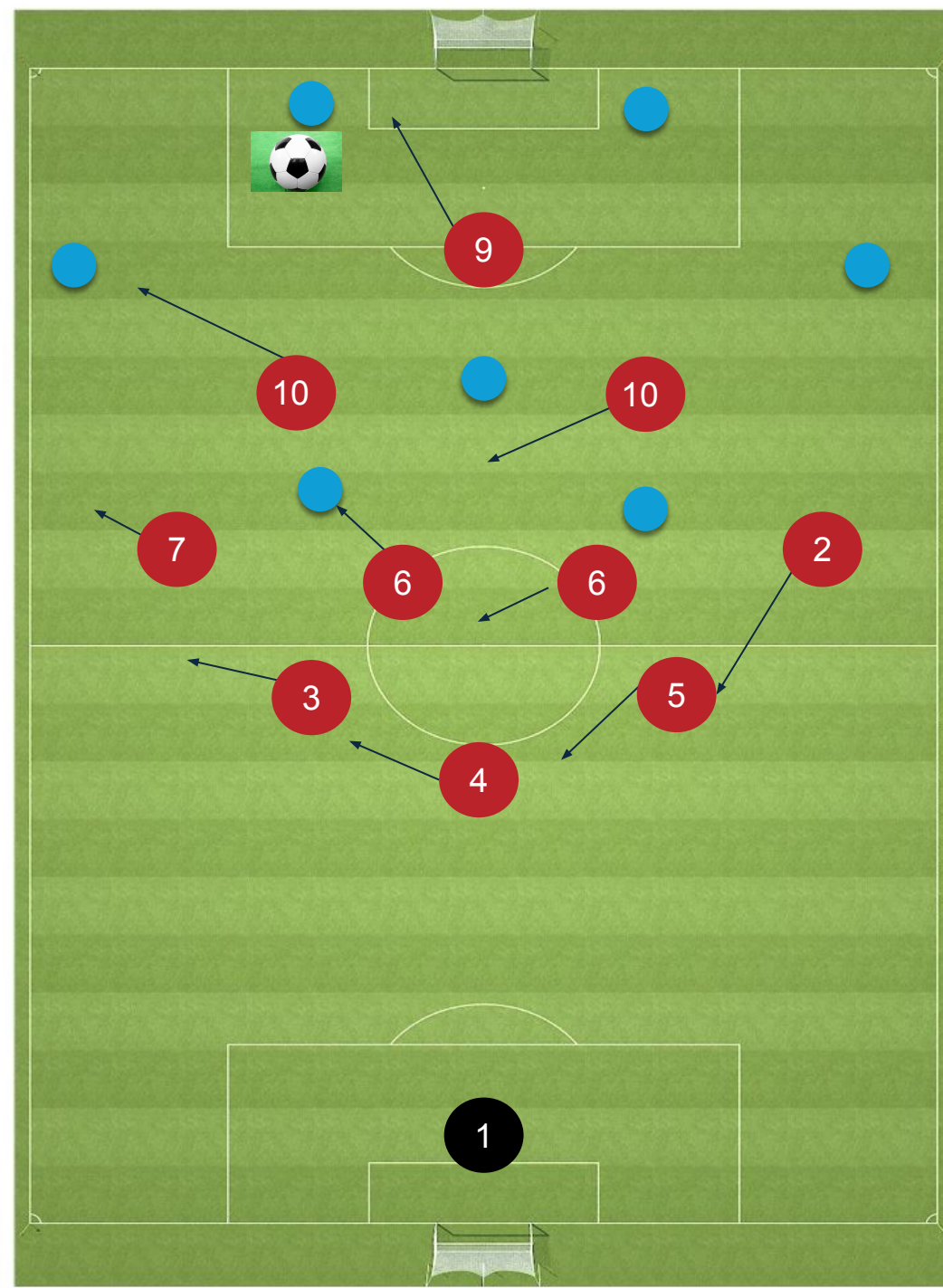
Wing 2:an (bortre bollsida) blir ytterback.

Mittback 3:an (närmast boll) kliv upp på deras ytter.

Mittbackar som är kvar 4:an och 2:an, upp i rygg på deras 9:a och va beredd på inspelet bakom oss.

