

# **Valg og handlinger i fotball. Et fagprosjekt av Kristian Holm Carlsen, Stig Mathisen og Egil Olsen høsten 2016. Skrevet av Kristian Holm Carlsen (2017).**

## ***Innledning***

Hensikten med denne artikkelen er å systematisere og konkretisere hva valg og handlinger i fotball egentlig innebærer, med hovedvekt på valg og hva som er gode valg. Selv om det eksisterer litteratur om valg og handlinger har vi ikke kommet over noen litteratur som eksplisitt konkretiserer hvilke valg en fotballspiller har. I så måte ønsker vi å komme med et forslag. Samtidig er vi de første til å innrømme at en konkretisering av valg er en vanskelig oppgave, og innholdet i artikkelen er på ingen måte tenkt som en fasit. Uansett håper vi at det kan bidra til en bevisstgjøring og generering av ny kunnskap til fordel for norsk fotball.

Logikken bak artikkelen er at for å kunne trene på og analysere det som avgjør fotballkamper, må vi først vite hvilke ferdigheter som avgjør fotballkamper. NFF definerer fotballferdighet og spillsituasjon på følgende måte: *”Fotballferdighet er hensiktsmessige handlingsvalg og handlinger for å skape og utnytte spillsituasjoner til fordel for eget lag” (...)* *”En spillsituasjon omfatter en spillsekvens som kan betraktes som en enhet ut fra vår forståelse av spillet, og som i hvert enkelt tilfelle kan avgrenses ut fra funksjonelle hensyn”* (Bergo et al. 2002, s. 50-51).

Spillsituasjonen oppstår som et resultat av spillerens individuelle handlinger, og med- og motspilleres handlinger (Giske 2001). Selv om utgangspunktet for handlingsvalg/valg er enkeltspillere, dekker denne definisjonen av fotballferdighet alle de fire ferdighetsdimensjonene: den individuelle, relasjonelle, strukturelle og kampdimensjonen (Bergo et al. 2002). Følgelig kan vi logisk nok konkludere med at det er spillernes valg og handlinger som avgjør fotballkamper.

## ***Hva er valg?***

Handlingsvalg eller valg refererer til hva spilleren ønsker å gjøre i spillsituasjonen, eller å gjøre X istedenfor Y (Giske 2001; Bergo et al. 2002; Olsen 1985). Handlingsvalg i lagballspill er trolig en mer eller mindre sammenhengende, sammenvevd og kontinuerlig prosess, og de beveger seg på et kontinuum fra bevisste til ubevisste valg (Giske 2001; Bergo et al. 2002). Men uavhengig av om valget fattes ubevisst eller ved bevisst refleksjon, samt antall valg spilleren oppfatter i en spillsituasjon, foretar spilleren et valg (Bergo m.fl. 2002; Ronglan 2003). Imidlertid kan vi kun observere resultatet av handlingsvalget. Prosessene som ligger til grunn for handlingsvalget er umulig å observere, men de bestemmes etter alt å dømme av forhold i omgivelsene, oppgaven og individet (Giske 2001; Bergo et al. 2002; Carlsen 2016b). Omgivelsene utgjør klima, høyde over

havet, dommer, baneforhold, stadionforhold, tid og rom, spill-motspill, og spillsituasjonen. Oppgaven omfatter spillets regler og ide (score versus hindre mål/vinne bal), stillingen i kampen, ønske om å score eller trygge en ledelse i angrep, og lagets spillestil. Forhold ved individet gjelder både egne og motspilleres egenskaper, ferdigheter og tilstander (ibid).

”Begrepet handling inneholder to dimensjoner. Den ene viser til valg av teknikk, den andre til spillerens observerbare utførelse av den valgte teknikken. For å kunne skille disse dimensjonene fra hverandre velger vi å kalle den observerbare delen av spillerens handling i spillsituasjonen for spillerens tekniske utførelse” (Bergo et al. 2002, s. 72). Andre skriver at handling omfatter når en spiller gjennomfører valget og hvordan, hvor sistnevnte refererer til spillerens teknikk eller måten handlingen utføres på (Dreier, Morisbak & Skarsfjord 2009). Uavhengig av hvordan man ønsker å definere og systematisere valg og handlinger, er poenget at valg, handling og teknisk utførelse henger sammen. Dette kan illustreres i figuren nedenfor.

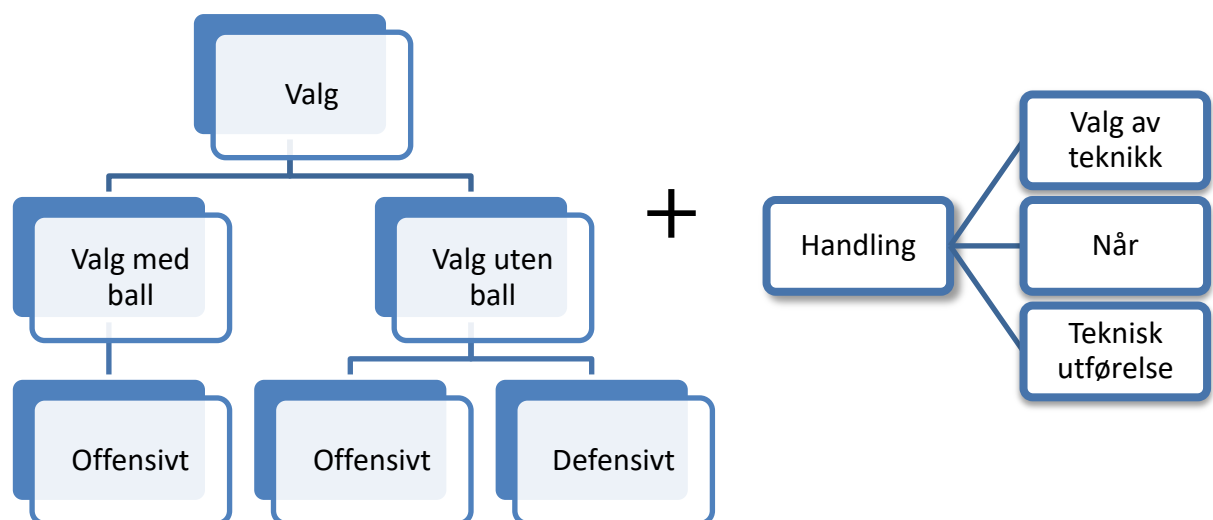


Fig. nr. 1: Visuell oversikt over valg og handling i fotball og andre lagballspill i tråd med NFF sin litteratur.

### **Hvilke valg har en fotballspiller?**

Valg med ball vil logisk nok kun relateres til førsteangriper/ballfører (1A). Ballfører har til enhver tid valget mellom å avslutte, avklare, dribble, holde på ballen, spille/kaste pasning eller slå innlegg. I tillegg må han/hun velge hvor ballen tas med eller slås (retning), ønsket teknikk, tidspunkt (når), og antall berøringer.

Valg uten ball offensivt handler om posisjonering og bevegelse til andre- og tredjeangriper (2A og 3A). Bevegelse omfatter både mengde, bevegelsesmåter (hvordan), hastighet, og gode eller

riktige bevegelser (hvor og når). Mengde bevegelse måles i antall og lengde, og assosieres med ”å holde beina i gang”, ”være/bli spillbar” og ”å være i bevegelse”. Bevegelsesmåter omfatter framover, bakover, fra-mot, mot-fra, retningsforandring, rykk og buebevegelser. Deretter får vi selve hastigheten eller tempo på disse bevegelsene. Hastighet omfatter akselerasjonshastighet, oppbremsingshastighet (retardasjon), topphastighet og vendingshurtighet, og berører også fotarbeid og løpsteknikk. Riktig bevegelse og posisjonering handler om **1**) hvor (retning og hvilke rom vi truer), **2**) når (tidspunkt) og **3**) kroppsstilling. Hvor en spiller beveger seg (retning) vil si å bevege seg i riktig rom, riktig sted i riktig rom, med riktig vinkel og avstand til ballfører og målet, og i samsvar med bevegelser til medspillere. Når bevegelsen finner sted, kan nyanseres i unødvendig bevegelse, offside, riktig tidspunkt for en bevegelse, og for tidlig eller for sen bevegelse. Kroppsstilling offensivt dreier seg om å stå feilvendt, rettvendt eller sidevendt.

