ÖIS F2012

Teori 9 vs 9

Information Classification: Internal

9 vs 9 – hur spelar man?

- **Storlek planyta:** 65-72 x 50-55 m.
13 år: 65 x 50 m. 14 år: 72 x 55 m.
- **Straffområde:** 24 x 9 m
- **Storlek mål:** Max 5-7,32 x 2-2,44 m
6 x 2,2 m. Om det inte finns används 5 x 2 m för 13 år och 7,32 x 2,44 för 14 år.
- **Storlek boll:** 13 år: 4. 14 år: 5.
- **Speltid:** 3 x 25 minuter.
Lika speltid för alla
- **Antal spelare:** Åtta utespelare och en målvakt per lag
Fyra avbytare per lag.
- **Byten:** Fria byten
Byten i pauserna.

Information Classification: Internal

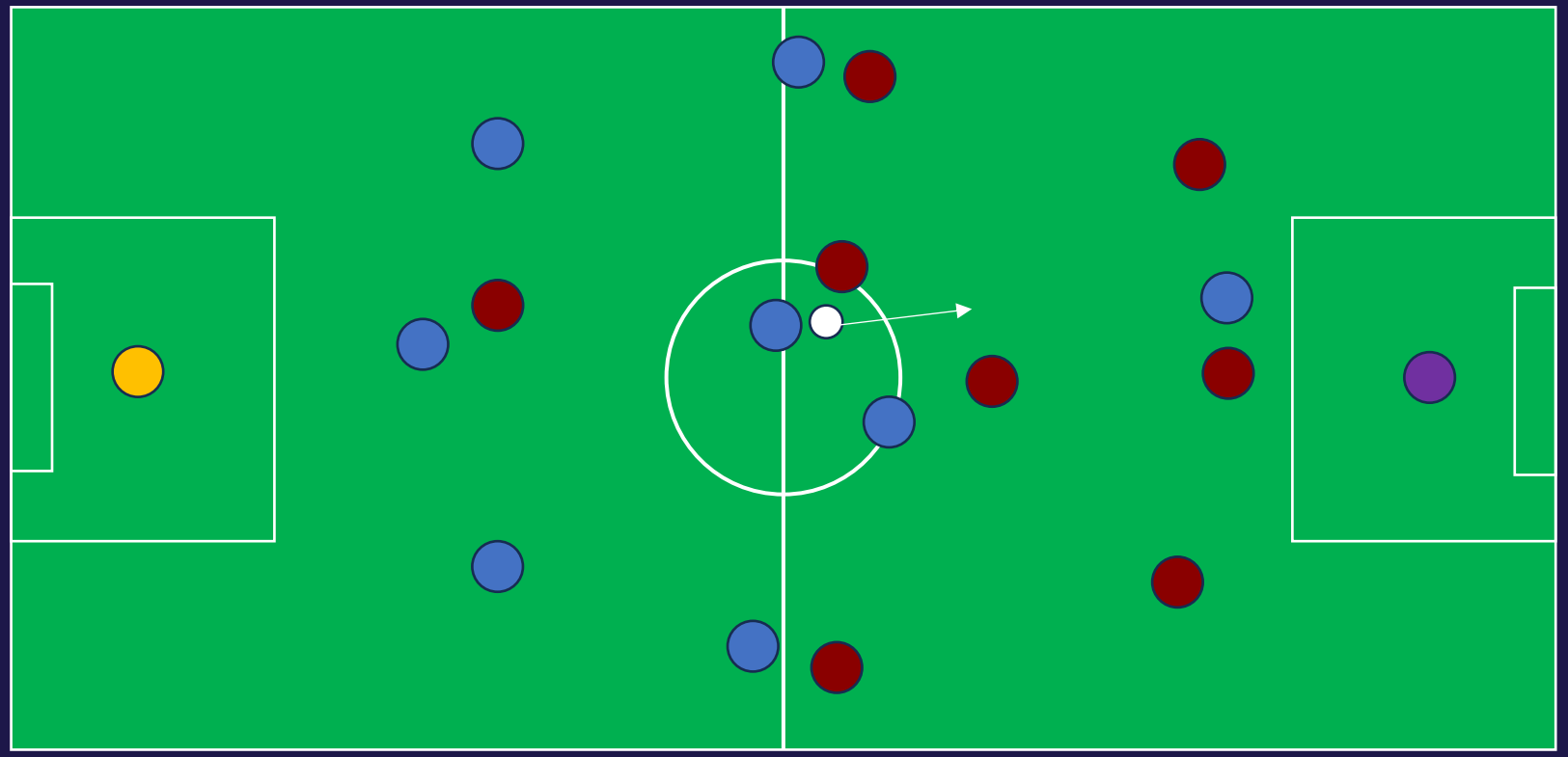
9 vs 9 – nya regler

- **Offside**: Spelare som befinner sig närmare motståndarnas mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren när bollen spelas befinner sig i offside position. Detta gäller endast spelare på offensiv planhalva som är aktiva i spelet.
- **Inspark**: Bollen måste ligga stilla på valfri plats i straffområdet. Bollen är i spel när den sparkats och tydligt rört sig. Motståndarna måste befinna sig minst 9 m från bollen.
- **Avstånd straffspark 9 m:** Om rekommenderad målstorlek inte finns slås straff från:
7 m vid målstorlek 5 x 2 m (13 år)
11 m vid målstorlek 7,32 x 2,44 m (14 år)

Information Classification: Internal

Offside- så fungerar det

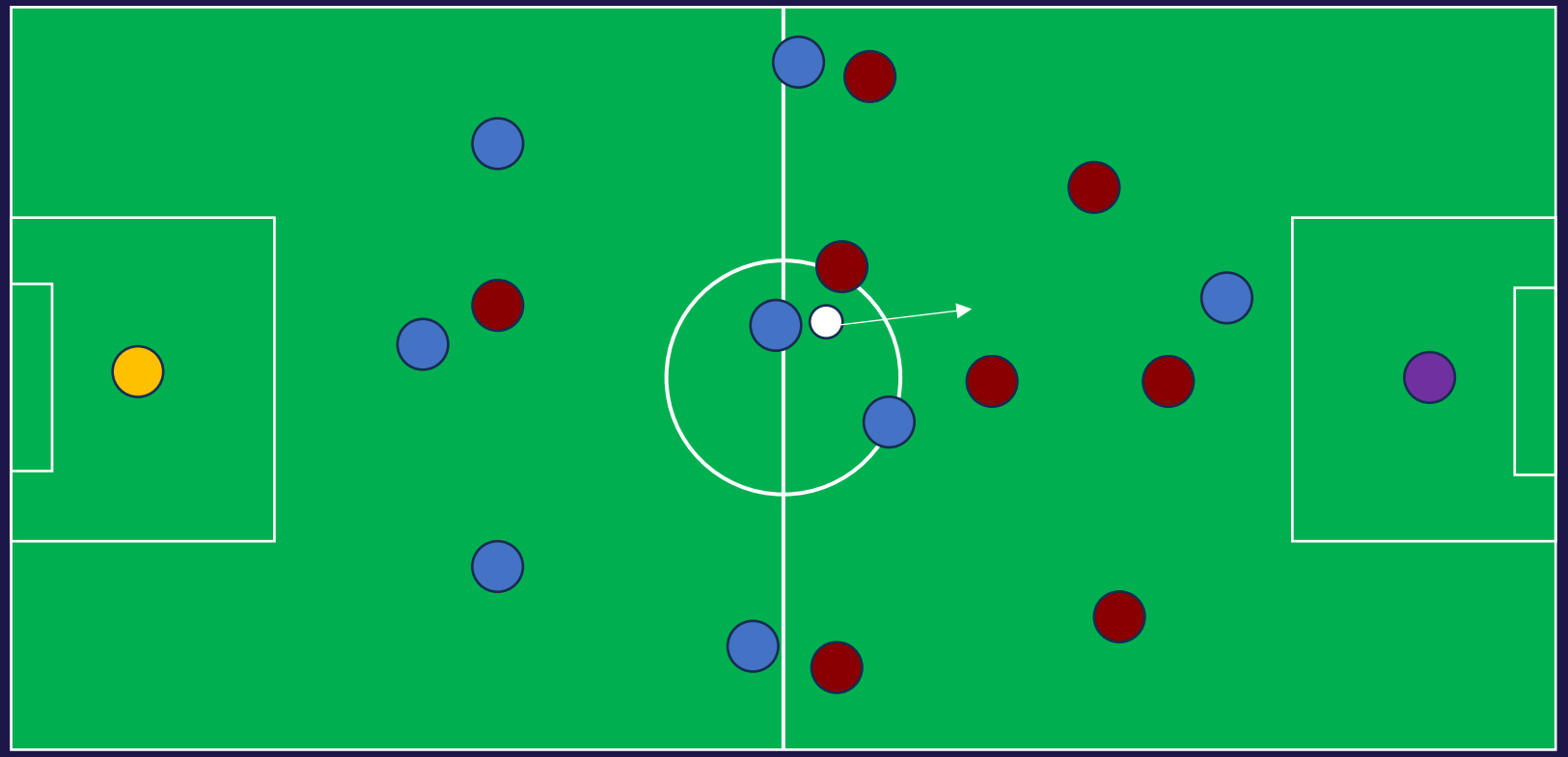
•**Offside**: Spelare som befinner sig närmare motståndarnas mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren när bollen spelas befinner sig i offside position. Detta gäller endast spelare på offensiv planhalva som är aktiva i spelet.



