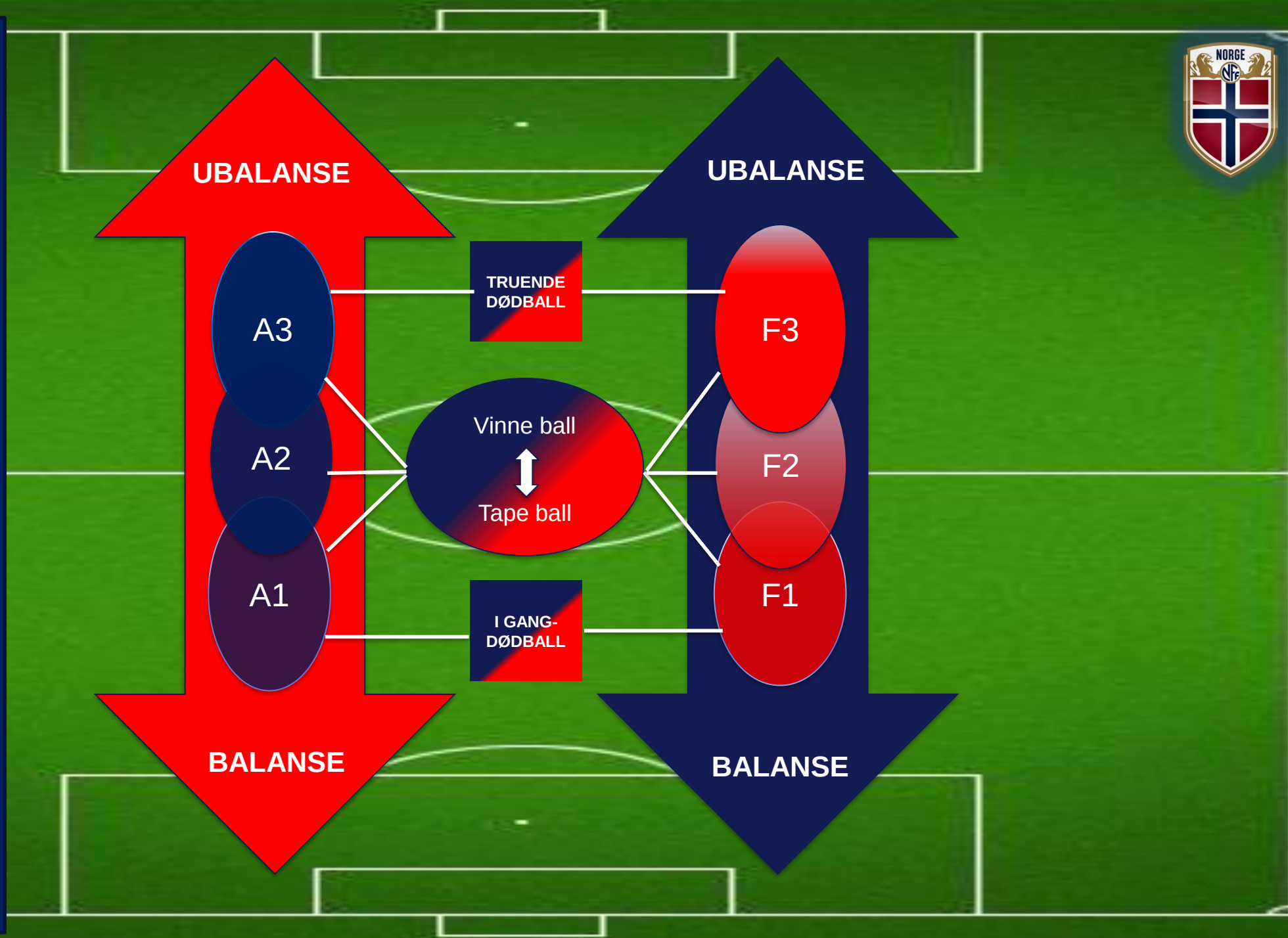


# Spillmodellen

Modellen viser NFFs systematisering av spillet. Omstillingsøyeblikket og videre vurdering av balanseforhold utgjør kjernen.

Spillmodellen har tre spillfaser i angrep og tre i forsvar. Vi vil til enhver tid være i en av disse fasene når ballen er i spill.

