



# DOKUMENTATION



## Göteborgs Fotbollförbund



# INSPIRATIONSKURS KOMBINATIONSSPEL & SAMVERKAN I SISTA 1/3-DELEN

Lisebergshallen

Söndagen den 24 februari 2013

### ARRANGÖR:

Göteborgs Fotbollförbund  
och Fotboll 2000

Fotboll2000

Odonvägen 42, 437 31 Lindome - Tel: 031-992296 - Mobil: 0709-20 99 87 - Pg: 940961-6  
Org.nr: 969616-9029 - [www.fotboll2000.se](http://www.fotboll2000.se) - [kontakt@fotboll2000.se](mailto:kontakt@fotboll2000.se)

# PROGRAM

- 12.30-13.30 Teori – Presentation av kapitlet Kombinationsspel och tankarna bakom att hitta lösningar för att ta sig förbi motståndarnas nedre försvar.
- 13.30-15.30 Praktik - Snabb presentation kring spelsinne (kommunikation, timing, split-vision och spelsinne) samt goda exempel på lösningar för att öppna ytor och ta sig förbi motståndarnas nedre försvar.
- 15.30 Avslutning



**Instruktörer:**

**Ulf Dohn, Fotboll2000**

**Johan Nexborn, Fotboll2000**

## Övningspraktik

# SPELSINNE

### 1. Uppvärmning; Split-vision ring DEMO (Split-vision)

Alla spelare placerar sig i en liten ring (exempel på 18 spelare). Numrera spelarna 1-9 och därefter igen 1-9 så två spelare har nr.1 o.s.v. Dessa spelare skall stå mitt emot varandra.

Vi börjar med 2 bollar i luften. En boll har en av spelarna som har nr.1 och en boll har spelarna som har nr.5. Spelare 1 kastar sin boll till den andre spelare 1 som sedan kastar den bollen ett steg till höger och därefter byter spelare 1 plats med varandra. Samma görs av spelare som har nummer 5. Bollarna har nu nya ägare som gör samma sak.

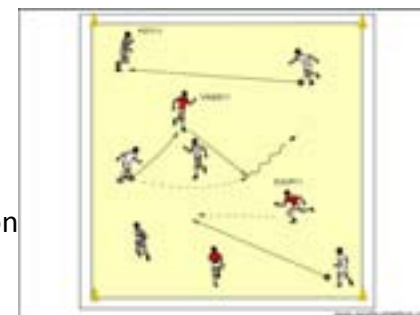
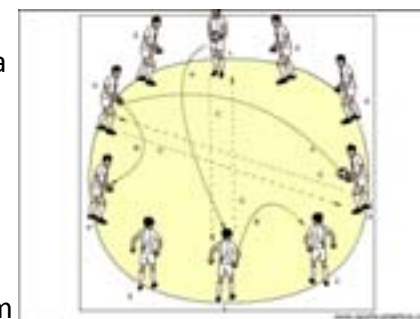
Lägg till ytterligare en boll och därefter en boll efter marken.

### 2. Kommunikationsytan; DEMO (Kommunikation)

Lägg upp en ganska liten yta (ca 20x15m för 18 spelare) en tredjedel av alla spelare har boll. De andra skall agera medspelare.

- Första perioden be spelarna att passa varandra inom ytan helt utan någon slags kommunikation varken muntlig eller kroppslig.
- Andra perioden får spelarna använda sig av kroppslig kommunikation
- Tredje perioden skall spelarna använda sig av all kommunikation de kan d.v.s. kroppslig och muntlig.

Som variant kan man dela gruppen i fyra delar; där en fjärdedel har boll och en fjärdedel är "teaterförsvarare" och de sista två fjärdedelarna är medspelare. Detta innebär att man behöver kommunicera och hjälpa varandra än mer.