Information Classification: Internal

Offside- så fungerar det

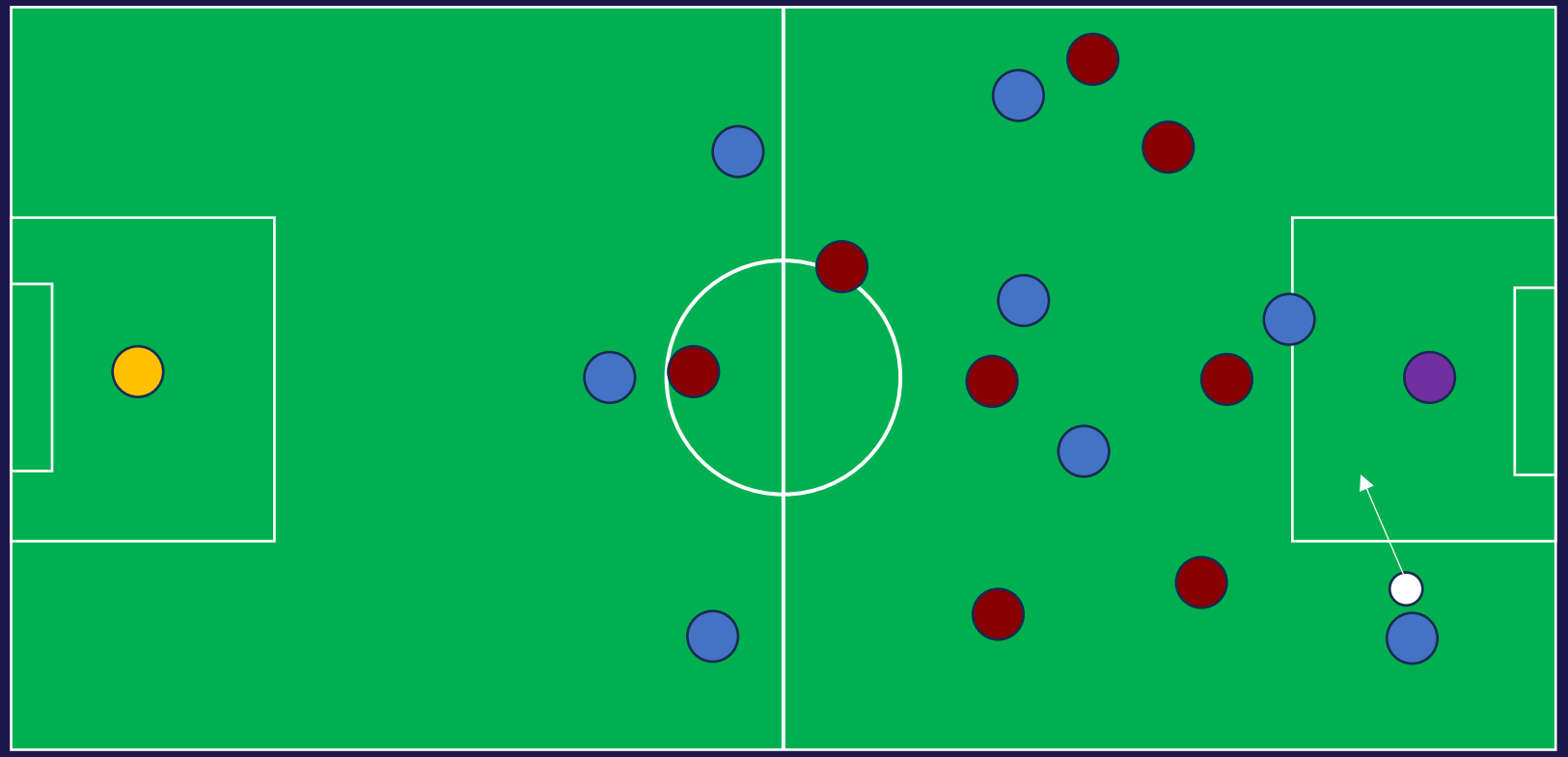
•**Offside**: Spelare som befinner sig närmare motståndarnas mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren när bollen spelas befinner sig i offside position. Detta gäller endast spelare på offensiv planhalva som är aktiva i spelet.



