

# Taktiska koncept

## Rätt sida boll

"Rätt sida boll" betyder att vi försöker ha så många spelare som möjligt mellan bollen och vårt eget mål. Ju fler vi är där, desto svårare blir det för motståndaren att komma till avslut. Det handlar inte om att springa direkt på bollhållaren, utan om att först säkra målet, sen pressa bollen på rätt sätt. Det gör att vi tvingar motståndaren att ta omvägar, spela bakåt eller ta svåra avslut. Och vi hinner hjälpa varandra om någon blir passerad.

Det är som att vi bygger en mur tillsammans - men en mur som rör sig. Den flyttar sig dit bollen är, och alla i laget är med och bygger den. Då blir vi kompakta, trygga och svåra att bryta ner.

Men! Det betyder inte att vi ska stå stilla i en rak linje. Vi behöver läsa spelet, prata med varandra och anpassa vår position. Ibland betyder rätt sida att vi måste släppa vår "plats" för att hinna i vägen. Det viktigaste är inte att stå rätt - utan att stå i vägen.

## Hur gör vi?

När vi tappar bollen gäller det för backar och mittfältare att snabbt komma på rätt sida om bollen. Mellan bollen och vårt eget mål. Närmsta spelare pressar, resten säkrar bakom. På så sätt hjälper vi varandra att vinna tillbaka bollen. Vi behöver inte ta bollen direkt varje gång. Ibland räcker det att bromsa upp anfallet, tvinga dem att vända om eller spela tillbaka. Då har vi gjort vårt jobb. När tillfället är rätt, kan vi pressa tillsammans och ta tillbaka den.

## Försvarsprincipen i korthet:

- Vi ställer oss mellan bollen och vårt mål
- Vi styr spelet bort från mål, ut mot kanten
- Vi håller ihop laget, så vi inte blir utspridda

## Några uttryck att lära sig:

- "Kom rätt sida!"
- "Skydda mitten!"
- "Styr utåt!"

---

## Säkert alternativ

Ett säkert alternativ är en lagkamrat som erbjuder sig bakom bollhållaren på ett sätt som gör att det går att spela hem bollen om det behövs. När det blir trångt, stressigt eller svårt framåt, ska bollhållaren veta att hon alltid har någon att spela tillbaka till som erbjuder en enkel passningsväg, står rättvänd och har yta och tid. Det skapar lugn i spelet. Och det är först när vi känner oss trygga, som vi vågar vara modiga.

Det är inte bollhållarens ansvar att lösa allt. Det är vi andra som måste hjälpa till.

## Hur gör vi?

Vi hittar det säkra alternativet på olika platser beroende på situation:

- Målvakten hjälper backarna
- Backen hjälper yttern
- Centern hjälper forwarden
- Om någon kliver fram, kliver någon annan tillbaka

Det handlar inte om fasta positioner, utan om att tänka på helheten. Om en spelare dribblar – då behöver någon annan bli tryggheten bakom.

Det säkra alternativet har också ett ansvar om vi tappar bollen. Ofta är det just den spelaren som står bäst till för att direkt försöka återvinna bollen: rättvänd, nära bollen, med koll på spelet.

## Hur tränar vi detta?

Vi börjar med att ställa frågor, både på träning och match:

- "Vem är ditt säkra alternativ just nu?"
- "Är du ett säkert alternativ för någon just nu?"
- "Vad gör du om bollhållaren tappar bollen?"

Det säkra alternativet är inte feigt – det är smart. Det är grunden som gör att vi kan våga. Det är vårt ankare i spelet. Och när alla i laget tar det ansvaret, då börjar vi spela som ett lag på riktigt.

---

# Passeringsposition

## Vad är det?

En spelare befinner sig i passeringsposition när hon befinner sig:

- Snett framför bollhållaren
- Rättvänd eller halvt rättvänd mot mål
- Bredvid den motståndare vi vill passera

Då kan bollhållaren spela förbi sin motståndare med en enkel passning. Enklast åstadkoms detta genom att passeringsspelaren löper bredvid bollhållaren ett par meter framför.

## Hur vi använder den i spelet

- Det ska alltid finnas minst en passeringsspelare till bollhållaren.
- Om motståndaren kliver på bollhållaren → passa till passeringsspelaren.
- Om motståndaren täcker passningsvägen → bollhållaren driver själv framåt.
- Bollhållaren kan också låtsas passa → lura motståndaren och själv ta sig förbi.
- Om bollhållaren på det sättet lyckas passera motståndaren söker sig passeringsspelaren framåt i planen till nästa passeringsposition.

