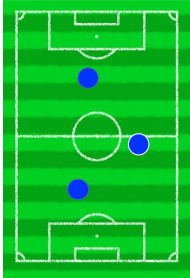
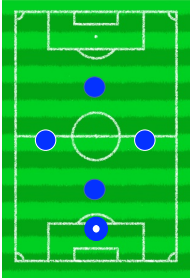
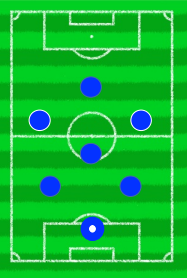
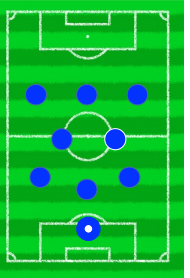
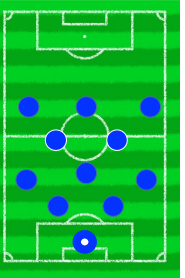


## Spillestilmatrise

Spillform	3er	5er	7er	9er	11er
Alder	6-7 år	8-10 år	11-12 år	13-14 år	15 år->
System	1-1-1	●1-2-1	●2-3-1	●3-2-3	●4-3-3
Roller	Sentral Indreløper Spiss	Keeper Sentral Indreløpere Spiss	Keeper Stoppere Sentral Indreløpere Spiss	Keeper Stopper Vingbacker Sentral Indreløper Spiss Vinger	Keeper Stoppere Vingbacker Sentral Indreløpere Spiss Vinger
					
Banestørrelse	10 x 15 m	20 x 30 m	30 x 50 m	50 x 68 m	64 x 100 m
Kvm pr. spiller	25	60	110	190	290
Relasjoner	3	10	21	36	55
<b>Tema</b>					
Orientering og variasjon.	Orienter seg som 2A på rom i banen ifht 1A sin mulighet for pasning.	Orienter seg i banen for å kunne vurdere sin 1.touch i forhold til variasjon i valg.	Orienter seg på de offensive valgene rollen har for å skape variasjon i spillet.	Orienter seg ifht å kunne ta av press/verne ball som 1A.	Orienter seg ifht å oppnå gjennombruddspasninger i trange tid-rom-forhold.
Bevegelser offensivt	Bevegelse som 2A for å skape rom og pasningsmulighet.	Tydelig bruk av banebredden i angrep.	Skape bredde og dybde (begge veier) i angreps-spillet.	Invitere med bevegelser innover i banen.	Invitere på prinsippl i prioriterte rom
1A – 2A – 3A	Ta terreng med ball som 1A før pasning.  Pasning som 1A på fot til 2A sin bevegelse.  Følge på egen pasning for veggspill/ støtte.	Pasning i rom ifht medspillers bevegelse.  Skape overtall ved pasning-løp og dribling.	Pasning ifht avtaler og relasjon til medspiller.	Pasning som signal og variasjon mellom kort og lang pasning etter hensikt.	Pasning ifht økte kvalitetskrav tid, rom, kraft og flyt.
1F – 2F – 3F	Eksplisiv gjenvinning av egen tapt ball.	Komme hurtig i god posisjon som 2F (2.forsvarer).	Rask omstilling fra bred offensiv til komprimert defensiv.	Som ledd kunne holde riktige avstander mellom roller og ledd.	Som lag kunne pumpe ut, sideforskyve, fall av, nekte bakrom, og variere press.
Tid Rom Kraft Flyt	Enhver situasjon i fotball kan utfordres gjennom å stille krav til disse fire kvalitetene. <b>Tid</b> – spilleren må handle innen en gitt tid i situasjonen. <b>Rom</b> – spilleren har et gitt område å utføre en handling på. <b>Kraft</b> – spilleren kan optimalisere sin bruk av styrke i sine handlinger, en hard pasning eller lite lobb. <b>Flyt</b> – spilleren foretar valg som gir god flyt i eget spill eller hindrer tilsvarende for motstanderen.				
Kommentarer	Spillsystemene våre må brukes fleksibelt ifht: - Overtall med 1 spiller i frispillinga bakfra som prinsipp - Langt utspill for å åpne rom når disse blir for trange i frispillinga - Skape og beholde flest mulig spillpunkter foran ballfører, også på siste tredel				