Information Classification: Internal

Offside- så fungerar det

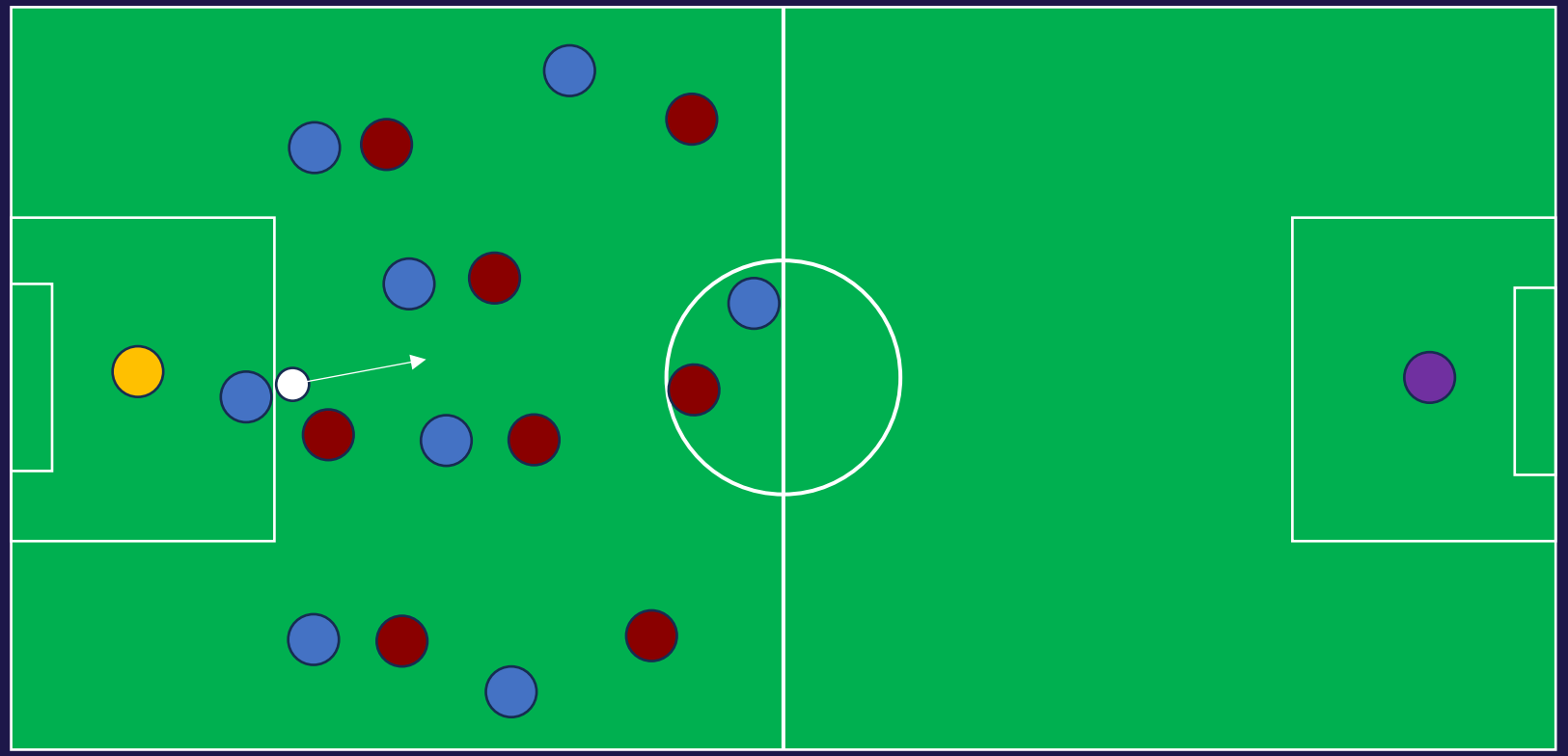
•**Offside**: Spelare som befinner sig närmare motståndarnas mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren när bollen spelas befinner sig i offside position. Detta gäller endast spelare på offensiv planhalva som är aktiva i spelet.



Information Classification: Internal

Offside- så fungerar det

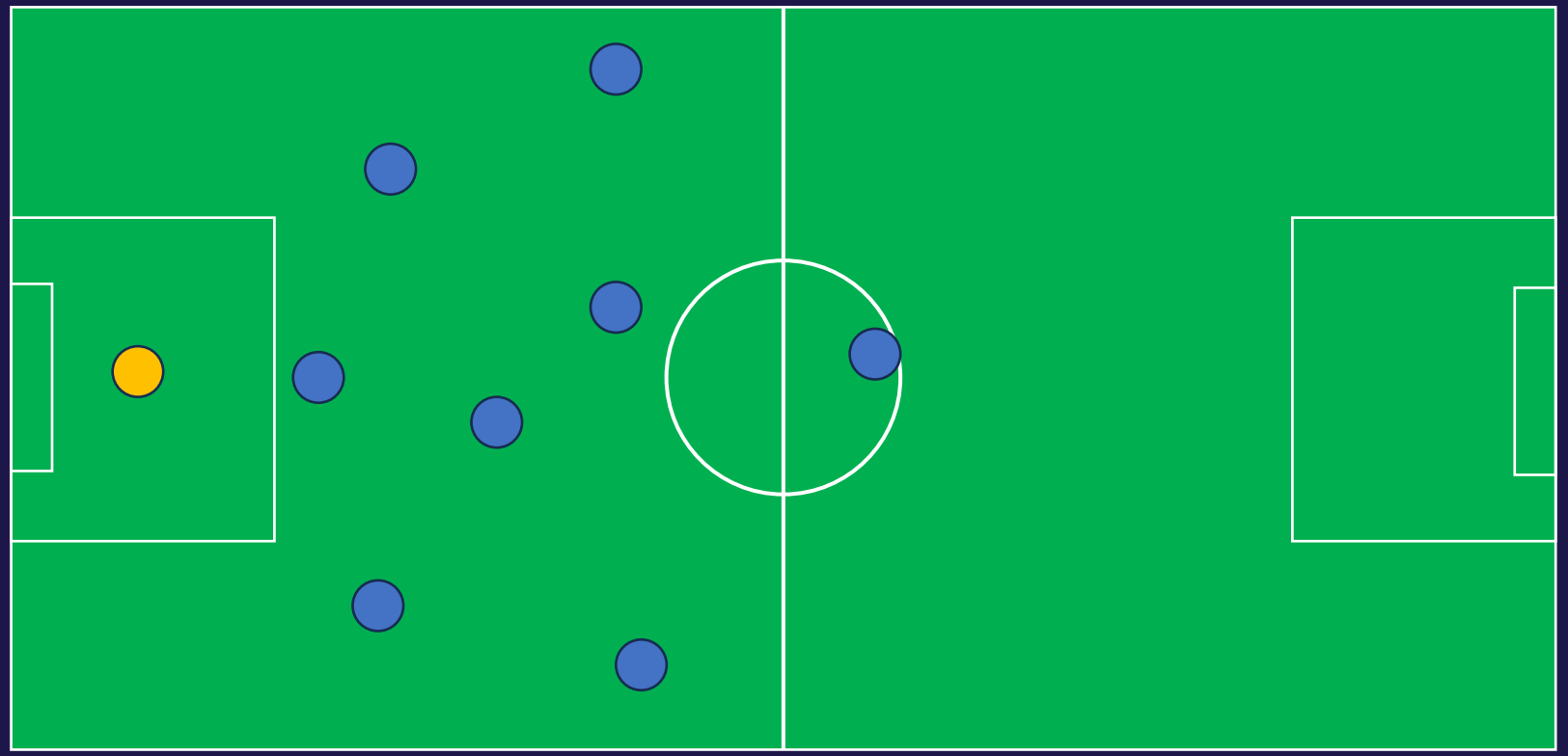
•**Offside**: Spelare som befinner sig närmare motståndarnas mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren när bollen spelas befinner sig i offside position. Detta gäller endast spelare på offensiv planhalva som är aktiva i spelet.



