

PLANENS INDELNING

För att definiera lagets arbetssätt och förtydliga spelarnas roller kan planen delas in i tredjedelar, spelytor och korridorer. För att ytterligare förenkla förståelsen kan planen även delas in i bollsida och icke bollsida. Dessutom används termerna guldzonen och assistzonen för att identifiera var de flesta mål görs och varifrån passningar till målen sker.

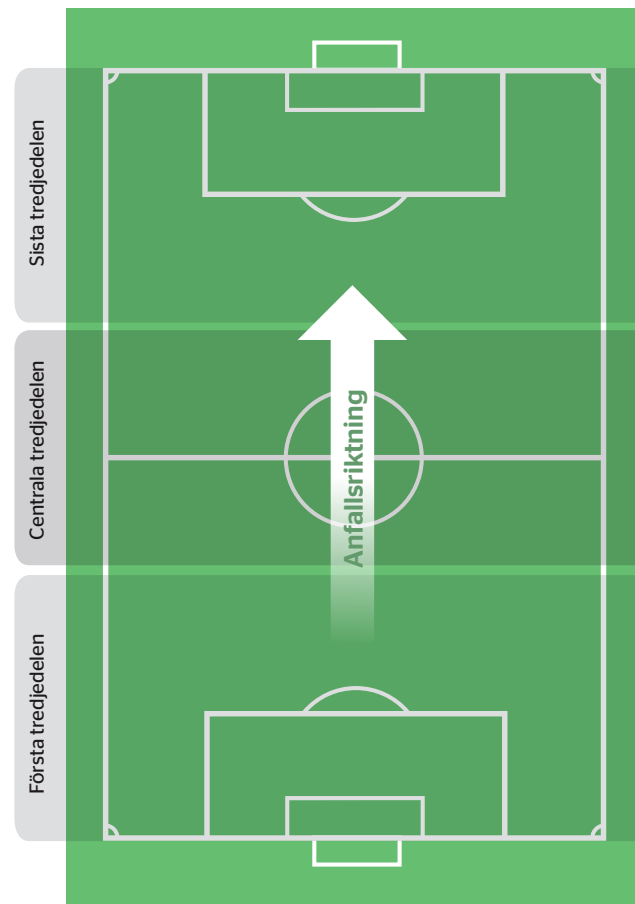
Tredjedelar

Planen kan delas in i tredjedelar där lagets spelsystem kan anpassas efter den tredjedel där bollen är:

- *första tredjedelen* = tredjedelen närmast det egna lagets mål
- *centrala tredjedelen* = tredjedelen mitt på planen
- *sista tredjedelen* = tredjedelen närmast motståndarnas mål.

Tredjedelarna används bland annat för att beskriva var laget vill starta sitt pressspel i skedet förhindra speluppbyggnad eller för att beskriva olika lagdelars position. Till exempel kan ett lag ha som prioritering att vara samlat i två av planens tre tredjedelar. När laget pressar i den sista tredjedelen kan backlinjen flytta upp till den centrala tredjedelen. Även målvakten bör flytta upp sin utgångsposition.

I anfallsspelet kan lagets arbetssätt och spelarnas roller förändras i de olika tredjedelarna. Exempelvis blir spelyta 2 och 3 ofta mindre i den sista tredjedelen då motståndarna prioriterar att skydda det egna målet med många spelare. Det innebär att det är viktigt för anfallande lag att kontrollera spelet i sista tredjedelen och skapa numerära överlägen för att kunna göra genombrott till spelyta 3.



Spelytor

Lagets formation består av lagdelar med backar, mittfältare och forwards. Att sträva efter att passera motståndarnas lagdelar är nödvändigt för att närma sig motståndarnas mål. För att strukturera uppgiften att passera motståndarna används begreppet spelytor. Spelytorna är ytorna framför och bakom motståndarnas respektive lagdelar:

- *utgångsytan* = ytan framför motståndarnas forwards
- *spelyta 1* = ytan mellan motståndarnas forwards och mittfält
- *spelyta 2* = ytan mellan motståndarnas mittfält och backlinje
- *spelyta 3* = ytan mellan motståndarnas backlinje och målvakt.

Spelytorna förändras beroende på hur det försvarande laget förflyttar sig. Om backlinjen flyttar ner medan mittfältet står kvar blir spelyta 3 mindre medan spelyta 2 blir större. Det gäller för spelarna i

det anfallande laget att uppfatta vilken spelyta som är störst och enklast att flytta bollen till i varje givet läge. Spelarna kan ta sig framåt genom spelytorna både individuellt och kollektivt. Det kan vara möjligt att passera flera spelytor med en passning, men ofta tar laget sig fram spelyta för spelyta.

I anfallsspelet kan spelytorna hjälpa laget att definiera spelarnas utgångspositioner och roller. Spelarnas roller kan avgöra i vilka spelytor olika spelare ska vara spelbara.

I försvarsspelet gäller det för laget att göra spelytorna så små som möjligt. Vid uppflyttning och nedflyttning är det viktigt att lagdelarna samarbetar och agerar samtidigt för att hålla laget kompakt och spelytorna så små som möjligt.

