



## **MED SPILLETS IDE I SPILL- OG KAMPDIMENSJONEN.**

### **9 – 10 år.**

Alle kjenner igjen fortvilelsen over «klyngespill» og et spill med total fravær av pasning og samhandling i barnefotballen. Ta det med ro, for dette er helt naturlig. De aller fleste seks- og sjuåringer er ikke modne for «pasningen». Men det kommer. Likevel kommer kampen ofte som «julekvelden på kjerringa», både for spillere og trenere. Ikke har vi satt spillerne inn i regelverket, og i kampen ser vi heller ikke igjen det vi har øvd på trening.

«Med spillets idé i spill- og kampdimensjonen» skal være et virkemiddel som skal hjelpe oss trenere, laget og spillerne til å øve opp forståelsen og dyktigheten i spillets idé og hensikt – å score mål i angrep og hindre mål i forsvar. Det skal også hjelpe oss til å:

- få en bedre sammenheng mellom aktiviteten på treningene og det vi opplever i kamper
- gjøre kampen til en enda større trivsels- og læringsarena
- introdusere femmerfotball som spillform
- lage en god overgang fra femmerfotball til sjuerfotball og fra sjuerfotball til elleverfotball
- gjøre elleverfotballen til en enda større trivsels- og læringsarena

*Spill- og kampdimensjonen* er spillernes møte med medspillere, motstandere og regelverket. Rett og slett møtet med spillets tid og rom. Det er spillernes møte med spillet på det høyeste funksjonsnivået – tilpasset alder. Så er det vår oppgave som trenere å tilpasse dette til spillernes modningsnivå – på trening.

Ofte støter vi på en forvrengt forståelse av innholdet i spill- og kampdimensjonen. Det har med taktikk, struktur og pålagte samhandlingsmønstre å gjøre. Å overføre innholdet i «Med spillets idé i spill- og kampdimensjonen» fra tegnebrettet til trenings- og kamparenaen krever kunnskap og kløkt. Knytt det i øktene først og fremst til temaene «Pasningspill», «førsteangriper og vi andre» og «førsteforsvarer og vi andre». Men selvsagt også til «Tilpasset smålagsspill».

## **Målsetting:**

- Innen laget og spillerne er 10 år skal de sammen ha vært gjennom og prøvd ut, gjennom repetisjoner i trening og kamp de momenter i dette del kapitlet omhandler.
- Læringsmomentene knyttet til:
  - 1A
  - 1A og vi andre
  - IF
  - 1F og vi andresom presenteres i Nasjonale rammeplaner i knyttes opp til dette
- Innen spillerne er 10 år bør laget sammen kunne utnytte disse momentene til fordel for eget lag i spillsituasjonene

De yngre må lære seg ramma i forhold til regelverk og fair play:

- Hva er Fair Play?
  - Respekt for dommeren og regelverk
  - Hvordan gjøre dommeren god?
  - Vise respekt for medspillere, motspillere og tilskuere
  - Fair Play hilsen etter kamp

## Laget i angrep:

Når laget vårt har ballen er vi i angrep, hele laget! La ikke noen de i det bakre leddet stå igjen **langt** tilbake på egen banehalvdel. La keeper stå langt ute som bakerste angrepsspiller.

Hvilke utgangsposisjoner har vi?