Information Classification: Internal

Grundpositioner

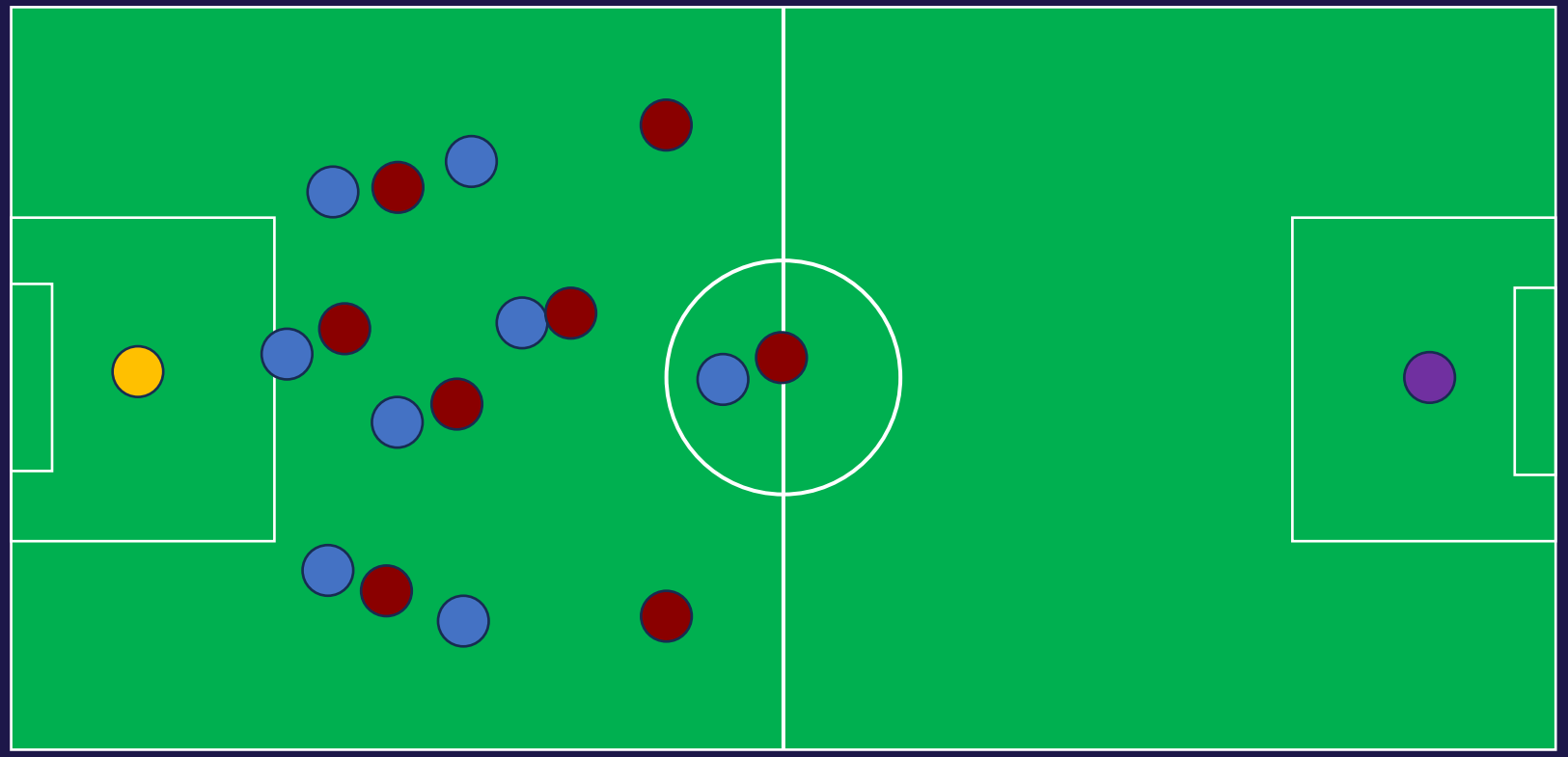
- 3-4-1
- 1 mittback, 2 ytterbackar
- 1 defensiv mittmitt, en offensiv mittmitt
- 2 yttermittfältare
- 1 forward



Information Classification: Internal

Försvar

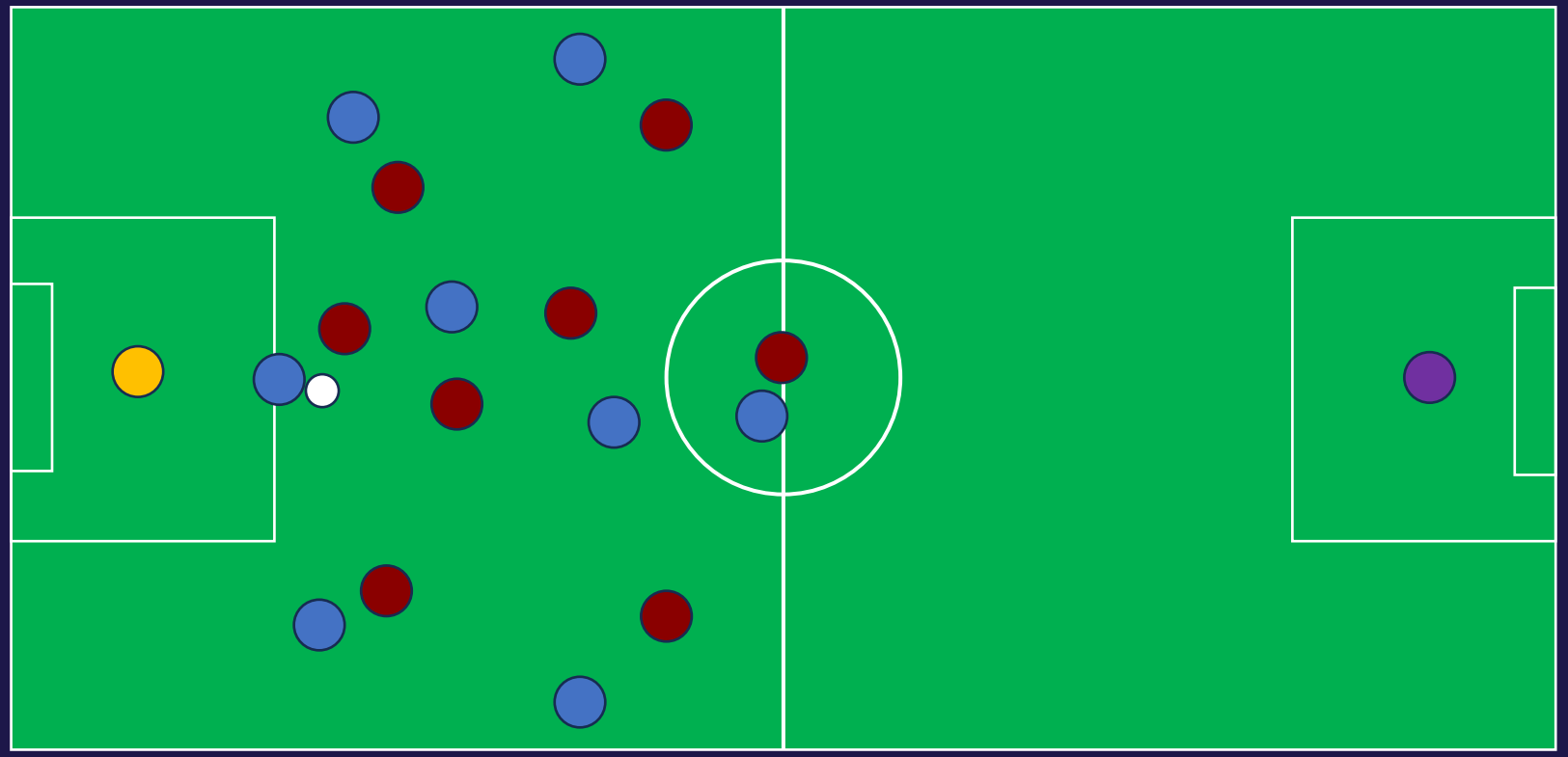
- 1 mittback, 2 ytterbackar – tighta till mot mitten
- 1 defensiv mittmitt, en offensiv mittmitt – försvarssida
- 2 yttermittfältare - försvarssida
- 1 forward – försvarssida
- Alla – markering och press på bollhållare