### 3. Riktningkoefficienten; DEMO (timing)

- **Djupledspass** - Lägga ut 2 konor på rad med ca 10-15m emellan precis framför straffområdet. Dessa konor representerar försvarare. Bollhållare placerar sig på kanten och dennes medspelare placerar sig centralt. En försvarare placerar sig vid konan närmast kanten. Bollhållare startar med att slå en passning till medspelaren centralt som snabbt spelar tillbaks bollen för att därefter ta en löpning i djupled till vänster om den mest centrala konan och tänker på att inte springa offside. Försvararen är en s.k. "Teaterförsvarare" och agerar endast på ca 50 % detta innebär att man inte skall ta bollen. Försvararen börjar nu att pressa bollhållaren som skall slå en diagonal djupledspassning till höger om den centrala konan så att medspelaren kan gå på ett avslut bakom den tänkta backlinjen. Här gäller det alltså att känna av hur snabbt medspelaren springer, ta ut vilken riktning passningen skall slås och i vilken fart samtidigt som man blir lite pressad av försvararen.



3

- **Instick** - Samma yta som övningen innan. Bollhållare vid kant startar som innan med en passning till medspelare som ligger centralt. Medspelaren spelar snabbt tillbaks och börjar ta ut en löpning i djupled detta samtidigt som bollhållaren utmanar försvararen som står i backlinjen. Försvararen agerar till 50 % och bollhållare skall nu sätta ett instick mellan försvararen och den centrala konan till djupledslöpande medspelare som tänker på offsidan.



3



# KOMBINATIONER I SISTA 1/3-DELEN

### 4. Passningsspel i kvintett; DEMO (Kombinationsspel)

- Lägga ut fyra konor enligt bilderna nedan, ytan bör vara minst 20m lång. Bollhållare startar övningen genom att passa bollen till spelaren till vänster i ytan därefter utförs olika varianter:
  - **4.1; Överlämningen** - Spelare B tar emot bollen sidvänd samtidigt som spelare C tar en löpning emot spelare B och tar med sig bollen och spelar över på andra sidan och springer efter bollen. Spelare A löper in till den tomma konan.
  - **4.2; Överhoppet** - Spelare B tar emot bollen sidvänd samtidigt som spelare C tar en löpning emot spelare B och låtsas att ta med sig bollen men istället hoppar över den. Spelare B tar med bollen centralt och gör ett instick till spelare C som springer i djupled. Spelare C gör sedan en passning till spelare D och springer efter bollen. Spelare A löper in till den tomma konan.
  - **4.3; Tunnelsläppet** - Spelare C tar en löpning snett tillbaks mot bollhållare och hamnar i linje med spelare B. Spelare A spelar bollen mot spelare C som släpper bollen mellan benen till spelare B som gör ett tillbakaspel mot spelare C som spelar över bollen till spelare D på andra sidan och springer efter bollen. Spelare A springer in och tar den tomma konan.



4.1



4.2



4.3

## 5. Kombinationer i trio mot mål; TEST

- En yta som är ca en planhalva. Ställ upp två s.k. "teaterförvarare" ca 10m utanför straffområdet. Därefter blir det grupper om tre spelare (två forwards och en innermittfältare). Innermittfältaren är bollhållare och startar anslaget genom en passning emot vänster därefter följande varianter:
  - **5.1; Överlämning:** Spelare C löper emot spelare B. Spelare C tar med bollen framåt i plan och kan avsluta själv eller spela på spelare A i djupled
  - **5.2; Överhoppet:** Spelare C löper emot spelare B. Spelare C låtsas att ta med bollen men hoppar över bollen. Spelare B slår en djupledspassning mellan "teaterförvararna" till spelare A som tagit en djupledslöpning. Spelare A tar med bollen in i straffområdet och avslutar. Alla tre spelare går på ev. retur.
  - **5.3; Tunnelsläppet:** Spelare C tar en löpning diagonalt mot spelare B. Passningen från spelare A går emot spelare C som släpper bollen mellan benen (maskerat) till spelare B. Spelare B passar tillbaka till spelare C som slår en diagonal djupledspassning till spelare A som tagit en djupledslöpning. Spelare A tar med sig bollen in i straffområdet och avslutar. Alla tre spelare går på ev. retur.
  - **Fri variant av ovanstående:**