- K-2-2 eller K-1-2-1

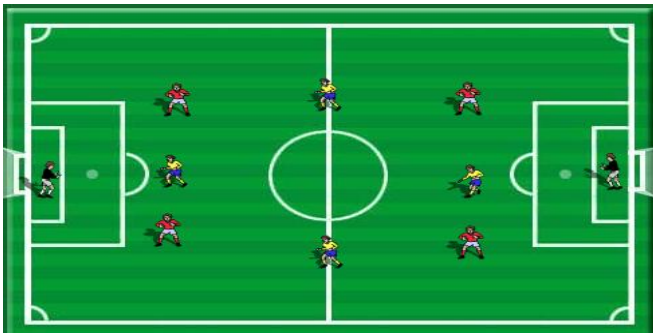


Fig.nr ?: Det røde laget spiller K-2-2 og det gule K-1-2-1

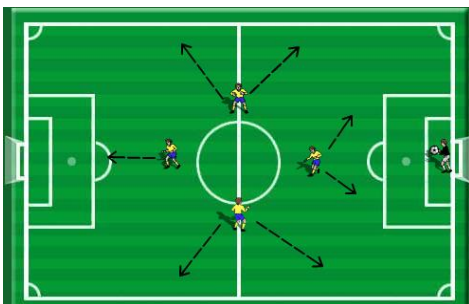
## **Hva har vi øvd på i treningsperioden? Ser vi det igjen i kamp?**

- Hva er temaet for perioden?
- Læringsmomentene i treningsperioden skal prege inngang til kamp og veiledning underveis i kampen

Igangsetting fra keeper

- Hvordan beveger vi andre oss foran keeper? Hvor er det rom?
  - o Brei ut i bredde- og lengderetning i angrep

### ANGREP K+1:2:1



### ANGREP K+ 2:2

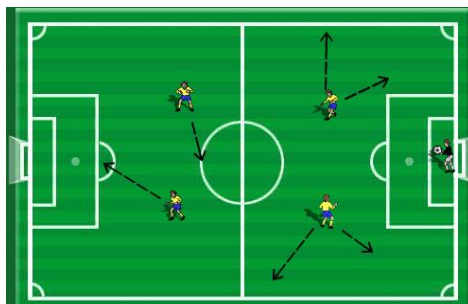


Fig nr?: Her vi ser vi to lag i to forskjellige formasjoner som skaper plass ved å bevege seg i bredde - og lengderetningen for at keeper skal få flere pasningsalternativer. Og så lager vi det vanskelig for motstanderlaget.

- Samtidige og motsatte bevegelser i alle ledd
- Eksempelvis kan den ene angriperen på topp strekke. Den andre kommer fra høy posisjon og møter halv-vendt. Opp – vend eller opp – tilbake – snu eller opp – tilbake.

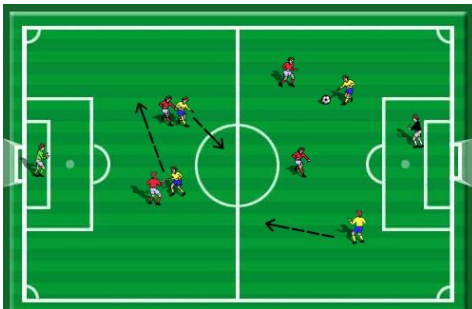


Fig nr?: Her skaper den ene angriperen på topp rom for makkeren sin.

- Når sette i gang kort - når sette i gang langt, hvorfor?
  - Kort/langt utspill med fot eller hånd til:
    - Nærmeste medspiller
    - Medspiller over/gjennom nærmeste pressledd
    - Medspiller på topp
    - Medspiller både rettvendt og feilvendt

I åpent spill:

- Vinkelskaping, se både 1A og motstanders mål
  - Er det plass på ytterside – spill der. Viktig at medspiller er på "krittet" og ser både ballfører og motstanders mål. Det går også an og "å lage plass" på ytterside ved at ballfører utfordrer førsteforsvarer innover – for så å spille på ytterside.

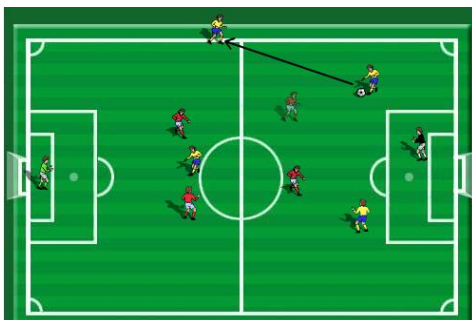


Fig nr?: Ballfører ser at det er plass på yttersiden. Legg merke til posisjon til ny ballfører. Han eller hun ser både medspiller med ball og motstanders mål

- Er det plass på innerside – spill. Det fordrer at midtbanespiller har bred utgangsposisjon og søker innover – halv-vendt. Er det ikke plass kan ballfører utfordre førsteforsvarer utover og spille på innerside.