Information Classification: Internal

Bollvinst - omställning

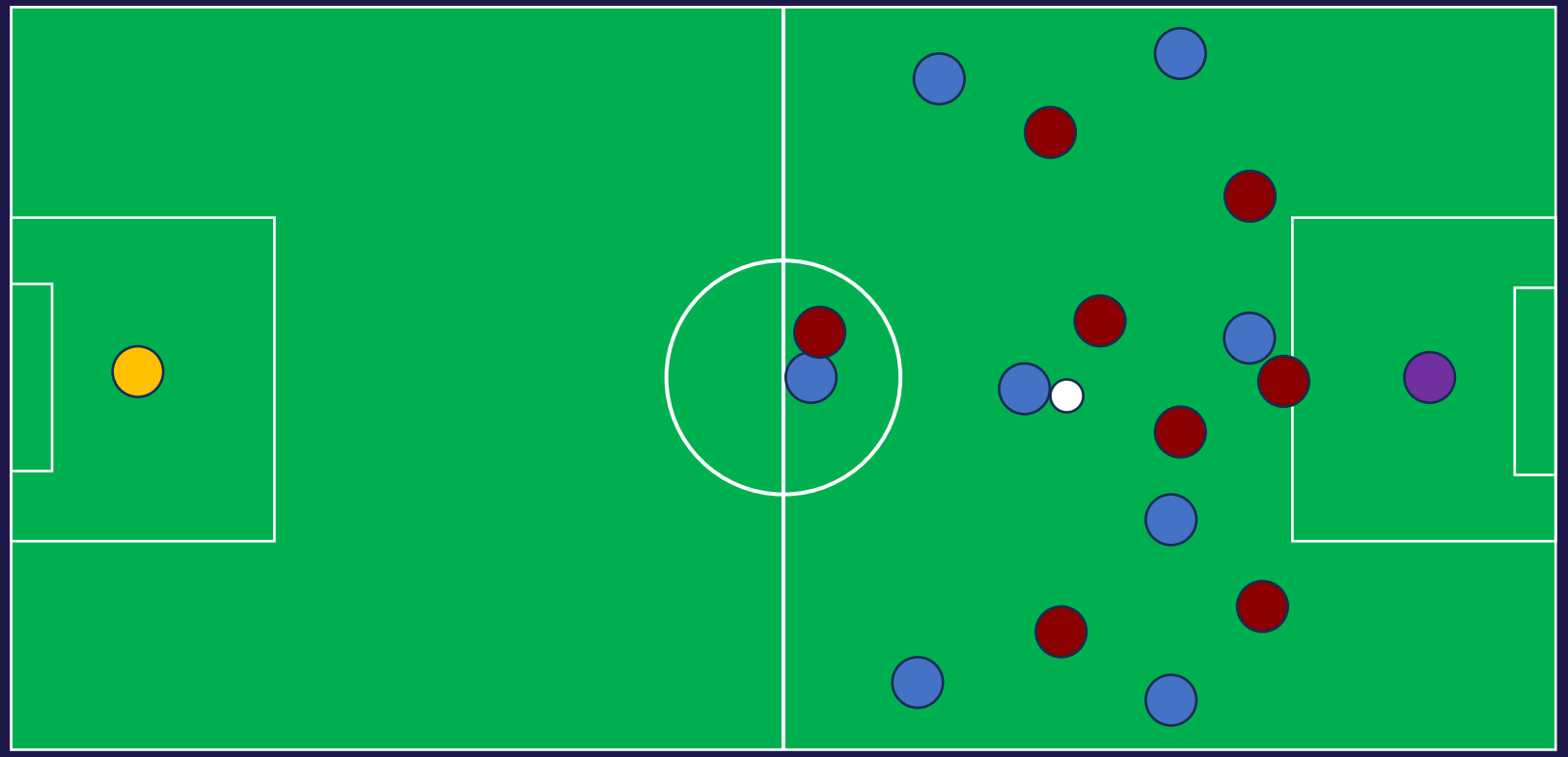
- 1 mittback, 2 ytterbackar – blomma ut, spelbara
- 1 defensiv mittmitt, en offensiv mittmitt – spelavstånd
- 2 yttermittfältare – bredda!
- 1 forward – spelbar
- Alla – fart och rörelse



Information Classification: Internal

Anfall

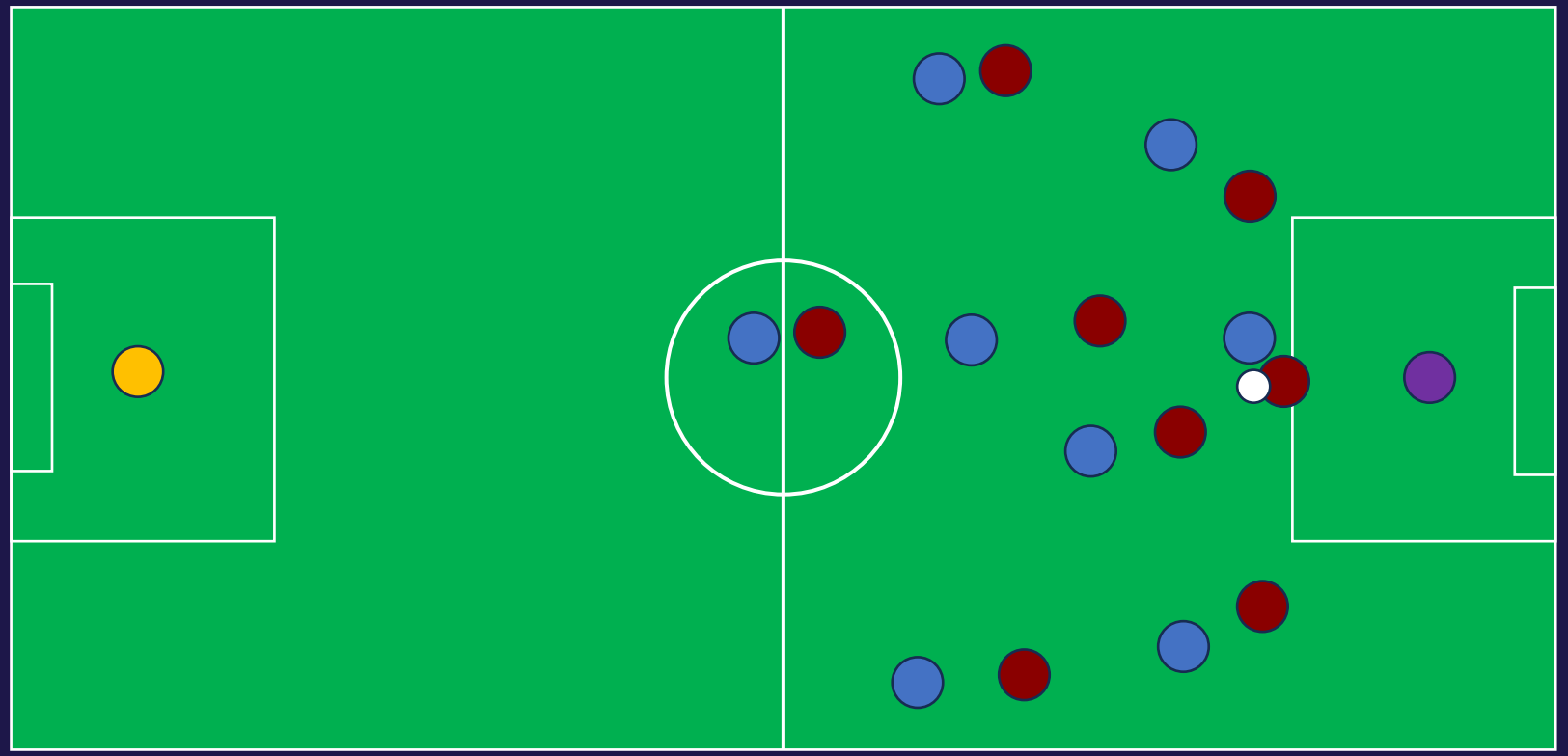
- 1 mittback, 2 ytterbackar – tryck upp, spelavstånd och spelbara
- 1 defensiv mittmitt, en offensiv mittmitt – spelavstånd och rörelse
- 2 yttermittfältare – spelbredd och rörelse
- 1 forward – rörelse
- Alla – fart och rörelse



