



Fotballkunnskap – kort versjon **Kristian Holm Carlsen (2008). Oslo: FfK**

1.0 Ulike angrepstyper

Tradisjonelt skilles det mellom tre angrepstyper. Dette er 1) d dballangrep, 2) lengre angrep eller angrep mot etablert forsvar, og 3) breakdown/offensiv overgang eller litt mer upresist kontring. Tilsvarene har vi n r laget er i forsvar 1) defensiv d dball, 2) etablert forsvar og 3) defensiv overgang. Imidlertid deler jeg spillet inn i ni ulike dynamiske og faste spillfaser. Dette kommer jeg eventuelt tilbake til i en annen artikkel.

D dballangrep starter med en d dball (avspark, m lspark, frispark, straffespark, corner eller innkast) og varer under ca. 7 sekunder. Dersom et d dballangrep varer over ca. 7 sekunder g r det over til angrep mot etablert forsvar. Angrep mot etablert forsvar starter som oftest med at laget kontrollerer ballen fortrinnsvis i bakre ledd eller midtbaneleddet. Motstanderen vil i slike situasjoner v re i balanse med 11 spillere p  riktig siden av ballen. Et breakdown-angrep er et angrep som starter med en ballerobring i spill der vi utnytter eller skaper ubalanse hos motstanderen relativt umiddelbart.

I tillegg kan alle angrepstypene inneholde en eller flere gjenvinninger, selv om gjenvinninger er mest vanlig i angrep mot etablert forsvar. En gjenvinning kan brukes synonymt med andreball, og handler om at laget som hadde ballen gjenerobrer ballen etter   ha mistet den et kort  yeblikk til motstanderlaget.

2.0 Inndeling av angreps- og forsvarspillere

Det er vanlig   skille mellom 1., 2. og 3.angriper og 1., 2. og 3.forsvarer. F rsteangriperen er alltid ballf rer. Andreangriperen er den eller av og til de spillerne som starter en bevegelse som finner sted n rmest ballf rer, og som ballf ring kan spille pasning til. Andreangriperen starter den f rste angrepsbevegelsen i en gitt situasjon, og vi kaller det for f rstebevegelsen. Tredjeangriperen er alle angrepsspillere som beveger seg inn i rom skapt av andreangriperen eller beveger seg i forhold til andreangriperen. Denne bevegelsen kalles andrebevegelse. Ballf rer eller f rsteangriper kan spille direkte til en tredjeangriper, men i noen situasjoner er det n dvendig   f rst spille pasning til andreangriperen som s  kan spille videre til

tredjeangriperen. I sistnevnte situasjon snakker vi om et tredjeangriperløp eller et medløp dersom løpet går framover og forbi første og andreangriperen.

I forbindelse med inndelingen av forsvarsspiller tas det her utgangspunkt i et soneforsvar. Når det gjelder forsvarspillere, så er førsteforsvareren den viktigste forsvarspilleren.

Førsteforsvareren er den som går i press på ballfører. Andreforsvareren er sikringsspilleren som sikrer førsteforsvareren, mens alle de resterende forsvarerne betegnes som tredjeangriperer og har til hensikt å dekke farlige rom eller ha offensiv markering. Sistnevnte benevner mange som fjerdeforsvarer.

3.0 Inndeling av banen og romforhold

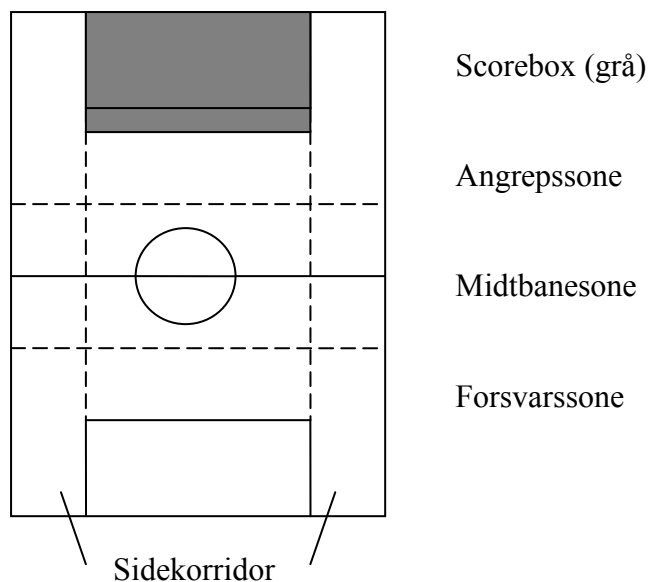


Fig. 1: Inndeling av banen.