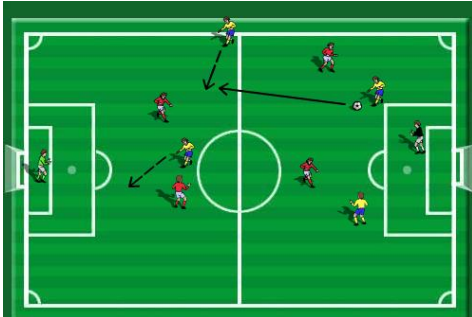


Fig nr?: Ballfører i samspill med 2A skaper gjennombrudd med bevegelse innover og pasning på innsiden av 1F.

- Fra trangt til ledig

- Bruk keeper (han eller hun er den femte utespilleren i angrep) eller spiller bak ballfører (støtte) dersom det er trangt. For deretter å slå pasning til en medspiller et sted på banen der det er større rom og han/hun har bedre tid.

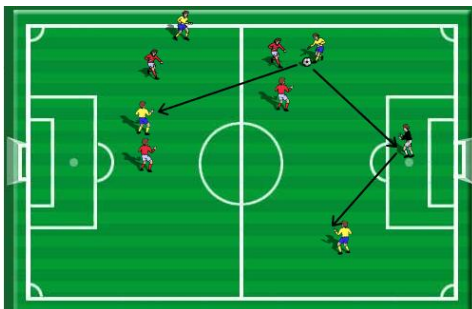


Fig nr?: Det forsvarende laget gjør en god forsvarsjobb. Ballfører bruker keeper i støtte. Keeperen spiller pasning til medspilleren motsatt.

- 1 vs 1

- Når ballfører har plass – sett fart med ballen. Utfordre motstander. Gå eller slå!

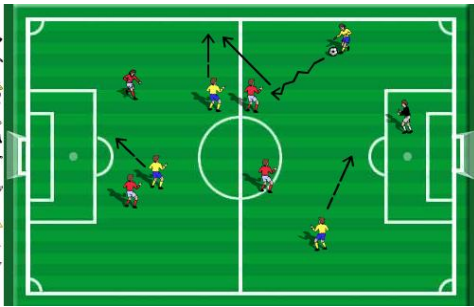


Fig nr?: Her utfordrer ballfører motstander

- Overtallspill

- Dette er noe av det morsomste for oss og vanskelig å demme opp mot for motstanderlaget. Og her har vi et vel av muligheter å trene spesifikt i forenkla spillsituasjoner på treninga:
  - Ballførers vilje til å utfordre – ”dra på seg forsvarsspiller”
    - Passere ELLER SLÅ overalt på banen
    - Vilje til bevegelse forbi ballfører
    - Vilje til bevegelse FORAN ballfører
  - Overlap bakfra
  - Veggspill
  - Og ikke minst – ballerobring i spill er den gyllne mulighet og da skal det ringe en positiv bjelle hos alle:
    - Ballfører spurt, utfordre eller slå
    - Medspiller bak og forbi
    - Er det ikke alternativer foran ballfører, ta vare på ballen og prøv på nytt!

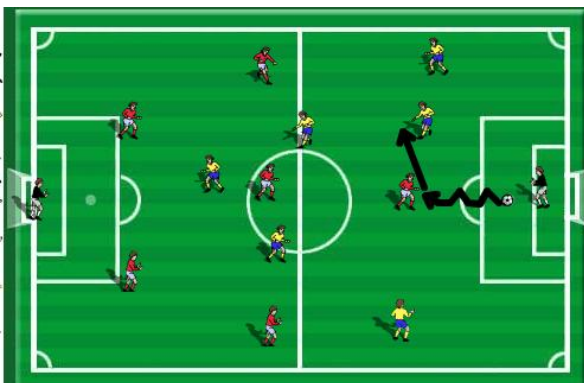


Fig nr.? Her ser vi at keeperen på det gule laget skaper overtall ved å utfordre motstanders spiss og slipper ballen til rett tid.