Information Classification: Internal

Bolltapp - omställning

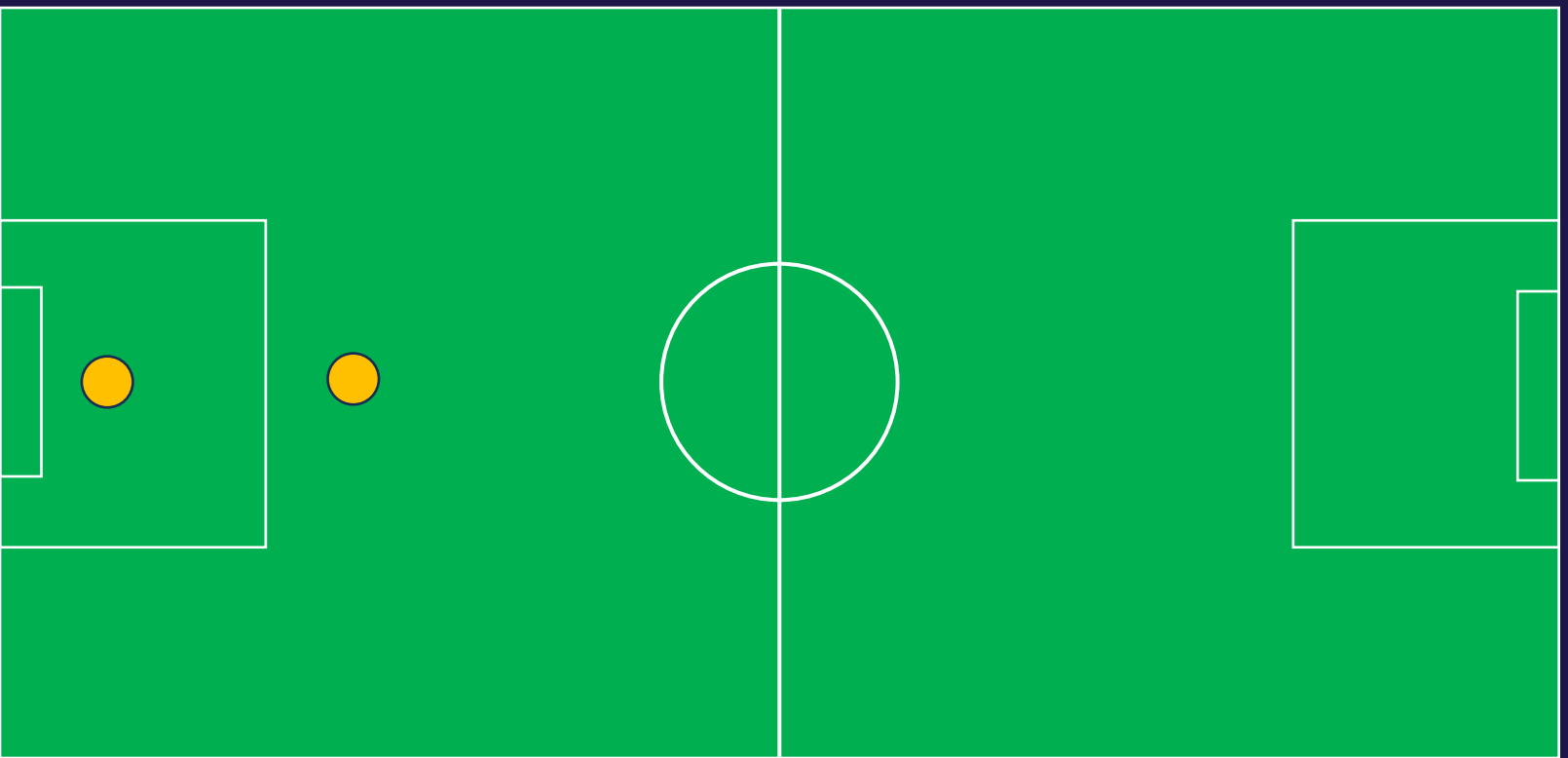
- 1 mittback, 2 ytterbackar – försvarssida och markering
- 1 defensiv mittmitt, en offensiv mittmitt – försvarssida och markering
- 2 yttermittfältare – markering och press
- 1 forward – press
- Alla – fart och rörelse



Information Classification: Internal

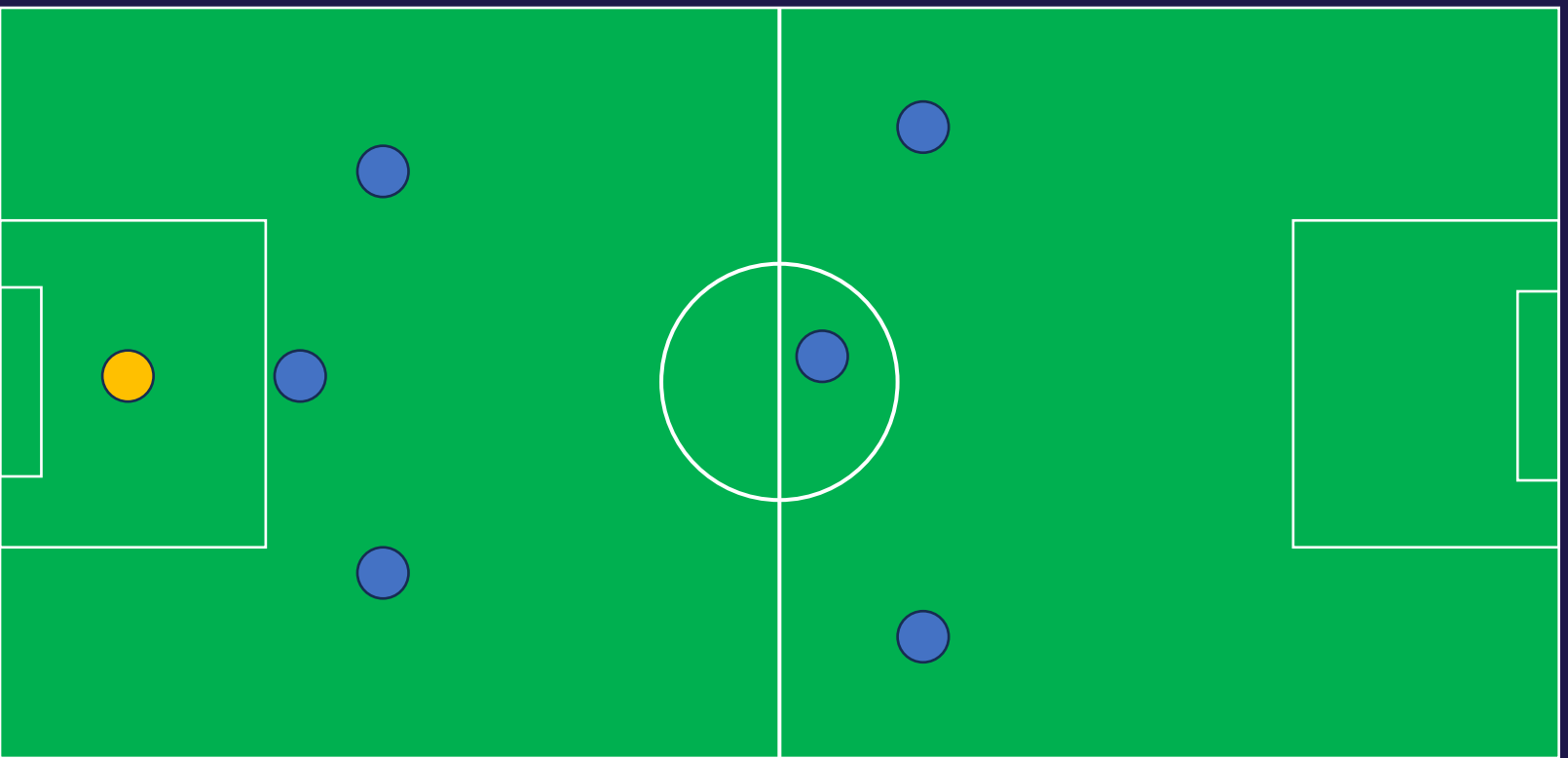
Positionerna - målvakt

Målvakten ska ha stor delaktighet i spelet. I försvarsspelet är målvakten med och dirigerar sina utespelare och i anfallsspelet så deltar denne aktivt i spelet med fötterna genom en utgångsposition ganska långt ut och som en spelbar back. Det är effektivt att använda målvakten vid tillbakaspel och spelvändningar.