Mens valg med ball begrenser seg til ballfører (1A), og valg uten ball offensivt er likt for både andre- og tredjeangriper (2A og 3A), er det hensiktsmessig å skille mellom første-, andre- og tredjeforsvarer (1F, 2F og 3F) i forbindelse med valg uten ball defensivt. Valg defensivt for 1F handler om når å gå i press, valg av grunnstilling<sup>1</sup>, hvilken vei 1A ledes, avstand til 1A, valget mellom å forsøke å takle eller å være tålmodig og heller løpe med 1A, valg av taklingsmåte og taklingsfot, timing for en eventuell takling, og posisjonering og kroppsstilling ved blokkering.

For andre- og tredjeforsvarer (2F og 3F) handler valg om posisjonering, sikring og/eller dekking av rom, kroppsstilling, type bevegelse eller forflytning, og tidspunkt for en forflytning. Et sentralt valg for 2F blir om han/hun skal sikre førsteforsvareren (1F), dekke rom eller følge et løp, samt tidspunkt for disse valgene. Andre valg innebærer avstand og vinkel til 1F, om og når han/hun kan bli med å sette dobbeltpress, om og når han/hun skal ta over jobben for 1F, og type forflytning og kroppsstilling. Sistnevnte er nært knyttet opp til de beskrevne grunnstillingene. Forflytningene kan være sideveis, bakover eller framover. Dobbelpress vil si at to spillere presser samtidig med formål å vinne ball, slik at vi nærmest kan snakke om to førsteforsvarere.

De viktigste valgene for tredjeforsvarer (3F) blir hvor han/hun skal posisjonere seg for å ha best mulig kontroll på rom, medspillere og motspillere, og om han/hun eventuelt skal markere en motspiller. I et soneforsvar er det mest fokus på å dekke rom, mens det i et markeringsforsvar er større fokus på å markere spillere (Olsen 1985; Olsen, Semb & Larsen 1994). Andre viktige valg

---

<sup>1</sup> Giske (1996) skiller mellom en frontal, sidevendt, skråstilt og reversert grunnstilling. Samme forfatter beskriver i en nyere artikkel kontrollgrunnstillingen (Giske 2008), og den synes å bygge på den skråstille grunnstillingen.

for 3F er kroppsstilling og grunnstilling, pumping, grad av sideforskyving, type forflytning, og tidspunkt for disse handlingene. Pumping innebærer når falle av eller flytte ut, og hvor langt (Olsen et al. 1994). I tillegg får både andre- og tredjeforsvarer (2F og 3F) valget om de skal forsøke å snappe en pasning eller å bryte foran. Den tekniske utførelsen foreslår vi beror på fotarbeid og løpsteknikk, selve markeringen, og hastigheten i forflytningene.

### ***Hva er gode valg?***

For å kunne analysere og måle hva som avgjør fotballkamper, og å utvikle bedre fotballspillere, forutsetter det at vi vet hva som kjennetegner gode valg og handlinger. I samsvar med NFF sin definisjon av fotballferdighet er det mulig å argumentere for at gode valg og handlinger med ball vil si å skape en bedre spillsituasjon for eget lag enn forrige spillsituasjon. Det vil si en spillsituasjon med økt mulighet eller sannsynlighet for å få en avslutning, skape en målsjanse eller score. Dette innebærer å skape og utnytte gjennombrudd og ubalanse. I tillegg foreslås det at gode valg og handlinger med ball også omfatter å spille seg ut av en vanskelig situasjon, å velge beste alternativ, og å få motstanderen til å løpe mest mulig. Dessuten vil jo et godt forsøk på pasning, dribling eller avslutning, samt en lang klarering, langt oppspill som går rett til motstanderen, avslutning fra langt hold, drøyning og å spille ballen ut av banen kunne være gode valg i visse situasjoner. Derfor trenger ikke balltap alltid å være et dårlig/feil valg og/eller handling med ball, men som oftest vil balltap enten skyldes et dårlig/feil valg og/eller dårlig/upresis teknisk utførelse.

Dårlige valg og handlinger med ball vil si å utnytte en spillsituasjon slik at laget i angrep reduserer sannsynligheten for å oppnå et effektivt angrep, inkludert de fleste balltap. Valg og handlinger med ball som verken er gode eller dårlige kan kategoriseres som nøytrale eller enkle valg og handlinger med ball. Det vil stor sett si å spille ballen til en ledig medspiller i støtte eller på tvers, og uten at laget i angrep forbedrer spillsituasjonen for eget lag. Laget oppnår dermed ikke en fordel utover å holde ballen i laget, og å få motstanderen til å forflytte seg. Imidlertid kan det i noen situasjoner også være en fordel, og dermed et godt valg. Det gjelder for eksempel når et lag ønsker å trygge en ledelse.

Gode valg og handlinger uten ball offensivt innebærer å skape en potensielt bedre spillsituasjon for eget lag enn forrige situasjon. Potensielt trekkes inn fordi en eller flere gode bevegelser kun bidrar til å skape en bedre spillsituasjon dersom ballfører benytter seg av den eller dem. På samme måte som ved valg med ball vil det si å skape en spillsituasjon med økt mulighet eller

sannsynligheten for å få en avslutning, skape en målsjanse eller score. Dette innebærer at andre- og tredjeangriperen (2A og 3A) gjør seg spillbar, truer farlig rom, eller trekker med seg en eller flere motspillere. Dermed kan ballfører skape og utnytte gode gjennombrudd og ubalanse, slå ballen inn i farlig rom, eller spille seg ut av en vanskelig situasjon. Dårlige valg og handlinger uten ball offensivt innebærer unødvendig bevegelse, bevegelse og/eller posisjonering i feil rom, bevegelse til feil tid, offside, feil kroppsstilling, og dårlig samsvar med andre bevegelser. Valg og handlinger uten ball offensivt som verken er spesielt gode eller dårlige kan kategoriseres som nøytrale. Det vil stor sett si å stå i samme posisjon eller å bevege seg på en forventet måte. I denne forbindelsen er det nærliggende å spørre seg om dårlig bevegelse foran ballfører skyldes at spillerne er usikre på hvor, når og hvordan de skal bevege seg. Dersom så er tilfelle, kan en større bevissthet om gode valg uten ball offensivt og en tydeligere spillestil være hensiktsmessig.

Som ved de foregående eksemplene innebærer gode valg og handling uten ball defensivt å skape en bedre spillsituasjon for eget lag enn forrige spillsituasjon. Det betyr som oftest å vinne ballen eller å skape en spillsituasjon med økt mulighet for å vinne ballen. Når ballen er nært eget mål innebærer gode valg og handlinger uten ball defensivt å redusere motstanderen sin mulighet for å få en avslutning, skape en målsjanse eller score. Gode valg defensivt innebærer dermed å vinne ballen, få en offensiv dødball, hindre gode gjennombrudd, eller å tvinge motstanderen til å spille i støtte, på tvers, avklare eller å spille ballen dit vi ønsker. På samme måte som ovenfor blir dårlige valg og handlinger uten ball defensivt det motsatte, og nøytrale midt i mellom.

Hva som er gode valg påvirkes som nevnt spesielt av lagets spillestil, og egne og motstanderens egenskaper, ferdigheter og tilstander. Noen lag velger langpasning og duell som virkemiddel for å skape målsjanser, mens andre foretrekke å benytte korte kombinasjoner i kombinasjon med gode enkeltprestasjoner. Videre har ballbesittende lag ofte en tendens til å fokusere på mengde bevegelse og bevegelsesmåter, mens for eksempel det norske landslaget under Drillo i større grad vektla hvor spillerne beveget seg og når bevegelsene startet (Olsen et al. 1994). Defensivt vil hvor laget befinner seg på skalaen fra ren sone til tradisjonelt markeringsforsvar legge klare føringer på hva som er gode valg. For eksempel er det et godt valg å takle aggressivt for et lag som spiller soneforsvar og er i balanse siden de har gode sikringsforhold. Derimot vil det kunne være et dårlig valg for lag som spiller et mer markeringsorientert forsvar. I tillegg vil valg for tredjeforsvarer (3F) i et soneforsvar i all hovedsak dreie seg om å dekke rom, mens 3F har som hovedoppgave å markere spillere i et markeringsforsvar.