Felles forståelse av hvilken fase vi er i, hva vi ønsker å oppnå og videre prinsippene i spillfasene, står sentralt i vår tilnærming .





- Seirende ut av «Null tilstand» som følge av:
  - Overtall rundt ball
  - Beskytte ballen (kropp mellom ball og motspiller)
  - Spillbarhet i umiddelbar nærhet til ballfører (foran og bak).
  - Spille til sikkert område
- **I det vi er i ubestridt besittelse av ball:** Identifisere balanseforhold hos motstander og følgelig angrepsfase:
  - **A1**
  - **A2**
  - **A3**

Vinne ball

«NULL TILSTAND»

Tape ball

- Umiddelbar reaksjon for gjenvinning og følgelig posisjonsjustering fra alle når vi mister ball. Søke overtall rundt ball
- Hindre motstander i å få tydelig kontroll på ballen gjennom samla og aggressivt press
- **I det motstander er i ubestridt besittelse av ball:** Identifisere balanseforhold i eget lag og følgelig forsvarsfase:
  - **F1**
  - **F2**
  - **F3**





# A1: Bearbeiding

## Kjennetegn:

Vår ball – motstander på plass som hindrer oss i å nå alle prioriterte rom

## Mål i fasen:

- 1) Sette opp ballfører som kan nå (alle) prioriterte rom
- 2) Nekte motstander ballvinning i gunstige områder



## *Oppnå numerisk og posisjonelt overtak rundt ballen og i sentrum av banen gjennom å:*

- Hurtig komme til definerte **utgangsposisjoner** med riktig kroppsstilling.
- Sette **ballen i gang kjapt** hvis mulig og gunstig
- Vurdere **risiko** ut fra motstanderens press-spill; spille gjennom når vi kan, slå over når vi må
- Hurtig (og uten stress) **spille gjennom** eller **bevisst flytte på motspillere**. **Touchbevissthet** (tempo og uforutsigbarhet)
- Spille ”**opp og ned**” og ”**inn og ut**” istedenfor rundt.
- **Ro** (med ball), **åpne** (i førstetouch) og **true** (med blikk og fot).



## A2: Inn i prioriterte rom

### Kjennetegn:

Ballfører som kan nå  
(alle) prioriterte rom

### Mål i fasen:

1) Trengte inn rom der  
vi kan skape direkte  
trusler i motstanders  
boks

2) Nekte motstander  
ballvinning i gunstige  
områder



*Forsterke og utnytte posisjonelt overtak rundt ballen og i sentrum av banen gjennom å:*

- **True** flere rom samtidig, med blikk, ball og bevegelse – og **spille framover med kontroll** så snart muligheten byr seg
- Ha **stor bevegelse** – initiativ forbi og foran ballfører.
- Straffe motstandere som støter ut eller har **feil kroppsstilling**.
- **Vende spillet** hvis motstander rekker å flytte over.
- **Beredskap bak ball**

Gjenvinning: vi går fra «lange og brede» til korte og smale».

Retur til A1: Dybde og spillbarhet bak ballfører



### A3: Score mål

#### Kjennetegn:

Ballfører som direkte kan skape trusler i motstanders boks

#### Mål:

- 1) Komme til avslutning – score mål
- 2) Gjenvinning



### *Oppnå posisjonelt overtak rundt ballen og i områdene hvor det scores mål fra gjennom å:*

- **Samtidige, truende og eksplosive bevegelser** foran og forbi ballføreren (andrebevegelse, tredjemannsløp og mot–fra / fra-mot).
- Søke å trenge igjennom før spill rundt:
  - 1) Avslutning på **mål**.
  - 2) Spille **igjennom bakre ledd**.
  - 3) Spille rundt – **kombinasjonsspill sidekorridor** og/eller **innlegg** for å komme oss inn i boksen

#### Ved innlegg:

- Inn i boks og posisjonering innenfor stolpene med **minimum tre spillere**
- **Tålmodighet** for å vinne scoringsrom
- **Skjære foran** eller inn på **blindside**
- Offervilje for å komme **først på ballen**
- Distinkte og beslutsomme **avslutninger**. Ett touch eller to touch med kort ladetid
- Alltid jakte på **returer og andreballer** i boksen
- Nok spillere bak ball og i riktig posisjon i beredskap for **umiddelbar gjenvinning**

