



## SPELSYSTEM FUTSAL 1-2-1

Spelarlyftet har en spelarutbildningsplan där det bl.a. ingår att en spelare bör känna till och behärska olika spelsystem med tillhörande utgångspositioner, anfalls- och försvarsmetoder samt lagets och spelarnas balans. Att spela **Futsal** (tidigare inomhusfotboll) är en bra och viktig del i en ungdomsspelares utbildning.

Även i Futsal kan man prata om olika spelsystem. Spelarlyftet rekommenderar att man spelar **4 mot 4** enligt principen 1-2-1 där den 1:a "1" står för målvakten som vi vill skall ha en aktiv roll i spelet. Spelsystemet präglas av **enkelhet** där det naturligt uppstår många 1 mot 1 situationer som löses med individuell teknisk skicklighet eller ett passningsspel efter marken som bygger på att medspelarna gör sig **spelbara**.

### SKILLNADER MOT FUTSAL 3 mot 3

I Futsal 3 mot 3 kan vi inte prata om något egentligt spelsystem utan där är det viktigaste att alla spelare känner delaktighet, har många bollkontakter och hög aktivitet. De förhållandevis små ytorna premierar god teknik och snabba fötter.

Spelsystemet Futsal 1-2-1 i 4 mot 4 har en enkel ansvarsfördelning med **individuell** prägel på så sätt att det ofta uppstår naturliga 1 mot 1 situationer, både i försvar och i anfall. I anfallsspelet är det *spelbarhet* och *individuella färdigheter* som står i fokus. I försvar handlar det om att *ta tillbaka bollen* som fort som möjligt.

### UTGÅNGSPOSITIONER

I anfall gäller **1-2-1** där målvakten är startpunkten, två backar i vinkel och en forward som spetsen i diamanten. I försvar utgår man från motståndarnas utgångspunkter och blir då, om man möter 1-2-1 således, **1-1-2** dvs en back och två forwards. Se figur nedan.

Då utgångspositionerna är olika i anfall och försvar blir det vissa positionsförändringar då spelet växlar mellan anfall och försvar. **Utgångspositionerna är dock helt underordnade arbetssättet** där spelbarhet och individuella färdigheter i anfallsspelet och att ta tillbaka bollen i försvarsspelet är det som står i fokus. Tänk på att när deras målvakt har bollen så backar vi hem så att motståndarnas ges chansen att rulla ut bollen och starta en kontrollerad speluppbyggnad.





## METOD I ANFALLSPEL

Anfallsmässigt strävar vi efter ett bra **passningsspel** där bollen är **på marken** hela tiden. Detta underlättas av den dämpade bollen. Spelarna försöker hela tiden göra sig **spelbara** i vinkel för bollhållaren. Detta är något som utgångspositionerna ger stöd för. Bollhållaren kan då välja att passa eller att driva/dribbla för att ta sig förbi sin motståndare.

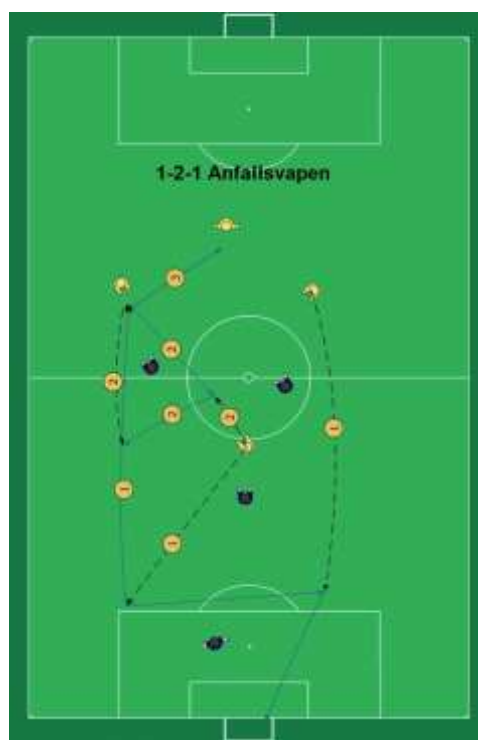
### Speluppbyggnad

Speluppbyggnaden startar vid målvaktens igångsättande. Vid denna situation skall motståndarna backa till halva plan så att spelet kan komma igång på ett bra sätt. Målvakten deltar aktivt i spelet vilket gör att man i regel är övertalig 3 mot 2 i denna fas, vilket skapar goda förutsättningar för en lyckad speluppbyggnad.