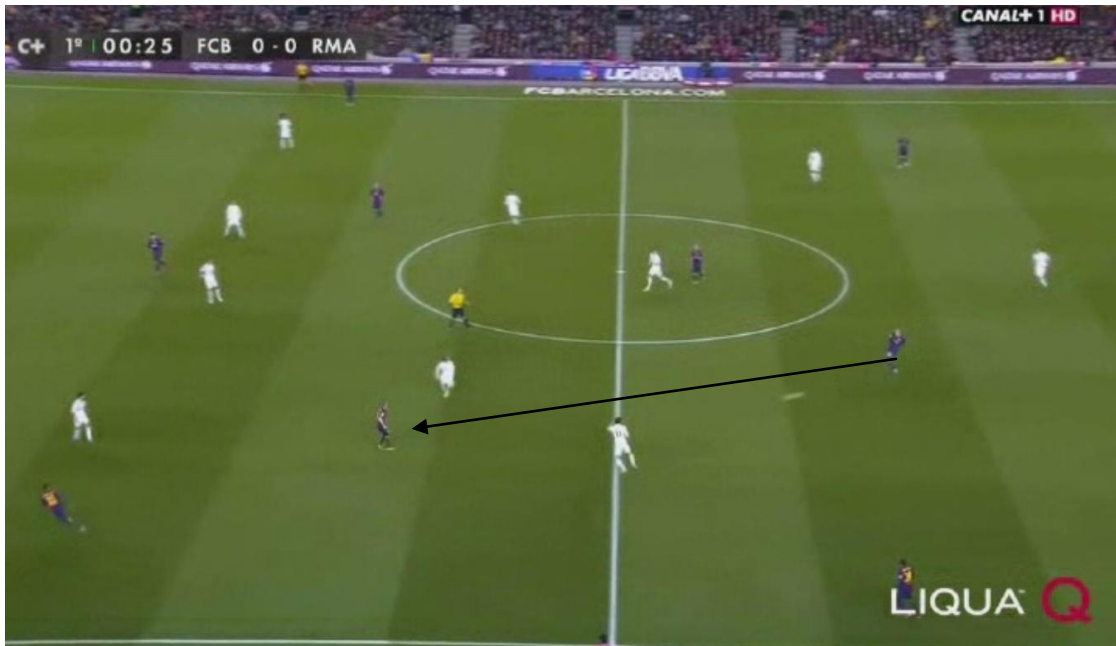
### ***Eksempler på gode og dårlige valg:***

Bilde nr. 1: Et eksempel på et nøytralt valg med ball. Støttepassing fra midtback/midstopper 1 til midtback/midstopper 2.



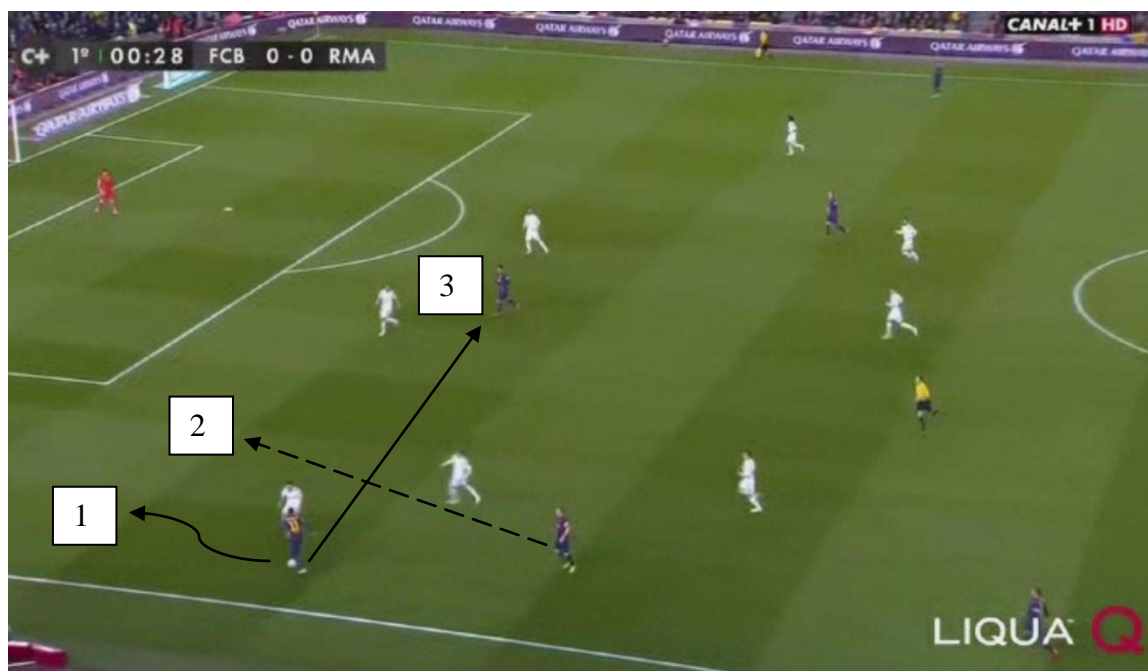
Her velger ballfører eller førsteangriper (1A) på Barcelona et valg som ikke skaper en bedre spillsituasjon for eget lag, men de beholder ballen. Dette kan karakteriseres som et nøytralt eller enkelt valg med ball når vi bruke spillsituasjonen som grunnlag for å analysere valg. For trenere som forfekter en gjennombruddshissig spillestil kan det derimot anses som et dårlig valg. Slike trenere ønsker jo å true rom i lengderetningen med og uten ball så tidlig som mulig. I denne situasjonen er ballfører relativt upresset, og det er mulig for Barcelona å skape ubalanse og gjennombrudd med gode bevegelser og pasning framover. Motsatt kan trenere som foretrekker en ballbesittende fotball vurdere det som et godt valg siden det får motstanderen til å løpe i mellom. Tilsvarende vil trenere som jobber med barn kunne anse det som et godt valg i en tidlig læringsfase for å lære spillere å spille pasning til hverandre, og for å øve på å slå gode pasninger og å ta i mot ballen i vanlig spill.

Bilde nr. 2 og 3: Et eksempel på gode valg med og uten ball offensivt. Barcelona skaper gjennombrudd og reduserer balansen hos Real Madrid.



Spillsituasjonen er lik den ved bilde nr. 1, men nå benytter Barcelona muligheten til å spille en gjennombruddspassing inn i mellomrommet. Det betyr at ballfører (1A) gjør et godt valg og en god handling med ball. Tilsvarende gjør andreangriper (2A) eller mottaker (Iniesta) et godt valg med og uten ball offensivt med å bli spillbar i mellomrom og å ta et medtak i lengderetningen. I tillegg er den tekniske utførelsen på medtaket bra. Dermed reduseres balansen hos Real Madrid, og Barcelona har skapt en bedre spillsituasjon for eget lag enn forrige spillsituasjon.

Bilde nr. 4: Hva kan Barcelona gjøre for å utnytte denne spillsituasjon til fordel for eget lag?



Rett i forlengelsen av spillsituasjonen på bilde nr. 3 spilles ballen til ytterste spiller hos Barcelona (Neymar/1A). Barcelona har oppnådd en bedre spillsituasjon enn ved bilde nr. 1, og spørsmålet er hvordan de kan utnytte denne spillsituasjonen til å skape en enda større fordel for eget lag. Det understrekes at det ikke nødvendigvis finnes en fasit, samt at vi må ta hensyn til spillestil og enkeltspillers individuelle ferdigheter. Uansett er en mulig løsning at ballfører (Neymar) utfordrer mot kortlinja for å komme til en god innleggssituasjon. Ballfører er en 1 mot 1 uten sikring, og ballfører har gode dribbleferdigheter. En annen løsning er at spilleren som står i støtte (Iniesta/2A) starter på et løp i bakrom. Nå kan ballfører enten spille på denne bevegelsen, eller Iniesta drar med seg nærmeste forsvarer (nest ytterste Real Madrid spiller/3F). Det vil åpne rommet for ballfører (Neymar), slik at han kan utfordre innover i banen. Ballfører kan da enten komme på skuddhold, eller kombinere med spiss (Suarez/2A) eller motsatt indreløper (Rakitić/3A) som skjærer inn. En tredje mulighet er at ballfører (Neymar) klarer å spille ballen tidlig inn til spiss (Suarez). Det kan resultere i en 1 mot 1 situasjon sentralt rett utenfor 16m, eller at motsatt indreløper (Rakitić) bidrar med å skape en 2 mot 2 situasjon rett utenfor 16m.