## Vad säger vi?

1. **Erbjuda sig i passeringsposition:** När en spelare gör sig spelbar snett framför bollhållaren, rättvänd och i höjd med en motståndare. Standardrörelsen som alltid måste finnas.
2. **Falla ut i passeringsposition:** När en spelare förflyttar sig i sidled bort ifrån sin motståndare för att skapa vinkel och öppna passningsvägen förbi en motståndare. Exempel: en mittfältare som glider ut mot kanten i speluppbyggnaden.
3. **Falla ner i passeringsposition:** När en spelare droppar nedåt i planen, möter bollhållaren i höjd med en motståndare, för att bli spelbar. Exempel: en forward som möter boll framför mittfältet eller en yttermittfältare som sjunker ned snett framför mittbacken vid utspel.
4. **Gå upp i passeringsposition:** När en spelare rör sig högre upp i planen, förbi bollhållaren, för att bli spelbar i ytan vid sidan av en back. Exempel: en innermittfältare som går upp och erbjuder sig i passeringsposition bredvid en mittback.

---

## Diamanten och spanarna

Denna artikel syftar till att förklara ett anfallskoncept jag valt att kalla "Diamanten och spanarna". Tanken är att ge spelarna en enkel och tydlig bild av hur vi vill anfalla som lag i formationen 2-3-1. Modellen förklarar roller och samarbete i anfallsspelet och hjälper spelarna att förstå att anfall är ett lagarbete, inte en serie individuella prestationer. Den uppmuntrar till lugn, trygghet och samarbete i anfallsspelet.

Modellen får dock inte bli ett facit eller en stel mall. Den ska vara ett stöd för att förstå spelet, men får aldrig användas för att hämma spelarnas kreativitet, initiativ eller lekfullhet. Vi vill inte att spelarna ska känna att de alltid måste spela på ett visst sätt eller vara rädda för att göra fel. Ibland är det rätt att dribbla, testa något oväntat eller fatta ett snabbt beslut själv. Det är också en viktig del av att lära sig spela fotboll.

### Diamanten

Diamanten består av fyra spelare:

- Målvakt
- Höger och vänster mittback
- Central mittfältare

Diamanten är vår spelmotor, vårt trygga ankare. De bygger upp spelet bakifrån med passningar, trygghet och tålmod. Diamanten spelar "apan i mitten" mot motståndarna för att behålla bollen och dra isär motståndarlaget. De spelar runt, tittar upp, letar efter möjligheter att passa bollen framåt till spanare med yta framför sig. Då tar vi den ytan och flyttar upp hela laget.

Att spela bollen bakåt till Diamanten är inte ett misslyckande. Det är en smart lösning för att börja om, skapa ny yta och behålla kontrollen över spelet. Vi spelar inte framåt bara för att vi kan, utan när det är rätt läge. Genom att våga spela hemåt när det blir trångt, visar vi mognad och spelintelligens – och vi ökar chansen att anfallet leder till mål.

## Spanarna

Spanarna består av tre spelare:

- Höger och vänster ytter
- Forwarden

Spanarna är våra ytsökare, våra kreativa spjutspetsar. Deras jobb är att röra sig utan boll, söka ytor på kanterna och framför mål och visa sig för diamanten. När en spanare visar sig i en yta och signalerar att hon vill ha en passning, går passningen dit. Spanaren ska då ta ytan och hota mål. Men om det blir trångt, ytan försvinner och det blir svårt att hitta ett avslut, ska bollen snabbt tillbaka till Diamanten igen och sekvensen börjar om. Diamanten spelar runt, håller i bollen medan spanarna letar efter nästa yta.

## Anfallsprincipen i korthet

1. Diamanten håller i bollen och flyttar upp spelet.
2. Spanarna söker under tiden ytor och visar sig.
3. När en spanare hittat en bra yta spelar vi bollen dit och tar ytan.
4. Om det blir trångt, spelar vi tillbaka till Diamanten igen.
5. Varje gång vi lyckas med detta, flyttar hela laget framåt.

## Nyckelbegrepp

- "Börja om från Diamanten."
- "Det är smart att spela hemåt."
- "Spanare, rör er och hitta en yta!"
- "Håll i bollen, vänta på ytan."