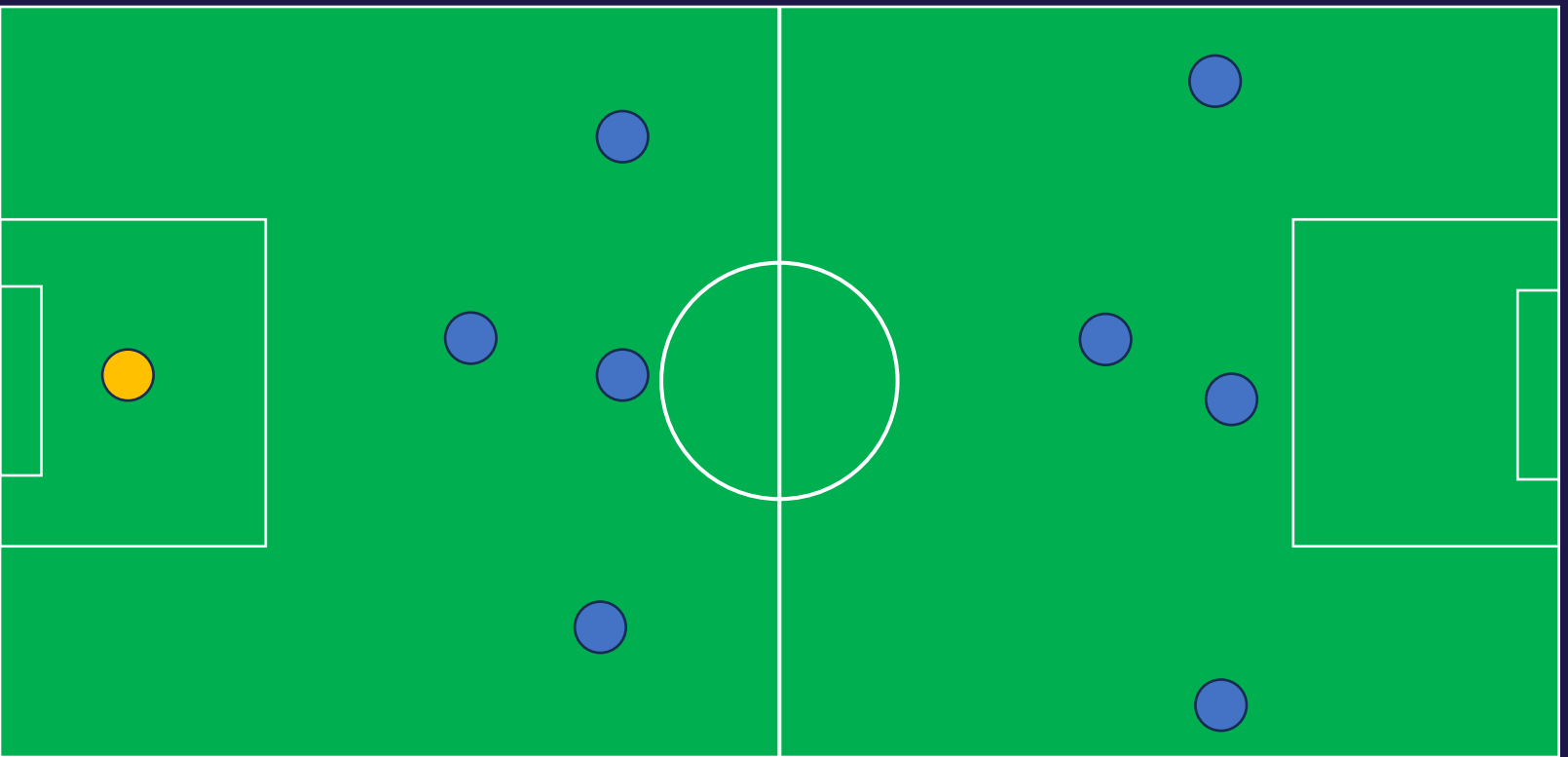
Positionerna - backlinje

Backlinjen består av tre spelare. I försvarsspelet samarbetar backarna med varandra och har ofta ett ganska kort avstånd mellan sig. Det är viktigt att ligga på "rätt sida" (försvarssida) om motståndarnas forward(s). I anfallsspelet följer backarna med upp och bidrar. Ytterbackarna följer med upp på kanterna som alternativ