Gode valg uten ball offensivt for de resterende spillerne på Barcelona (tredjeangriper/3A) blir å posisjonere seg riktigst mulig for å kunne gjenvinne ballen ved et eventuelt balltap, opprettholde balansen i laget, og å kunne bidra offensivt for å skape gjennombrudd og scoring om de blir direkte involvert i spillsituasjonen. Gode valg defensivt for spillerne på Real Madrid blir å

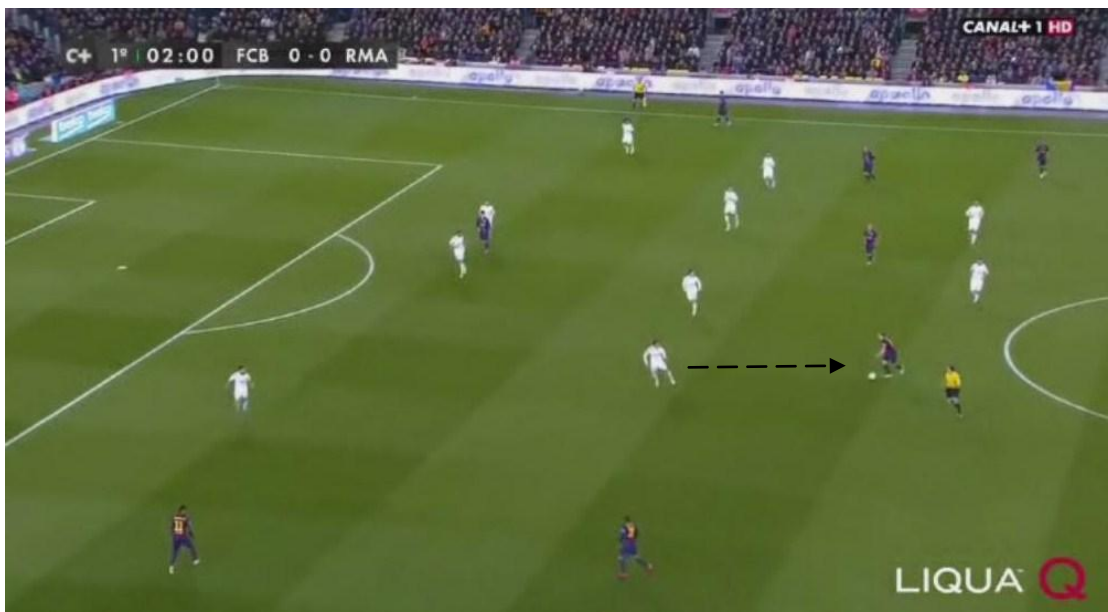


oppretholde tett press på ballfører, dekke rom sentralt i banen, eventuelt å følge motspiller på løp i bakrom, og å komme seg på riktig side av ballen raskest mulig. På bilde nr. 5 ser vi hvordan denne spillsituasjonen ender, og vi må si at Real Madrid var det laget som best utnyttet spillsituasjonen til fordel for eget lag. De har bedre balanse i laget på bilde nr. 5 enn på bilde nr. 4, mens Barcelona er lengre unna et total gjennombrudd enn i sted. Imidlertid har de fortsatt ballen i laget, og ut fra deres spillestil kan det være en ønsket løsning av spillsituasjonen.

Bilde nr. 5: Real Madrid har skapt en bedre spillsituasjon for eget lag enn ved bilde ovenfor.



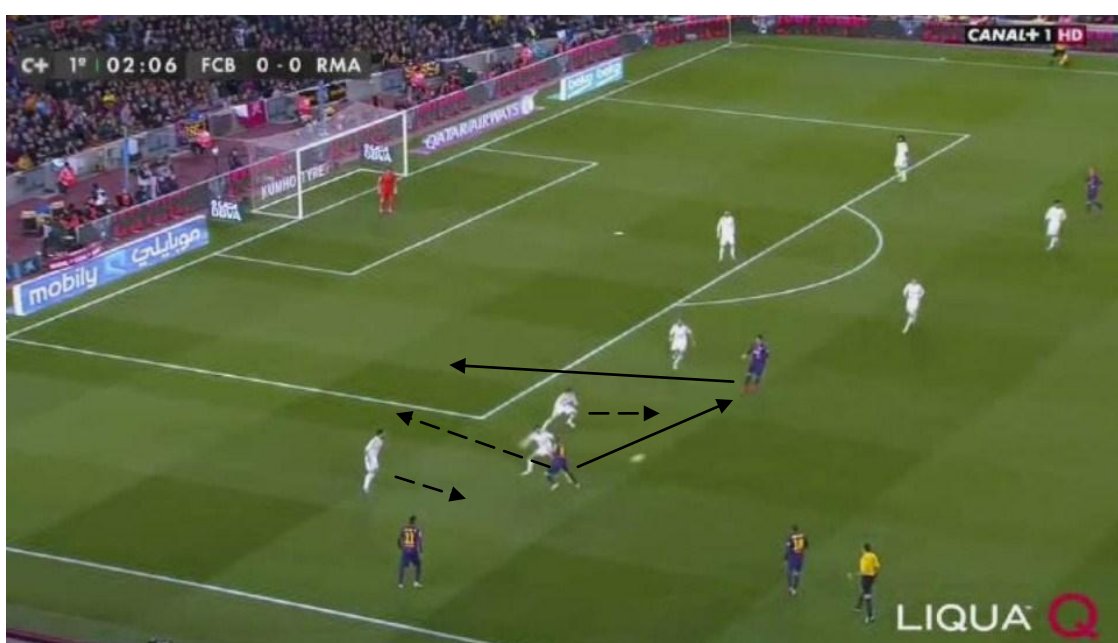
Bilde nr. 6 og 7: Et eksempel på hva som ville vært et dårlig valg (sort pil bilde nr. 6 nedenfor), og hva som er gode valg uten ball defensivt hos Real Madrid (sort pil bilde nr. 7 neste side).





På bilde nr. 6 og 7 ser vi et eksempel på gode valg defensivt. Selv om Real Madrid ikke forbedrer spillsituasjonen til sin fordel, klarer de å hindre at Barcelona skaper stor ubalanse. Dersom ytterste spiller i midtbaneleddet hos Real Madrid (nærmeste hvite spiller) hadde gått i press, ville Barcelona enkelt kunne skape gjennombrudd på kant (se sort pil på bilde nr. 6). I neste trekk kunne de skapt en 2 mot 1 situasjon mot sidebacken til Real Madrid. Istedenfor er det nest ytterste spiller hos Real Madrid som går i press eller viser seg fram (se sort pil på bilde nr. 7). Dermed klarer Real Madrid å opprettholde god balanse og en 3 mot 3 situasjon på kant.

Bilde nr. 8 (nedenfor) og 9 (neste side): Et eksempel på dårlige valg uten ball defensivt hos Real Madrid.





Selv om Real Madrid klarte å utnytte spillsituasjonen til en slags fordel for eget lag på bilde nr. 6 og 7, klarer de ikke å hindre at Barcelona skaper gjennombrudd og målsjans i spillsituasjonen rett etterpå. På bilde nr. 8 og 9 bruker Barcelona et klassisk veggspill for å skape gjennombrudd i bakrom, med påfølgende stor målsjans. Spørsmålet blir dermed hvilke valg de involverte Real Madrid spillere burde ha gjort for å hindre dette gjennombruddet. Det må først nevnes at det er flere spillere hos Real Madrid som kunne foretatt andre og bedre valg i og i forkant av selve veggspillet. Dessuten er det ikke lett å foreta riktige valg defensivt i denne spillsituasjonen siden det går svært fort. Uansett mener vi at spillere på dette nivået skal beherske slike valg, og at trenere kan lære dem dette. Dårlige individuelle valg resulterte også i dårlig samarbeidet mellom de involverte spillerne hos Real Madrid. I tillegg er det mye å ta tak i ved den strukturelle dimensjonen. Flere spillere gjør klare innrømmelser til markering, det er dårlig samarbeid mellom hvem som skal gå i press og hvem som skal dekke rom, og det sideforskyves for dårlig over mot ballsiden i bakre ledd. Blant annet velger høyre midtback/midtstopper (Pepe) å støte tidlig opp i Suarez for nærmest å markere han rett i forkant av selve veggspillet, og både Pepe og Modrić støter fram for å bli førsteforsvarer (1F) på Suarez.