### Anfallsvapen

Genom ett bra passningsspel efter marken och/eller med individuella färdigheter skapar vi målchanser.

Mål i Futsal görs oftast via direktskott d.v.s. passning från medspelare och skott på ett tillslag. Om du redan har bollen och skall skjuta är "tåpajen" ett bra sätt att avsluta på, den har dels en snabb anläggning (skjuts i steget) samt är väl maskerad och svårt att förutse för målvakten.



## METOD I FÖRSVARSSPEL

Försvarsmässigt använder vi ingen uttalad försvarsmetod annat än att så snabbt som möjligt försöka ta tillbaka bollen. Ett bra försvarsspel ger möjlighet till brytningar som också kan vara inledningen på en kontring och ett numerärt överläge.

När motståndarnas målvakt har bollen så backar vi alltid hem tillräckligt långt så att motståndarna kan starta en egen speluppbyggnad i lugn och ro (se figur nedan till höger). Vi undviker alltid att pressa motståndarnas målvakt!



## LAGDELARNAS UPPGIFTER

I Futsal är det inte lika självklart som i utomhusfotboll att prata om lagdelar. Spelarnas roller kan också ändras. T.ex. så kan en spelare vara back i en situation och forward i en annan. Som nämnts tidigare är det inte roller och utgångspositioner utan vårt arbetssätt som är det viktiga.

**Målvakten** skall ha stor delaktighet i spelet. I försvarsspelet är målvakten uppgift att rädda skott etc. Där handlar det mycket om att stå rätt och täcka i skottvinkeln snarare än att kasta sig. I anfallsspelet så deltar han/hon aktivt i spelet med fötterna. Målvakten skall alltid finnas tillgänglig för tillbakaspel från backarna. Ju skickligare målvakten är i spelet med fötterna desto mer delaktig och längre ut kan denne spela. Genom målvaktens deltagande skapas en övertalighetssituation (Se figur Speluppbyggnad ovan). Vem har råd att inte ha delaktig målvakt?

**Backlinjen** består i anfallsspelet av två backar som bildar triangel (halvvända i vinkel) med målvakten. Fördelen med att vara halvvänd och göra sig spelbar i vinkel är att man har bättre uppsikt över planen och lättare kan bedöma om man skall passa eller vända upp och utmana. I försvarsspelet så anpassar man sig efter motståndarna vilket, om motståndarna spelar på samma sätt som vi dvs 1-2-1, innebär endast en back.

**Forwards.** I anfallsspelet är det en forward som bildar spetsen på diamanten och som gör sig spelbar antingen direkt från målvakten eller för de två backarna och då antingen i hörnet eller inåt i banan i vinkel.

I försvarsspelet så försöker forwards ta bollen från motståndarnas backar. Notera dock att när målvakten har bollen i händerna så backar forward hem för att ge motståndarna tid och ro att starta sin speluppbyggnad.

## LAGETS OCH SPELARNAS BALANS

Vi vill att spelet skall vara offensivt där anfallsspelet dominerar över försvarsspel. Varje lag skall alltså med ett bra anfallsspel och bra individuella insatser på egen kraft kunna skapa målchanser och göra mål och inte vara beroende att motståndarnas misstag och kontringar.

Att spela 1-2-1 innebär att det ofta uppstår situationer där spelare ställs mot spelare. Spelarnas tränas då i att lösa 1 mot 1 situationer och bli skickliga i det.

Vi rekommenderar att alla spelare provar alla positioner för att få en allsidig skolning. Försök dessutom att hitta en bra balans mellan det individuella färdigheterna (driva, finta och dribbla) och kollektiva (passningsspel med betoning på spelbarhet).

## SAKER ATT VARA NOGA MED

När bollen varit död så skall målvakten starta spelet med händerna genom att rulla ut bollen. Denna skall ses som en passning och ske med en mening och precision. Försök på samma sätt som i det vanliga passningsspelet hålla bollen på marken.

## FASTA SITUATIONER

Starta spelet snabbt med en passning. Tänk på att man kan alltid kan spela tillbaka bollen till insparkaren. Det inte tillåtet att skjuta bollen direkt mot mål vid fasta situationer.