Överbelasta bollsida, Kommuniera hela tiden och

Håll motståndaren felvänd så ofta som möjligt.



Anfallsspelet – löpningar.

9:a tar alltid utgångsposition på bortre mittback.

Löpning alltid diagonalt in bakom backlinjen mot första stolpen.

10:a börja alltid mellan mittback och ytterback eller vid ytterbacken.

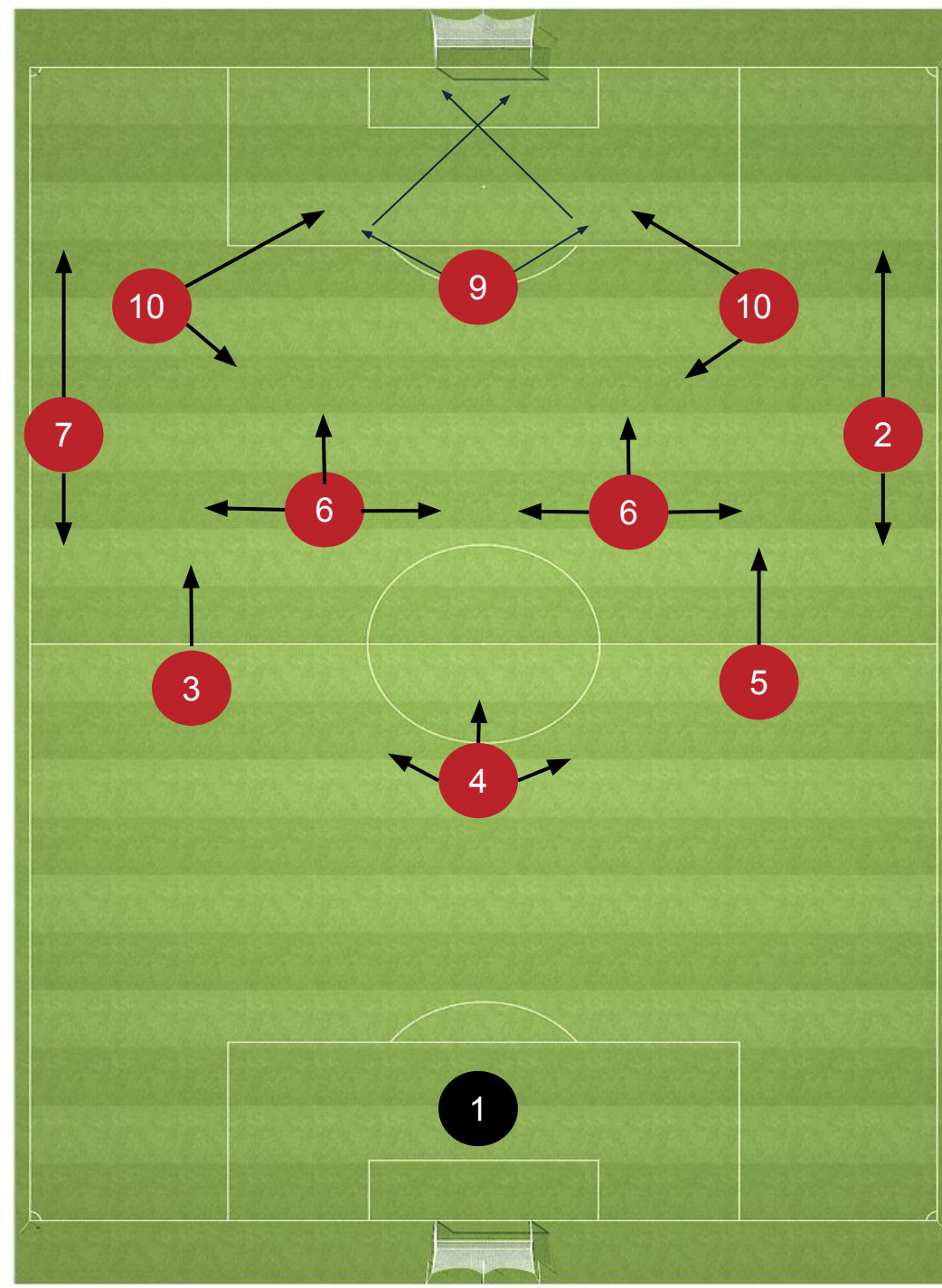
Ta löpningen in i "fickan" eller diagonalt in bakom motståndarnas backlinje.