På tross av disse individuelle, relasjonelle og strukturelle feilene i forkant av veggspillet, kunne de nærmest involverte Real Madrid spillerne foretatt bedre valg idet veggspillet gjennomføres. Valgene til Real Madrid spiller nr. 1 og 3 fra venstre på bilde nr. 8 (de med sort pil foran seg) innebar å støte fram (spiller nr. 3 fra venstre/2F) eller å flytte ut (spiller nr. 1 fra venstre/3F). Spiller nr. 3 fra venstre rekker ikke i press og det er allerede en medspiller (Pepe) som kan bli

førsteforsvarer (1F). Følgelig kunne denne spilleren valgt å falle av for å stenge rommet for veggpasningen eller å ta ut angrepsspilleren på løp gjennom (Iniesta/2A). Dog er dette et vanskelig valg, samt at spiller nr. 3 fra venstre er en midtbanespiller (Modrić), som trolig ikke er så vant med å verne om bakrommet. Derimot burde sidebacken (spiller nr. 1 fra venstre) se dette og falle av framfor å flytte ut og åpne rommet bak seg. Resultatet av de individuelle valgene blir at Barcelona lykkes med veggspillet og skaper et kontrollert gjennombrudd i bakrom med påfølgende målsjans, mens Real Madrid spillerne kommer på etterskudd (bilde nr. 9).

### ***Hva kjennetegner de beste spillerne internasjonalt når det gjelder individuelle valg?***

En generell og logisk antagelse er at de beste spillerne internasjonalt gjør mange gode individuelle valg, og at de er dyktigere på valg enn spillere på lavere ferdighetsnivå. Imidlertid finnes det begrenset med forskning vedrørende denne problemstillingen (Giske 2001; Carlsen 2016b). En av de få studiene som er gjennomført vedrørende dette temaet kom fram til at spillere på internasjonalt toppnivå gjør færre dårlige/feil valg enn spillere i Tippeligaen i forbindelse med balltap og utnyttelse av målsjanser (Carlsen 2016b). Videre ser det ut til at spillere i Tippeligaen har 5 % lavere treffprosent på pasninger enn snittet i de fem beste ligaene i Europa (Wilsgård & Jordet 2013). Et interessant funn her er at det synes å være en sterk sammenheng mellom mest ballbesittelse og høyest pasningssikkerhet (Opta 2017). Dermed kan det synes som om pasningssikkerheten heger nøye sammen med spillestil, og det gir mening å stille spørsmål om hvor viktig høy pasningssikkerhet egentlig er. Dersom et lag oppnår høy pasningssikkerhet som en konsekvens av at de skaper få gjennombrudd kan det argumenteres for at det ikke nødvendigvis er en fordel. Motsatt er jo målet å treffe med flest mulig pasninger uavhengig av spillestil. Derfor vil et lag som klarer å ha høy pasningssikkerhet og i tillegg skape flere gode gjennombrudd enn motstanderen ha gode forutsetninger for å vinne kampen (TFS 2010).

Selv om funnene ovenfor indikerer indirekte at de beste spillerne gjør bedre valg enn de nest beste, synes ikke alltid forskjellene mellom andel dårlige/feil valg med ball på tvers av ferdighetsnivå så stor (Carlsen 2016b). For eksempel kom det fram at spillere i norsk 1.divisjon synes å gjøre like gode valg med ball i forbindelse med å unngå balltap og utnytte målsjanser som spillere i Tippeligaen (ibid). Videre er vår oppfatning at de beste spillerne har bedre ferdigheter med ball, samt at det er godt dokumentert i forskningslitteraturen at spillere på toppnivå beveger og forflytter seg med høyere tempo enn spillere på lavere ferdighetsnivå (Bangsbo 1994, 1996 & 2014; Wisløff, Salveson & Sigmundstad 1998; Bangsbo & Michalsik 2002; Bangsbo, Mohr & Krusturp 2005; Bangsbo & Krusturp 2009; Hallen & Ronglan 2011). I

forlengelsen av dette er det vel ingen vågal hypotese å tro at fotballen går i retning av stadig høyere tempo. Derfor vil det i framtiden trolig sprintes enda oftere og med større hastighet enn i dag. Samtidig er det fortsatt mulig å argumentere for at det gjøres mange dårlige/feil valg med og uten ball blant de beste. Spesielt er vår oppfatning at spillere på de beste lagene med fordel kunne hatt større bevissthet rundt det å utnytte ubalanse med og uten ball offensivt.

For den jevne fotballinteresserte er det som regel lettest å legge merke til valg og handling med ball. I den forbindelsen trekker Egil fram Myggen og Forren som eksempel på to spillere som var spesielt dyktig på valg og handling med ball under hans perioder som A-landslagstrener. Myggen var flik til å finne kreative løsninger med ball, og fant åpninger som ingen andre klarte å se. Forren var dyktig på igangsetting bakfra, og å slå pasning gjennom ledd til medspiller i mellomrom og bakrom. I tillegg var Tor Andre Flo dyktig både på valg og utførelse i forbindelse med dribling, og det å dra av førsteforsvareren. Av internasjonale toppspillere kan Marchisio, De Bruyne og Kroos trekkes fram som eksempel på spillere som er særs dyktige på valg med ball.

### ***Hva er gode individuelle valg med og uten ball offensivt i en gjennombruddshissig spillestil?***

Uavhengig av hvilken spillestil en trener foretrekker, virker det fornuftig å lære spillere valg med og uten ball som frambringer flest mulig gjennombrudd og som reduserer balansen hos motstanderen så ofte som mulig. Dette på grunn av at gjennombrudd og det å skape og utnytte ubalanse er så nært knyttet opp mot spillets ide om å score mål. På samme måte som et godt utviklet teknisk repertoar i utgangspunktet alltid er en fordel (Giske 2001), vil det å ha et godt utviklet repertoar av valg og handlinger til ulike spillestiler trolig øke muligheten for at en spiller kan tilpasse seg et høyere nivå eller en annen liga. Følgelig mener vi at det er fornuftig å lære spillere valg og handlinger som gir god gjennombrudd. Både for å vinne kamper på seniornivå, men også for å utvikle kommende toppspillere. Sistnevnte betyr derimot ikke at det er tilstrekkelig for god spillerutvikling, men at det uansett bør være en del av opplæringen.

I den forbindelse er vår oppfatning at hvis ikke trenerne styrer gjennombruddshissigheten vil seniorlag og aldersbestemte 11'erlag på godt ferdighetsnivå falle inn i eller velge en mer ballbesittende stil. I tillegg vil spillerne ofte velge for risikofylte løsninger. Dermed får de for mange balltap og for få gjennombrudd. På seniornivå vil slike lag fort ende opp med en spillestil som ikke gir nok poeng. I 5'er og 7'er fotballen er det derimot ofte motsatt. Der spilles ballen framover nesten uansett, og spillerne nærmest nekter å spille i støtte selv om det ville vært det

beste valget. Derfor bruker jeg å lære så unge spillere å benytte støtte oftere, og så skrur jeg heller opp graden av framoverfotball i tråd med at ferdighetene utvikles.

Gode individuelle valg med og uten ball offensivt i en gjennombruddshissig spillestil må ta utgangspunkt i spillestilens særpreg. En gjennombruddshissig spillestil kjennetegnes av å utnytte ubalanse hos motstanderen, benytte alle mulighetene til å ta en offensiv overgang (kontring), spille i lengderetningen, spille ballen i rommet foran mottaker, høyt balltempo og hurtige angrep ved å bruke få berøringer og å føre ballen framover i stor fart, bruk av stuss og flikk, og stor kollektiv forflytning av laget mot de områder av banen som ballen spilles for å kunne gjenvinne ballen og å skape trøkk (Larsen 1992; Olsen et al. 1994; Carlsen 2000, 2002 & 2016a; Olsen 2001 & 2011). Videre fokuseres det på stor risiko uten ball og bevegelse i nærrom og fjerntrom forbi ballfører. Dette kombinert med liten risiko med ball og bruk av langpasningen direkte i bakrom, eller hurtig pasningsspill og føring framover. På den måten kan laget enten oppnå gjennombrudd i bakrom, laget er i god posisjon til å gjenvinne ballen høyt i banen, eller laget unngår balltap på egen banehalvdel eller når de er i ubalanse (ibid). Viktigheten av sistnevnte støttes av flere forfattere som ved hjelp av kampanalyse kom fram til at det å unngå balltap på egen 1/3 av banen er viktig for å vinne kampen (Hughes 1990; Olsen et al. 1994; Lanham 2005; Hughes & Churchill 2005).