5.1



5.2



5.3

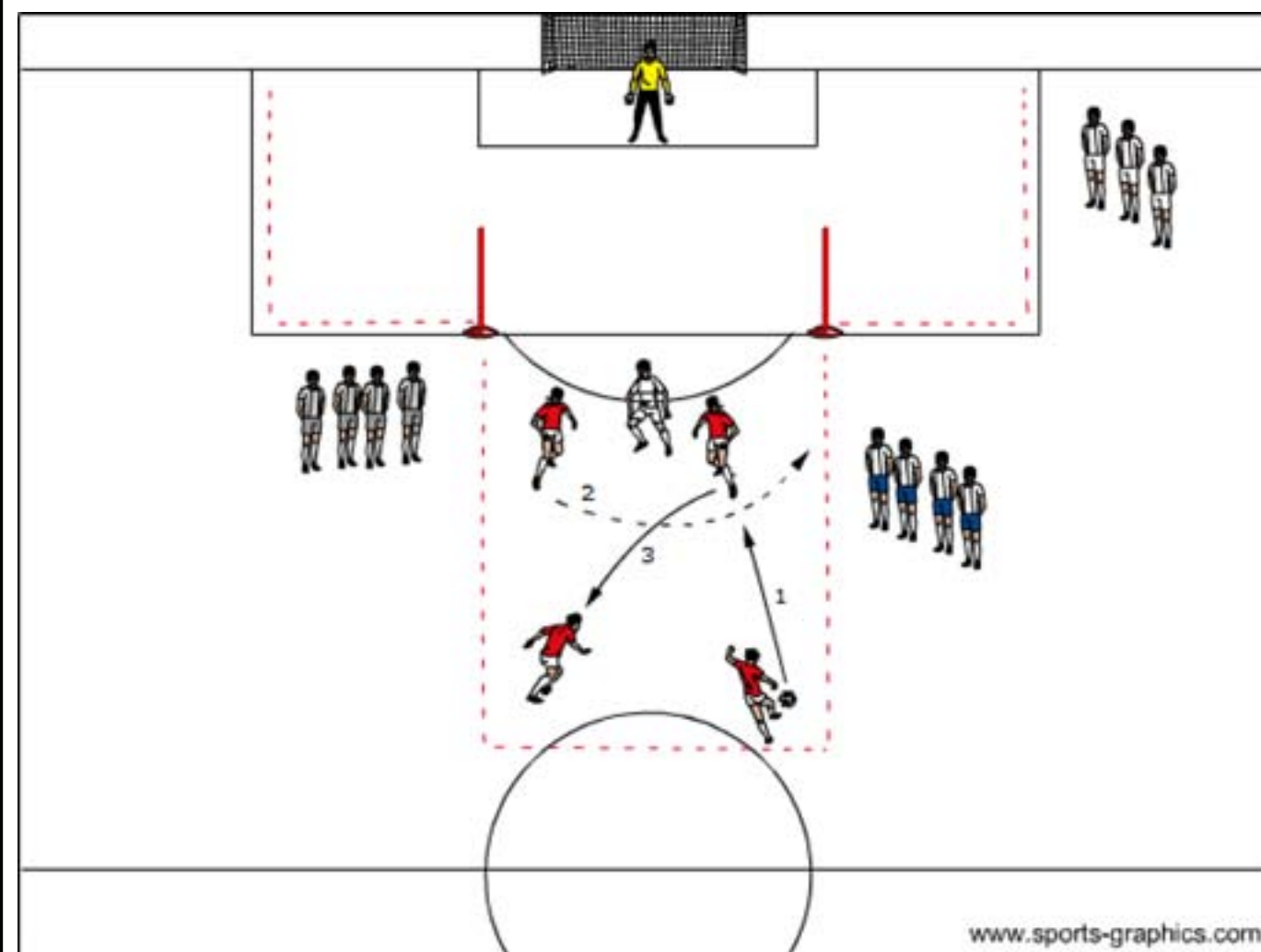
## 6. Nivåspel Centralt; PLAY

- Lagg ut en yta enligt bilden nedan. Lagen delas upp i 4 spelare á 3 lag(eller fler lag). Ett lag agerar försvarare och två (eller fler lag) agerar anfallare under given tid.

Lag röd startar sitt anfall genom givet mönster därefter är det fritt spel för att komma till avslut och göra mål. Efter att deras anfall är över så startar lag helvit sitt anfall och därmed kör dessa två varannat anfall mot lag vit/blå som försvarare.