"Wing" arbeta framåt och bakåt flera gånger om i samma anfall.
Läs av när 10:an tar löpning från ytterbacken och öppnar ytan för dig.

6:or små korta, intensiva löpningar hela tiden för att skapa yta för dig och den andra 6:an. Alltid spelbar.

Skulle motståndaren spela "man/man" öppna ytor för mittbackar som kan kliva med boll.

Yttre mittbackar – kliv med i offensiven "våga" bryta mönstret.
Skapa spelövertag 4v3 på din kant (MB, 6:a, "wing" & 10:a).



Anfallsspelet "sista tredjedelen"

Vi vill ha rättvända spelare med boll i markerad yta.

9:a arbeta alltid från bortre mittback mot boll.

10:or möt och vänd om □ gå i djupled. Gå i djupled och möt boll.
Ligg alltid i inre korridor och hitta "fickorna" där ni kan få boll.

6:or ge spelbarhet och placera er i bra andra bollsfaser.
(När vi anfaller på "din sida" kliv upp och spela lite mer som en 8:a)

Kombinationer □ avslut.

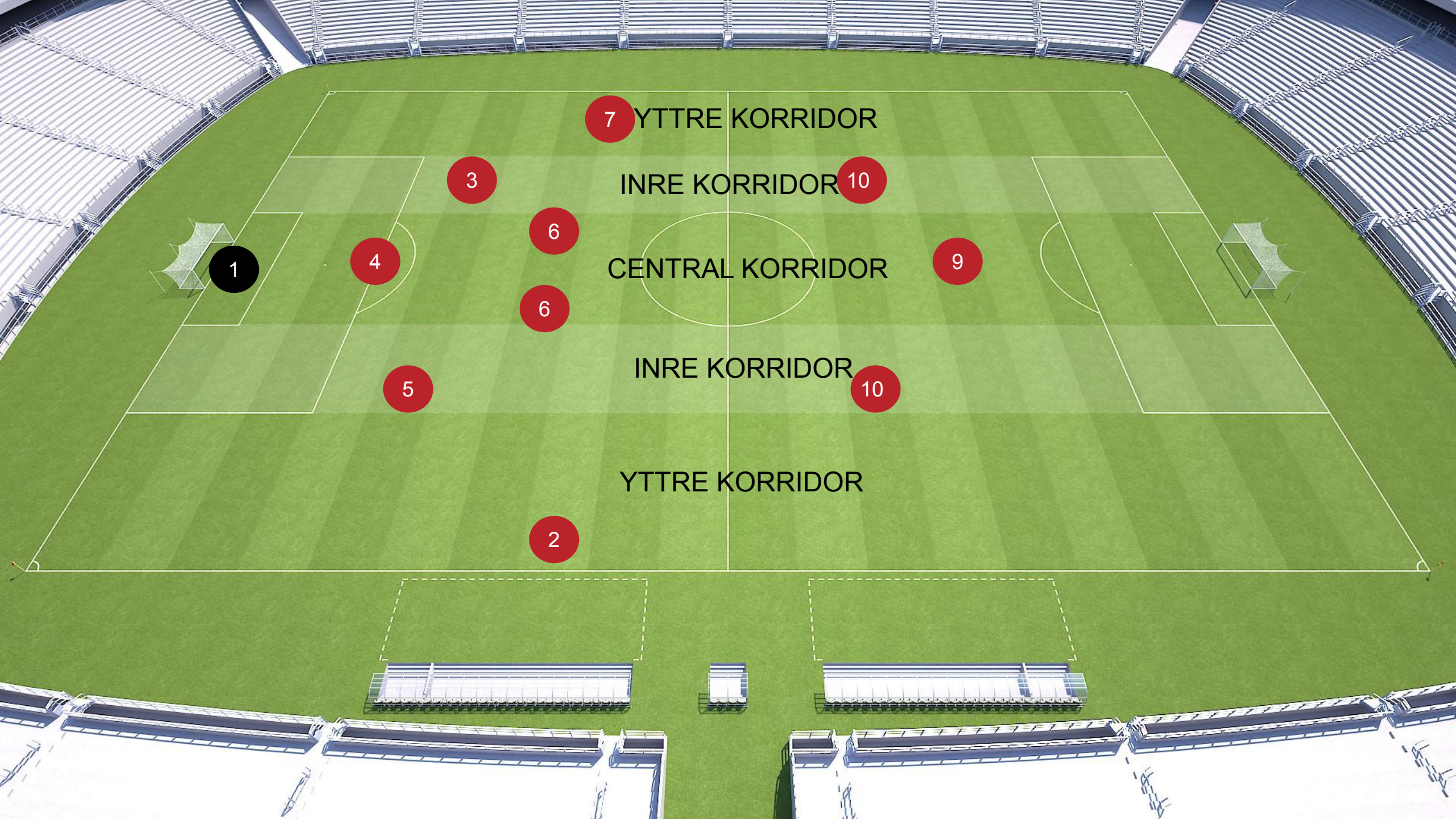
10:a i inre korridor □ längs marken på inlöpningar.