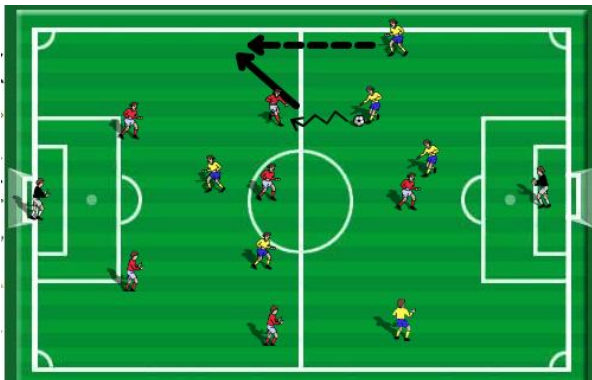


Fig nr.? Vi er i gang med å skape et overtall på kant, gjennom en overlap.

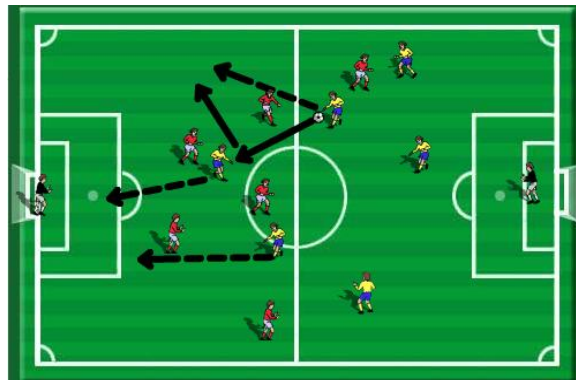


Fig nr.? Her velger laget en annen variant for gjennombrudd, veggspill.

## Laget i forsvar

Når motstanderlaget har ballen er vi i forsvar, hele laget!

Hvor på banen er spillesituasjonen?

- Er motstanders ballfører lavt på egen banehalvdel er dette et signal på:
  - o Press på ballfører
  - o Hele forsvarslaget skal trykke etter

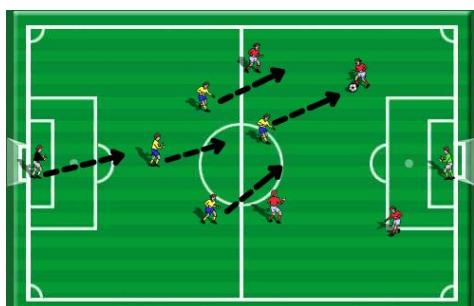


Fig nr?: Ved å presse høyere i banen kan vi få gode ballerobringer nærme motstanderens mål

- Er motstanderens ballfører nærmere vårt mål:
  - o Press på ballfører
  - o Komme flest mulig forsvarsspillere på rett side

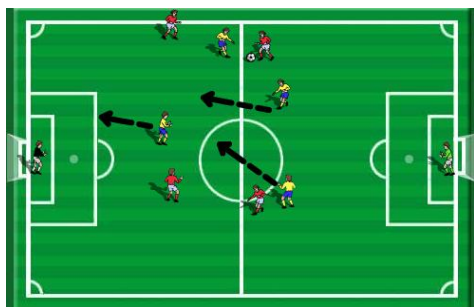


Fig nr?: Her setter vi press på ballfører og får spillerne på plass for å verne om farlige rom

Hvem er førsteforsvarer?

- Den spilleren som er nærmest ballfører

Hvordan utføres førsteforsvarsjobben?

- Presser ballfører med hensikt å vinne ball
  - o Bryte pasning for å sette i gang angrep
  - o Vinne duell/takle motstander for å sette i gang angrep
    - Avpasse intensitet, aggressivitet og avstand til ballfører
- Presser ballfører med hensikt å hindre mål



- Blokkere/Nekte innlegg for deretter og sette i gang angrep