Her kan det legges til at det viktigste ikke er å benytte langpasningen, men at ballen spilles og føres framover så hurtig som mulig så lenge målet er å score. Enhver pasning skal ideelt sett bidra til å skape ubalanse og å forbedre spillsituasjonen for eget lag. Følgelig kan en kort pasning framover, tversoverpasning og dribling være forenelig med en gjennombruddshissig spillestil. Tilsvarende kan en støttepasning i noen tilfeller være ønskelig dersom det gir bedre mulighet til å spille en kontrollert pasning framover til ledig spiller eller farlig rom rett i etterkant.

Flere argumenter for en gjennombruddshissig spillestil er jo blant annet at 80-90 % av alle mål scores fra innenfor 16 m (Olsen 1974; Larsen 1992; NFF 1998; Semb 2006; VG 2007; Acar et al. 2009; FIFA 2010 & 2014). Derfor handler det jo om å få ballen og spillere inn i de rom hvor det scores fra. I relasjon til dette har de beste klubb- og landslagene i verden over 50 inntreninger i motstanderens 16 m i løpet av en kamp (Carlsen 2013a). Videre var sannsynligheten for å vinne kampen med mer enn 40 gjennombrudd inn i motstanderens 16m 62 %, versus kun 15 % sannsynlighet for å tape kampen (ibid). Ut over dette er antall trekk forut for scoring få, og majoriteten av alle mål scores etter 0-3 trekk (Olsen 1974 & 2011; Bate 1988; Hughes 1990;

Larsen 1992; Olsen et al. 1994; Garganta et al. 1997; Carlsen 2000; Acar et al. 2009). Få trekk forut for scoring medfører logisk nok at varigheten på målgivende angrep er kort, og størstedelen av målgivende angrep varer under 10 sekunder (Garganta et al. 1997; Larsen 1992; Carlsen 2000; Flå 2007; Acar et al. 2009). Dette gjelder selv om vi utelukker dødballangrep og benytter oss av kontrollbegrepet i angrep (Carlsen 2000). Imidlertid synes angrep som ender opp med scoring i snitt å inneholde flere pasninger enn tilsvarende angrep som ikke resulterer i scoring (Larsen 1992; Carlsen 2000; Hughes & Churchill 2005; Flå 2007).

### ***Hvordan lære spillerne å bli best i verden på valg og handling?***

De to viktigste virkemidlene for å lære spillerne å gjøre bedre valg og handlinger er; **1)** å spille fotball med to lag mot hverandre med keeper, tilpasset banestørrelse ut fra antall spillere på laget, med vanlige regler og eventuelt betingelser i spill, og **2)** feedback fra treneren. Feedback handler om å gi arbeidsoppgaver eller fokuspunkt i forkant av en spillperiode, løpende feedback og/eller ”frys” underveis og evaluerende feedback i etterkant. Samtidig er det hensiktsmessig med noen deløvelser for å utvikle teknisk repertoar, possessionøvelser, formasjonstrening, 1 mot 1 øvelser, overtallsøvelser mot mål, øvelser for å score mål, teoriopplæring og analyse. Her vil nivå, motivasjon, antall økter per uke og periode, og ferdighetsnivå være avgjørende for hvor mye av de ulike aktivitetene og tiltakene trenerne velger å gjennomføre per trening, uke eller periode. Uansett støtter vi NFF sin anbefaling om at minimum 50 % av treningene skal være spill mot to mål. Nedenfor følger noen konkrete eksempler på hvordan vi kan **1)** lære spillere gode valg med og uten ball i spill og i kamp i løpet av en uke og periode, **2)** valg i forbindelse med å trene på gjennombrudd på øvre 1/3 del, og **3)** et eksempel på en utviklingstrapp for unge spillere.

#### ***1) Hvordan lære spillere gode valg med og uten ball i spill og i kamp?***

For norske junior- og seniorlag med seriestart i slutten av mars eller starten av april, foreslås følgende to modeller på periodisering for valg med og uten ball: Første variant innebærer å velge samme fokus i en hel måned. For eksempel at fokuset i januar er på generelle valg med og uten ball, og i forhold til sin rolle. Med generelle valg menes valg som er lik for alle spillere mer eller mindre uavhengig av rolle og spillestil. For eksempel valget mellom en, to eller flere berøringer. I februar brukes tiden på å trene valg i tråd med lagets spillestil. I mars og i sesong blir fokuset fortsatt på lagets spillestil, men også å trene på valg i spesielle situasjoner og mot bestemte motstandere. Samtidig må tidligere lærte ferdigheter repeteres. En alternativ variant kan være å trene på generelle valg med og uten ball og i forhold til sin rolle på tirsdag, valg i tråd med lagets spillestil på torsdag, og så kampspesifikke valg på fredag inn mot kamp.

For å kunne trene på individuelle valg og handliner i spill på trening og i kamp er det en forutsetning å konkretisere ferdigheter og valg til eksakte arbeidsoppgaver, fokuspunkt eller problemstillinger. Dermed kan spillerne øve ved hjelp av selvregulering og egen refleksjon, og det er lettere for trenerne å gi konkret feedback. Et eksempel på henholdsvis generelle valg med ball, valg med ball for spiss, valg uten ball offensivt og valg uten ball defensivt er: Valg mellom en, to eller flere berøringer (generelt). Valget mellom å stusse/flikke, holde på ballen, vende opp eller spille i støtte (spiss). Å holde rommet åpent foran seg lengst mulig (valg uten ball offensivt). Å støte fram for å presse versus å sikre eller dekke rom (valg uten ball defensivt).

Konkrete arbeidsoppgaver, fokuspunkt eller problemstillinger i forbindelse med en gjennombruddshissig spillestil kan være: Å unngå å spille en bremsepassing. En bremsepassing er en passing som lar motstanderen gjenopprette god balanse etter at laget med ball først skapte ubalanse. Ta med førstetouchen i lengderetning hver gang det er mulig. Når spille en ”dristig” passing framover og når spille safe i støtte. Å øve på å spille en passing som skaper ubalanse. Når og hvilke rom vi skal true med løp. Når stå etter for gjenvinning versus å omstille og sprinte hjem. Konkrete arbeidsoppgaver mot bestemte motstandere kan være: Hvilke rom vi skal true i boksen ved offensive innlegg, og hvor innleggene skal slås. Hvilken vei vi skal lede en god dribler. Posisjonering defensivt mot spiss som er flink til å true bakrom på blandsiden.

Om en trener foretrekker å konkretisere ferdigheter til eksakte arbeidsoppgaver, eller å formulere dem som problemstillinger, er et pedagogisk valg hver enkelt kan gjøre. Et praktisk eksempel i forhold til valget mellom en, to eller flere berøringer er som følger: Treneren kan før en kamp eller spillperiode på trening gi spillerne i oppgave å øve på valget mellom en, to eller flere berøringer. Målsettingen kan settes av treneren eller spillerne kan sette sin egen målsetting. Kravet eller målet til slutt er jo å velge riktig antall berøringer hver gang. Alternativt kan treneren si *”hvor flink er du til å velge riktig antall berøringer når du har ballen?”*, *”hvor mange ganger bruker du får mange berøringer?”* eller *”hva skal du gjøre for å lære deg å bruke riktig antall berøringer hver gang?”*. Evalueringsformer kan være antall, skala fra 1-5, eller kategorier som ”alltid”, ”ofte” og ”OK”. Samtidig gir treneren feedback og påminnelser underveis, og spillerne skal selv ”observere” og reflektere over sin egen prestasjon. Viktigheten av egen refleksjon i forbindelse med læring er poengtert i både eldre og nyere teorier om læring (Dewey 1951; Boud 1995; Berger 1998; Ormrod 2008; Toering et al. 2009 & 2011; Holt et al. 2012; Meling 2014; Toering 2014). En måte å teste om spillerne er dyktige til å velge riktig antall berøringer er om det er høyere kvalitet med fri enn med to touch i spill på trening.