Wing, tidigt inlägg på yta eller 9:a.

Felvänd spelare som blir rättvänd □ avslut.

Kräver situationen att du tar ett eget beslut – gör det och tro på det stenhårt!





7 YTTRE KORRIDOR

3

INRE KORRIDOR 10

6

CENTRAL KORRIDOR

9

6

INRE KORRIDOR

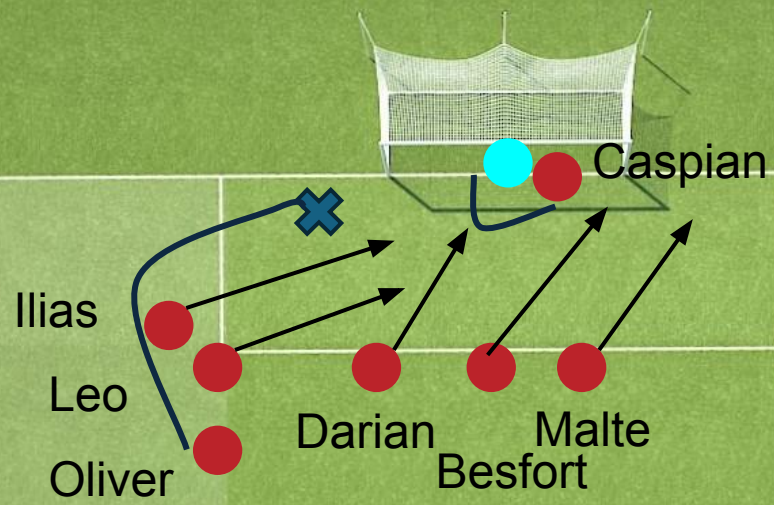
10

5

YTTRE KORRIDOR

2

Hörnvariant 1



Lewis

Viktor

Augustas



= Där ska hörnan
landa



Fasta situationer.

Defensiv hörna emot oss.

Wings tar alltid främre "första zon" med målsättningen att plocka bort boll och bortre wingern agerar "extra målvakt" vid behov.

1. Skydda alltid ditt egna mål / kliv in i dueller med en smarthet innan motståndaren kan komma åt boll (störa/förstöra) deras läge.
2. Vid bollvinst → snabb omställning och pass framför spelaren med fart. Viktigt att alla tar löpning framåt för att ha en hög försvarslinje men också för att kunna straffa motståndaren i en farlig omställningsmöjlighet.

"Wingers" – Noggrannhet att ni hittar "rätt" position på första zonen men även att vi står rätt när vi agerar "extra målvakt" på bakre stolpe.

Mittbackar: plocka bort boll (läs av vart hörnan kommer slås) inta rätt position för att plocka bort boll.

6:or man/man, plocka bort deras huvud starkaste spelare så att de inte kommer fram till ett 100% läge.

Skydda målet till varje pris! Vänd aldrig ryggen mot boll och håll dig på backen vid täckning av skott!