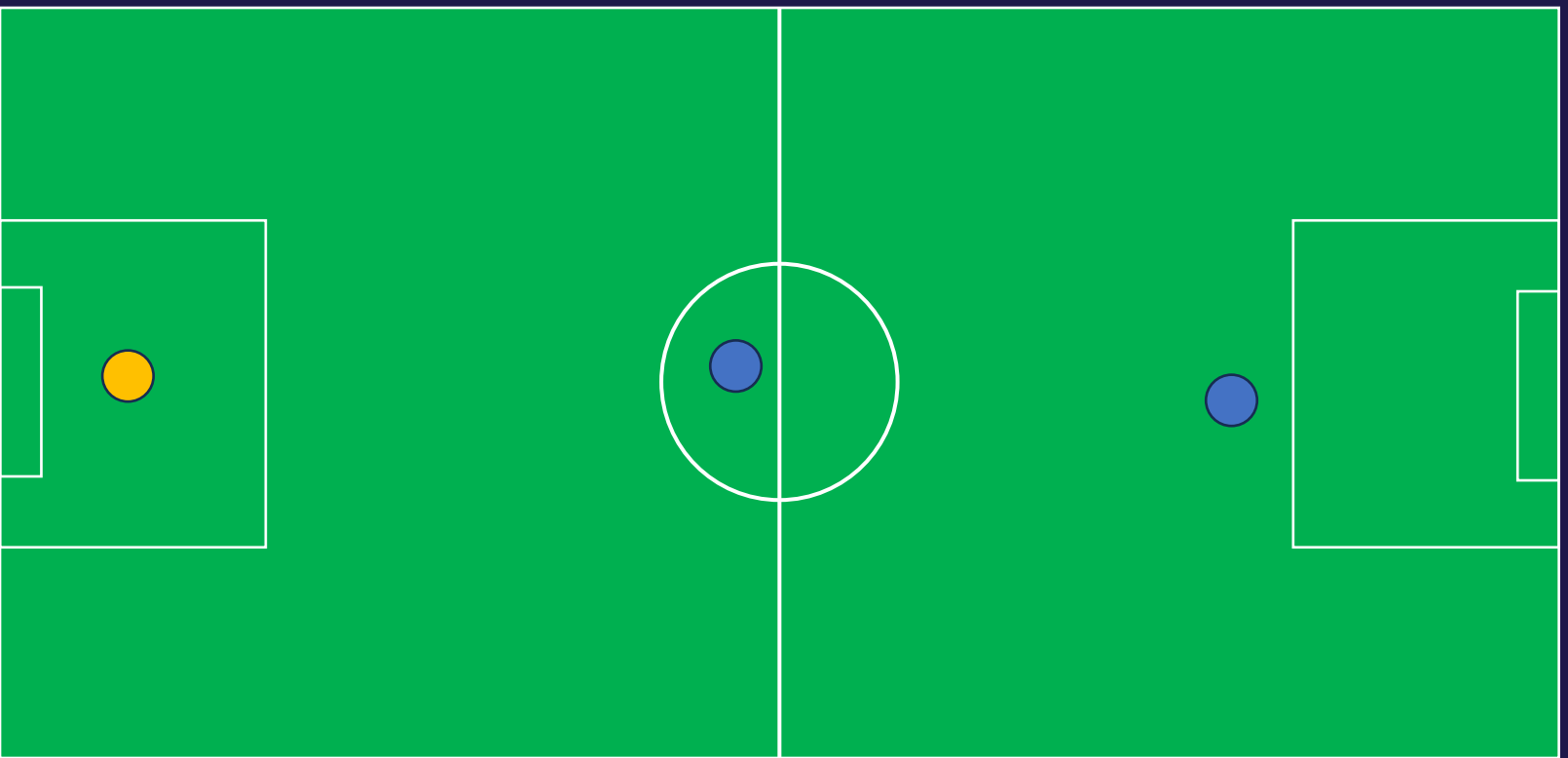
Positionerna - mittfält

Mittfältet består av två innermittfältare och två yttermittfältare. Innermittfältarnas uppgift är att ge speldjup framåt till backlinjen och speldjup bakåt åt forward, samt fördela spelet mellan kanterna. Man kan säga att de är navet eller spelfördelaren i laget. Yttermittfältarna ska vara offensiva i anfallsspelet. Det är yttermittfältaren som ska löpa i djupled framåt och ge möjlighet att spela ner bollar bakom motståndarnas backlinje. I försvarsspelet så ska samtliga mittfältare ligga på försvarssida om sina motståndare



Positionerna - forward

Forward ska se till att anfallsspelet blir bra och att vi håller i bollen en bit upp på motståndarens planhalva. Forward är den spelare som vi ofta vill nå med det långa uppspelet, helst via en passning efter marken. I försvarsspelet ligger forward på försvarssida om motståndarnas backar och styr ut motståndarens anfall åt ett håll.



Anfallsspel

Viktiga ord

Blomma ut I vårt anfallsspel vill vi skapa så stora ytor som möjligt, tänk en blomma som öppnar sig

Trianglar När vi spelar vårt anfallsspel bildas trianglar som gör att spelaren med boll alltid har minst två alternativ till passning

Spelbredd Innebär att vi vill komma ut brett med yttermittfältare och hålla isär laget för att skapa ytor

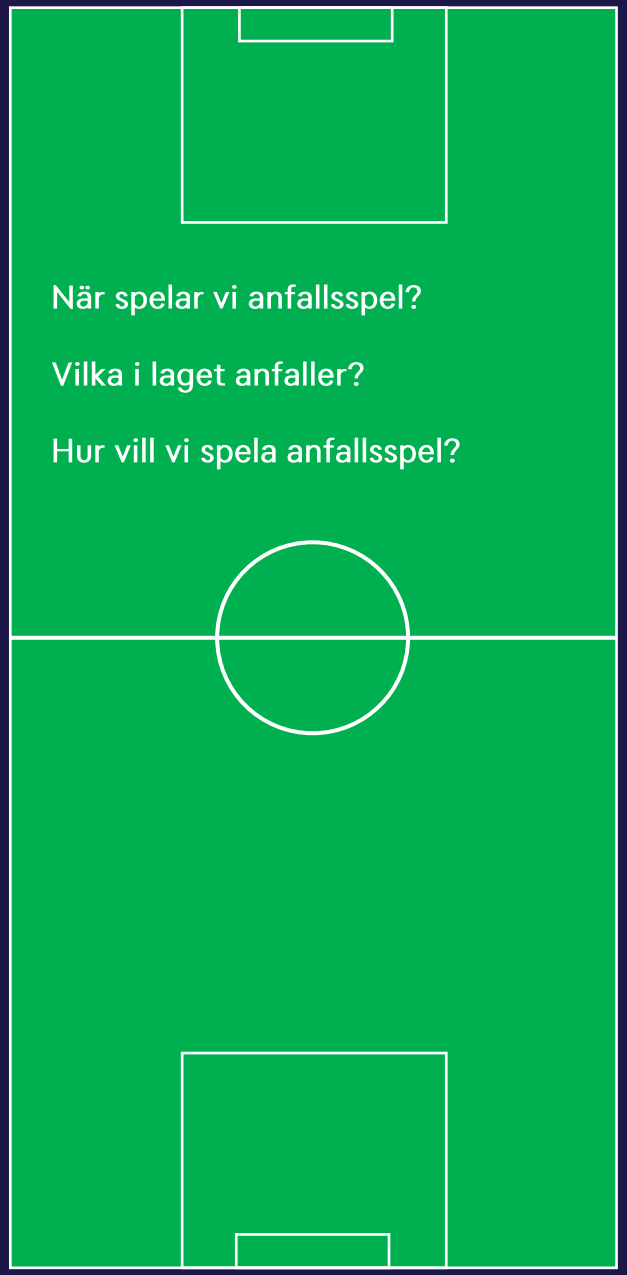
Speldjup Innebär att vi vill att forward finns högt upp för att skapa ytor

Spelvändning När det blir trångt på en sida vill vi söka en vändning till andra sidan, via våra backar eller mitt mitt

Spelavstånd När kompisen har bollen ska vi ha ett bra avstånd så att det är lätt att pass

Passningsskugga/spelbar Innebär att vi hela tiden vill vara i rörelse och spelbara. Står vi bakom en motståndare är vi i passningsskugga

Felvänd/Rättvänd Felvänd är vi när vi har bollen med ryggen mot motståndarens mål, rättvänd är vi när vi har bollen med ansiktet mot motståndarens mål



Information Classification: Internal

Försvarsspel

Viktiga ord

Försvarssida innebär att vi befinner oss mellan ”vår motståndare” och vårt eget mål

Press Forward startar pressen för att styra motståndarna och skapa misstag. Målet är antingen att erövra bollen eller att försvåra passningar

Markering Vi markerar på försvarssida med sidan mot och en armlängds avstånd från motståndaren

Blomma in I försvarsspelet vill vi krympa ytorna och spela tight för att inte ge motståndarna ytor, tänk en blomma som sluter sig



Information Classification: Internal

Summering

- **Backar** – hänger ihop som ett tuggummi. Antingen markering, press eller understöd. Följer med i anfall men har koll på motståndarna (prata med varandra)
- **Yttermitt** – håll spelbredd och ”din” kant (max in till mitten på plan). I anfall långt ut och var spelbar. I försvar, stenhård markering och press mot ”din mittfältare”.
- **Mittmitt** – Spindeln i nätet. Släpande forward i anfallsspelet och en extra back i försvarsspelet. Mycket springa, hela tiden spelbar.
- **Forward** – Rörelse, rörelse rörelse – alltid vilja ha boll. Viktig uppspelspunkt. Sätter pressen i förvarsspelet och alltid delaktig i anfallsspelet
- **Målvakt** – När vi har boll agerar vi som en extra back, kom ut och var spelbar. Du är den som styr, prata och visa!

Information Classification: Internal

Viktigt!

- Alla matcher kan gå hur som helst. Vi bestämmer hur vi vill att det ska gå!
  - Gör ert bästa!
  - Spring som galningar!
  - Prata mycket och högt!
  - Var positiva och engagerade – då är vi grymma!
  - Vi är ett lag – vi spelar som ett lag – vi beter oss som ett lag!

Information Classification: Internal



Information Classification: Internal