Når det gjelder aldersbestemt fotball er det av erfaring ofte nødvendig å bruke mer tid på generelle gode valg fram til 16-års alder. Samtidig er det naturlig med et gradvis økt fokus på spillestil og rolleferdigheter fra 13 til 16-års alder. I barnefotballen fokuserer jeg mer på generell kvalitet i spill, og noen få, enkle generelle individuelle ferdigheter eller arbeidsoppgaver som: Alle i angrep og alle i forsvar, slå harde pasninger, utfordre med fart eller spille pasning, alltid å være spillbar, alltid å treffe mål når du avslutter, motta ballen sidevendt eller rettvendt, når spille pasning framover versus i støtte, og å slå og gå i sprint. I tillegg benytter jeg alltid lavt press og igangsetting innen 3 sekunder, og av og til minimum en pasning før scoring i spill mot to mål. En fyldig oversikt over arbeidsoppgaver i henhold til ferdighetsdimensjonene, ulike typer valg og roller finnes i Carlsen (2016a). For et mer utfyllende eksempel på spillerutvikling og bruk av selvregulering i løpet av en sesong refereres det til Carlsen (2013b).

## 2) Hvordan øve på valg og handlinger for å skape gjennombrudd på øvre 1/3 del?

Å lykkes med gjennombrudd på øvre 1/3 er en vanlig utfordring, og derfor trener mange lag mye på dette. En vanlig tilnærming er å spille overtall 8 mot 6 eller 10 mot 7/8 pluss keepere, og med aktiv coaching eller hyppig feedback fra treneren. For lag som spiller 1-4-5-1 i kamp og vi er 10 mot 8 pluss keepere på trening, kan laget i angrep spille i sin vanlige formasjon, mens motstanderlaget spiller 1-4-4-0 eller 1-4-3-1. Laget som trener angrep starter med ballen hver gang. Samtidig er det motiverende for laget i forsvar å få kjøre en offensiv overgang eller kontrung i det de vinner ballen. Et pedagogisk tips i denne sammenhengen er at laget i angrep spiller med en joker som blir med på laget i undertall idet de vinner ballen. Dermed får motstanderlaget mulighet til å spille 9 mot 9 pluss keeper i en offensiv overgang eller kontrung.

Både ved denne øvelsen og i kamp ønsker mange lag å skape en 2 mot 1-situasjon på kant ved bruk av breddeprinsippet. Det vil si å spille bredt ut på kant eller ving, og eventuelt holde litt på ballen for å få motstanderen til å flytte mange spillere over mot den siden, for så å vri motsatt. Lykkes de med dette kan de skape gjennombrudd med motsatt indreløper, ving eller sideback i bakrom eller mellomrom. Alternativt kan motsatt kant eller ving og sideback skape og utnytte en 2 mot 1 situasjon for å komme til en god innleggsmulighet. Imidlertid blir ofte breddeholder på den andre siden, det vil si den siden de først spilte til, stående bredt. Dermed er det for få spillere i boks når laget skaper gjennombrudd eller har mulighet til å slå innlegg fra en god posisjon. Et annet problem er at dersom spillvendingen ikke går hurtig nok, og motstanderen klarer å stenge rommene, blir angrepslaget stående å trille ball fra side til side. Dette kan jo være en god strategi

når laget leder og ønsker å sikre ledelsen ved å unngå balltap. Følgelig kan det være viktige momenter i en hver spillstil og i et spillerutviklingsperspektiv.

Et godt alternativ i dette tilfellet i et 1-4-5-1/1-4-3-3 system kan være å spille til den dype sentrale<sup>2</sup> eller borterste midtback/midstopper, som så slår ballen i bakrom mot den siden ballen kom fra. I kombinasjon med dette truer midtspiss bakrom motsatt, samt at motsatt indreløper og ving eller kant trekker inn for gjenvinning eller gjenlegging. Nå kan vi skape gjennombrudd direkte, eller vi har mange spiller i posisjon rundt ballen for gjenvinning. I denne spillsituasjonen får den dype sentrale eller borterste midtback følgende individuelle valg med ball: **a)** spille gjennombrudd i bakrom på motsatt indreløper, ving eller sideback; **b)** vri spillet til motsatt kant eller ving; eller **c)** slå ballen i bakrom på den siden ballen kom fra. Medspillerne må samtidig gjøre individuelle valg uten ball offensivt i tråd med disse tre løsningene. Et generelt tips er å lære motsatt ving/kant å flytte litt inn når de vrir spillet til den dype sentrale midtbanespilleren eller borterste midtback. På den måten kan laget i angrep fylle opp med flere spillere i boks ved mulig innlegg og gjennombrudd (løsning a og b ovenfor), samt at motsatt kant eller ving er i bedre posisjon for å kunne gjenvinne ballen ved løsning c.

### 3) Et eksempel på en individuell utviklingstrapp for teknisk repertoar og å lære valg med ball?

Tabell nr. 1: Et eksempel på en individuell utviklingstrapp for å lære teknisk repertoar og valg med ball i forbindelse med pasning for utespillere, og grep, støtte og redninger for keeper.

Alder	Teknisk repertoar	Taktikk/valg
8 år spiller 8 år keeper	Kortpasning <i>Lese ballbane</i>	Alltid sikte på medspiller <i>Alltid keeperstøtte i angrep</i>
10 år spiller 10 år keeper	Slå harde pasninger <i>Grep stående</i>	Spille framover versus i støtte <i>Keeper gjør målet mindre</i>
12 år spiller 12 år keeper	Slå harde pasninger med begge bein <i>Grep lavt og fallteknikk</i>	Pasning på riktig side av 1F <i>Stå så lenge som mulig</i>
14 år spiller 14 år keeper	Slå langpasning med begge bein <i>Feltarbeid og å ta ballen tidlig</i>	Pasning eller drible <i>Holde ball versus retur til siden</i>
16 år	Rolleferdigheter	Rolleferdigheter

<sup>2</sup> I et 1-4-4-2 system og andre system med to sentrale midtbanespillere blir det den borterste av de to sentrale midtbanespillerne istedenfor den dype sentrale som får de skisserte valgene ved en spillvending.

19 år	Rolleferdigheter og teknisk repertoar i forhold til spillestil	Rolleferdigheter og valg med ball i forhold til spillestil
Senior	Teknisk repertoar i forhold til spillestil og motstander	Valg med ball i forhold til spillestil og motstander

### ***Oppsummering***

Formålet med denne artikkelen var å systematisere og konkretisere hva valg og handlinger i fotball egentlig innebærer, og med hovedvekt på valg. NFF knytter valg og handling nært opp til begrepet fotballferdighet og prestasjon i kamp. Imidlertid synes det å foreligge lite teori og forskning om dette temaet. Derfor håper vi at denne artikkelen bidrar til økt forståelse og bevisstgjøring på hva valg er, hvilke valg fotballspillere har, hva som er gode valg, hvordan vi kan lære spillere å gjøre bedre valg med og uten ball, og hvordan vi kan analysere valg.

Innledningsvis ble valg systematisert i valg med ball, valg uten ball offensivt, og valg uten ball defensivt. Begrepet handling omfatter valg av teknikk, når valget utføres og den tekniske utførelsen (se figur 1). Ballfører/førsteangriper (1A) har til enhver tid valget mellom å avslutte, avklare, dribble, holde på ballen, spille pasning eller slå innlegg. Valg uten ball offensivt handler om posisjonering og bevegelse til andre- og tredjeangriper (2A og 3A). Valg uten ball defensivt omfatter både første-, andre- og tredjeforsvarer (1F, 2F og 3F). Disse valgene er relatert til å vinne ball og å hindre mål, press, posisjonering og forflytning. For å avgjøre om et valg er godt eller dårlig valgte vi å bruke spillsituasjonen som utgangspunkt. Et godt valg utnytter spillsituasjonen til fordel for eget lag. Motsatt vil et dårlig valg løse spillsituasjonen i disfavør for eget lag. Sistnevnte betyr at laget har en dårligere mulighet for å score enn i situasjonen i forkant, eller at motstanderlaget har forbedret sin mulighet for å vinne ballen.