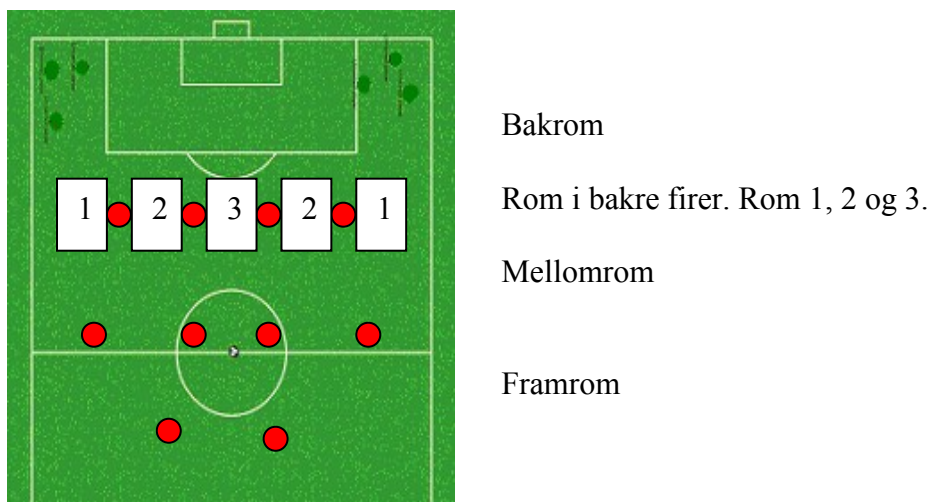


Fig. 2: Romforhold på banen.

4.0 Dybde

Dybde i angrep handler om forholdet mellom ballfører og medspillere i banens lengderetning. Vi sier at dybden er god dersom ballfører har flere pasningsalternativer.

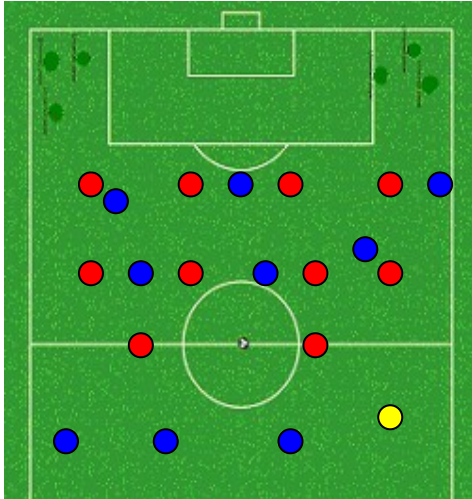


Fig. 3: Eksempel på dårlig dybde i angrep (blått lag). Gul spiller er ballfører og blått lag angriper mot 16m (gjelder alle tegninger unntatt figur 7)

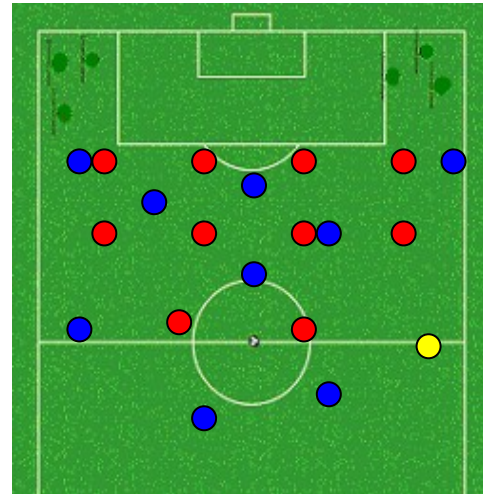


Fig. 4: Eksempel på god dybde i angrep (blått lag).

5.0 Brekke

Brekke handler om å utnytte hele banebredden når laget angriper. Dette tvinger forsvarerne til å posisjonere seg med stor avstand mellom seg, og det oppstår ledige rom å bevege seg og spille ball i.

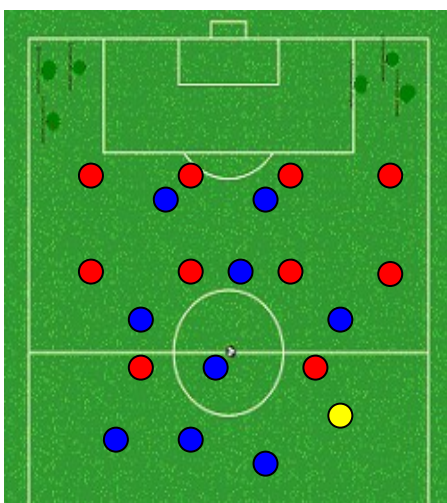


Fig. 5: Eksempel på dårlig bredde i angrep (blått lag)

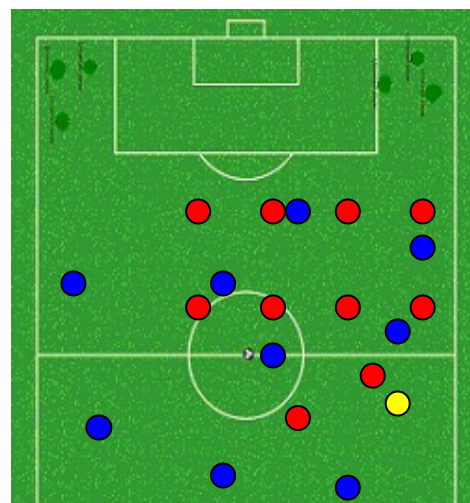


Fig. 6: Eksempel på god bredde i angrep (blått lag)