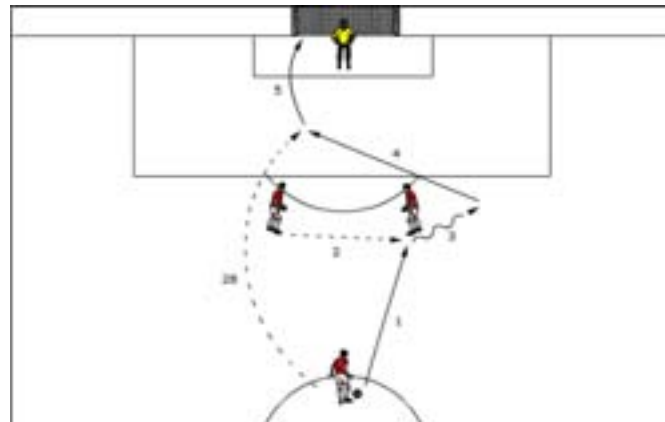
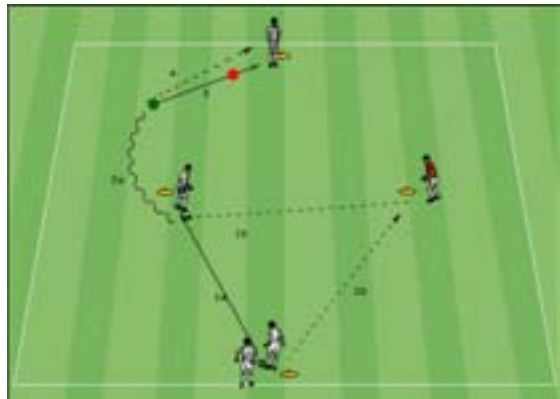
Lag vit/blå startar att försvara med endast 1 försvarare och detta gör de tills de anfallande lagen gemensamt gjort 3 mål. Därefter får försvarande lag ta in ytterligare försvarare så att man försvarar med 2 försvarare efter återigen 3 mål kommer ytterligare en försvarare in och man är då 3 försvarare o.s.v.

Anfallande lag samlar antal gjorda mål och efter att perioden är slut så är det nästa lags period att försvara. Dessa perioder kan upprepas så många gånger man önskar. Offside räknas endast innanför straffområdet.





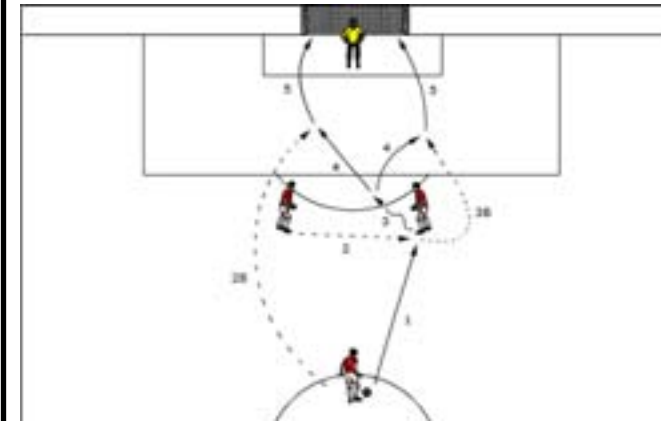
Fotboll 2000  
MALLAR



Fotboll2000

Odonvägen 42, 437 31 Lindome - Tel: 031-992296 - Mobil: 0709-20 99 87 - Pg: 940961-6  
Org.nr: 969616-9029 - www.fotboll2000.se - kontakt@fotboll2000.se

Fotboll 2000  
MALLAR



Fotboll2000

Odonvägen 42, 437 31 Lindome - Tel: 031-992296 - Mobil: 0709-20 99 87 - Pg: 940961-6  
Org.nr: 969616-9029 - www.fotboll2000.se - kontakt@fotboll2000.se

inspiration kreativitet vägledning

# Fotboll 2000

## SÅ HÄR NÄR NI OSS:



E-post: [johan@fotboll2000.se](mailto:johan@fotboll2000.se)

Hemsida: [www.fotboll2000.se](http://www.fotboll2000.se)

Telefon: 0709-20 99 87

### GILLA OSS



Fotboll2000