Når det gjelder å lære spillerne å gjøre bedre valg er det en fordel å konkretisere ferdigheter og valg til eksakte arbeidsoppgaver eller problemstillinger. Dermed kan spillerne øve ved hjelp av selvregulering og egen refleksjon, og det er lettere for trenerne å gi konkret feedback. I tillegg argumenterer vi for at det er hensiktsmessig å lære spillere på seniornivå og i aldersbestemt 11'er fotball å bli dyktige på valg og handlinger som gir gjennombrudd, og skaper og utnytter ubalanse. Hovedpoenget er dersom vi i Norge lærer tusenvis av spillere å bli best i verden på valg med og uten ball, så vil noen av disse også ha mulighet til å bli blant verdens beste fotballspillere. Dette mener vi er oppnåelig ved å bli bedre enn andre nasjoner på spillestil, fotballkunnskap, konkretisering, og opplæring og coaching av spillere.

## *Litteraturliste*

- Acar, M.F., Yapicioglu, B., Arikan, N., Yalcin, S., Ates, N. & Ergun, M. (2009). Analysis of goals scored in the 2006 World Cup. In: *Science and Football VI* (eds. T. Reilly & F. Korkusuz). London and New York: Routledge, 235-242
- Bangsbo, J. (1994). *Fitness training in football. A scientific Approach*. Bagsvaerd: HO & Storm
- Bangsbo, J. (1996): Physiology of training. In: *Science and Soccer*, (eds. T. Reilly). London: F & N Spon, 47-58
- Bangsbo, J. (2014). Physiological demands of football. *Sports Science Exchange*, Vol. 27, No. 125, 1-6
- Bangsbo, J. & Michalsik, L. (2002). Assessment of the physiological capacity of elite soccer players. In: *Science and Football IV* (eds. W. Spinks, T. Reilly & A. Murphy). London and New York: Routledge, 53-63
- Bangsbo, J., Mohr, M. & Krstrup, P. (2005). Physical and metabolic demands of training and match in the elite soccer. Denmark: University of Copenhagen
- Bangsbo, J. & Krstrup, P. (2009). Physical demands an training og top-class soccer players. In: *Science and Football VI* (eds. T. Reilly & F. Korkusuz). London and New York: Routledge, 318-330
- Bate, R. (1988). Football chance: tactics and strategy. In: *Science and Football*, (eds. T. Reilly, A. Lees, K. Davids & W.J. Murphy). London: E. & F.N. Spon, 293-301
- Berger, K.S. (1998). *The Developing Person Trough the Life Span (Fourth Edition)*. Worth Publisher
- Bergo, A., Johansen, P.A, Larsen, Ø. & Morisbak, A. (2002). *Ferdighetsutvikling i Fotball – handlingsvalg og handling*. Oslo: Akilles
- Carlsen, K.H. (2000). *Ballbesittelse og effektivitet: Hvordan er Forholdet mellom Ballbesittelse og Effektivitet I Norges Landskamper 1986-1999?* Fordypningsoppgave, Trenerstudiet 2.år. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Carlsen, K.H. (2002). *Lederskap i Fotball. En teoretisk og empirisk analyse av elitetreneres fotballfilosofi og lederskapsfilosofi*. Hovedfagsoppgave. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Carlsen, K.H. (2013a). Penetration into the penalty area and match outcome. Oslo: FfK. <http://fotballforkids.no/fagartikler/fotballkunnskap/>, 28.1.2016
- Carlsen, K.H. (2013b). Spillerutvikling og effektiv læring. Oslo: FfK, [http://fotballforkids.no/fagartikler/barne\\_og\\_ungdomsfotball/](http://fotballforkids.no/fagartikler/barne_og_ungdomsfotball/), 27.1.2016
- Carlsen, K.H. (2016a). *Min fotballfilosofi – Kunnskapsboken om fotball som vil gi din klubb eller nasjon en overlegen utviklingsprosess*. Foreløpig upublisert

- Carlsen, K.H. (2016b). *Valg og handlinger med ball*. UEFA A-lisens 2015/2016. Oslo: Norges fotballforbund
- Dewey, J. (1951) (eds. Ratner, J.). *The Philosophy of John Dewey*. New York: Tudor
- Dreier, S., Morisbak, A. & Skarsfjord, T. (2009). *Fotballferdigheten*. Oslo: Akilles forlag
- FIFA (2010). *Technical Report and Statistics*. 2010 FIFA World Cup South Africa™
- FIFA (2014). *Technical Report and Statistics*. 2014 FIFA World Cup Brazil™
- Flå, B-I. (2007). Overganger i fotball. *Hva kjennetegner overgangens syntaks generelt og effektivitetssyntaksen spesielt? – en studie av utvalgte kamper fra VM-2002*. Hovedfagsoppgave. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Garaganta, J., Maia, J. and Basto, F. (1997). Analysis of Goal-scoring patterns in European top level soccer team. I: *Science of Football III*, (eds. Reilly, T., Bangsbo, J and Huges, M.). E & FN Spon, 246-250
- Giske, A. (1997). 1.forsvarer – Individuell taktikk. Ben- og kroppsstillinger. Fordeler og ulemper. Trener-III 1996-97.
- Giske, A. (2008). *Kontrollforsvar: Kontroll på lengderetningen*.  
<http://www.trenerforeningen.no/printfriendly.asp?id=663>, 16.12.2008
- Giske, R. (2001). *Individuelle handlingsvalg i lagballspill. En teoretisk og empirisk analyse*. Doktorgradsavhandling. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Hughes, C. (1990). *The Winning Formula*. London: William Collins Sons & Co Ltd
- Hallén, J. Ronglan, L.T. (2011). *Treningslære for idrettene*. Oslo: Akilles
- Holt, N., Bremner, A., Sutherland, Ed., Vliek, M., Passer, M. & Smith, R. (2012). *Psychology: The Science of Mind and Behaviour*. McGraw-Hill Higher Education
- Hughes, M. & Churchill, S. (2005). Attacking Profiles of Successful and Unsuccessful Teams in Copa America 2001. In: *Science and Football V*, (eds. T.Relly, J. Cabri, and D. Araújo). London: Routledge, 219-224
- Lanham, N. (2005). The Goal Completed: The Winning Difference. In: *Science and Football V*, (eds. T.Relly, J. Cabri, and D. Araújo). London: Routledge, 194-204
- Larsen, Ø. (1992). *Angrep og effektivitet: En teoretisk analyse av angrep og effektivitet - samt en kampanalyseundersøkelse av break down - periodens egenart og muligheter i forhold til effektivitet i EM -88*. Hovedfagsoppgave. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Meling, M.E. (2014). *Selvregulering til fotballspillere under aktivitet. En empirisk undersøkelse av hvordan ulik treneratferd og øvelser henger sammen med selvreguleringen til fotballspillere under trening*. Masteroppgave. Oslo: Norges idrettshøgskole
- NFF (1998). *Rapport fra VM i Frankrike, 10/6 - 12/7 1998*. FIFA

- Olsen, E. (1974). *Scoringer i Fotball*. Hovedfagsoppgave. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Olsen, E. (1981). ”Taktikk – foreløpige notater”. Stensiltrykk, upublisert. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Olsen, E. (1985). Spillestil og gladfotball. I: *Fotball – mer enn et spill*, (red. E. Olsen). Oslo: Cappelen Forlag, 9-38
- Olsen, E. (2001). Gjennombruddshissighet. *Fotballtreneren*, 3, 14-16
- Olsen, E. (2011). *Spill effektiv fotball. Drillos fotballfilosofi*. Oslo: Kagge Forlag AS
- Olsen, E., Semb, N. & Larsen, Ø. (1994). *Effektiv fotball*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag
- Opta (2017). Possession and passing accuracy. Statistics on demand
- Ronglan, L.T. (2003). Ballspill er problemløsning. Hvilke didaktiske implikasjoner har det? *Moving bodies – mennesket i bevegelse*. Norges idrettshøgskole, 91-111
- Semb, N.J. (2006). *Rapport fra det 20ende Cupfinaleseminaret 10.-12. november*. Oslo: Norges idrettshøgskole, s. 14
- TFS (2010). Norsk Toppfotballsenter. *VM-rapporten 2010*. Oslo: Norges idrettshøgskole
- Wilsgård, K. & Jordet, G. (2013). Nerdenes hevn 2 – Er de smarteste folka også de mest effektive? *FOTBALLtreneren*, nr. 2 – 2013, s. 8-10
- Wisløff, U., Salveson, R. & Sigmundstad, E. (1998). *Prestasjonsutvikling i fotball*. Oslo: Universitetsforlaget