6.0 Bevegelse

Bevegelse omfatter de 10 spillerne i angrep som ikke har ballen. Samtidig kan det være en fordel om ballfører også er i bevegelse. I tillegg til å bevege seg nok og med høy kvalitet, eller tempo, er det om å gjøre å bevege seg riktig. Det innebærer når vi beveger oss, i hvilke rom vi beveger oss, mot-fra eller fra-mot bevegelse, tjuvstarte, og komme raskt i ledig og ”åpen” posisjon slik at du er posisjonert mest mulig rettvendt. Videre er det vanlig å si at en upresset spiller har behov for bevegelse framover, mens en presset ballfører har behov for støtte.

7.0 Presshøyde

Dette begrepet sikter til hvor på banen laget velger å sette inn presset. Det er vanlig å skille mellom grader av høyt eller lavt press. Nedenfor skisseres et eksempel med høyt press (figur 7). Eksempel på lavt press vises av rødt lag i figur nr. 3 og 4. Middels høyt press blir en mellomting av dette.

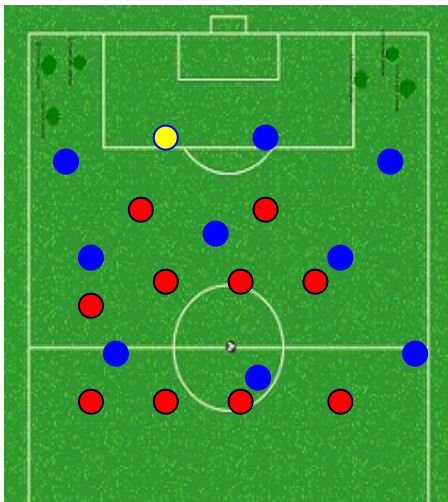


Fig. 7: Rødt lag presser høyt og angriper mot siden med mål.

8.0 Gjennombrudd

Gjennombrudd oppstår når ballen passerer en eller flere spillere i banens lengderetning. Dersom ballen i tillegg beholdes av ballfører eller går til en medspiller, er gjennombruddet vellykket.

9.0 Rettvendt og feilvendt

Du er rettvendt når du har ballen og nese mot motstanderen sitt mål. Du er feilvendt når du har ballen og nesa mot eget mål. Sidevendt vil si at du står med siden til hvert mål. I angrep ønsker vi å ha rettvendte eller sidevendte spillere, som alltid kan se motstanderen sitt mål. På den måten har vi oversikt over det som skjer framover på banen, og vi kan lettere skape gode gjennombrudd og score mål. I forsvar ønsker vi å stå litt sidevendt for å ha en bedre grunnstilling for takling og duell, samt å raskere kunne følge løp bak oss.

10.0 Holde rommet ledig foran oss

Dette sikter til at vi bør prøve å ha så god plass (ledig rom) foran oss så lenge som mulig. På den måten er det lettere for pasningsleggeren å treffe oss, samt at vi får bedre tid. Sistnevnte skyldes at det er større avstand fra deg til nærmeste forsvarsspiller. Det er også letter å ha en rettvendt kropp dersom vi ikke løper fram for tidlig. Dersom vi får ballen slik at vi må snu oss mot pasningsleggeren eller pasningen kommer bak oss, så har vi trolig beveget oss fram for tidlig eller for langt.

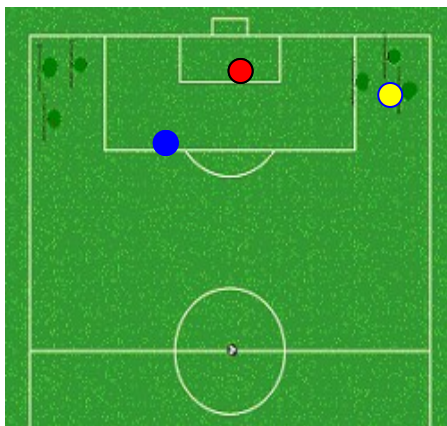


Fig. 8: Blå spiller holder rommet åpent foran seg.



Fig.9: blå spiller beveger seg inn for tidlig.

11.0 Medtak med foten lengst unna pasningsleggeren

Det betyr at når vi får pasning fra vår høyre side, så skal vi ta i mot ballen med vår venstre fot og motsatt. I tillegg bør vi prøve å ta med ballen inn i motsatt rom. På den måten kan vi lettere rettvende oss, samt at vi gjør det vanskeligere for forsvareren å ta fra oss ballen.