



**ÄNGELHOLMS FF  
AKADEMIVERKSAMHET  
15ÅR-19ÅR **GULA** LINJEN**

# Identitet, spelidé, arbetssätt, egenskaper och roller.

”Hemligheten bakom exceptionella prestationer är hårt arbete”

## GLÄDJE!

Leenden smittar!

Vi kommer till varje träning för att förbättra oss, och vi vet vad som krävs för detta. Vi förbereder oss noggrant inför träning och match. Vi strävar efter ständig utveckling, och vi vet att det krävs 100% fokus på uppgiften. Vi gläds med andras framgång. **Vi får ha roligt!**

## PROFESSIONALITET!

Vi är positiva till träning och mot våra lagkamrater  
Vi vet att vi är beroende av varandra, vi är beredda på att göra allt för att laget ska lyckas.  
Dom som inte tillhör de elva som startar en match kan vara matchavgörande. (både i positiv och negativ mening).

Vi visar alltid en positiv attityd.  
Du själv avgör din betydelse för laget.

## KVALITÉ!

Varje individ i vår grupp tillför en kvalité som vi behöver.  
Vi har respekt och förståelse för att vi har olika kvalitéer, och dessa olikheter stärker oss när vi använder dom på rätt sätt.  
Vi är medvetna om detaljernas betydelse för en bra helhet.

## ÖDMJUKHET!

Vi är medvetna om vad vi är bra på.  
Vi är medvetna om att vi kan förbättra oss.  
Vi vet att vår framgång som lag och individ till stor del beror på vår omgivning. Därför är det viktigt att alltid försöka göra sitt yttersta för att tillföra maximalt till gruppen på alla sätt.

## LOJALITET!

Vi är i alla lägen lojala mot vårt lag och föreningen.  
Ingen spelare eller ledare är viktigare än laget och föreningen.  
Vi vet att alla människor i gruppen har lika värde och behandlas därefter.  
Vi utför alltid våra uppgifter efter bästa förmåga.

## VINNARMILJÖ!

Det är väldigt avgörande för resultatet, att vi som lag och individer hanterar medgång och motgång på rätt sätt i matcher och mellan. Miljön som laget skapar har stor betydelse för hur lagets mentala kvalité blir.  
Jobba mot samma mål. Den som inte är beredd att göra allt för att laget ska nå detta mål, kommer att vara en belastning.  
Vi bekräftar inte negativa beteende.  
Vi strävar alltid efter att vara positiva.  
Vi litar på varandra.  
Respekt för varandra och våra personligheter  
Respekt för varandras fotbollsferdigheter.  
Vi ställer krav på varandra i träning och match.  
Vi engagerar oss för laget och föreningens bästa.

## Egenskaper vi söker:

- Drivna, lojala och engagerade
- Hårt arbetande – löpstarka
- Modiga - vågar göra fel för att kunna göra rätt
- Passningsskickliga
- Förståelse för defensivt positionsspel
- Vill framåt – göra mål





## **SPELIDÉ**

I P15-P19 spelar vi med samma spelsystem, nämligen 1-4-3-3 (1-4-1-4-1) och den genomgående instruktionen är att spela som du är vänd. Allt är lika viktigt. När vi har boll är vi offensiva och kreativa, när motståndaren har boll är vårt fokus på att vinna tillbaka den i en position som passar oss.

Vi vill spela ett varierande anfallsspel som ska präglas av löp villighet i fart med eller utan ball, bra varierat passningsspel, högt bolltempo och individuell spetskvalité.

Vi vill ha ett bra passningsspel både i det korta och det långa spelet. Vi ska kunna slå ”vår” spelare eller lagdel med bra passningsspel och samverkan eller individuellt. Vi vill komma till avslut genom instick och inlägg. Vi prioriterar snabba kontringar/omställningar från försvar till anfall. Vi ska försöka vinna bollen högt upp i plan och på så sätt ha bra läge för anfallsspel. Vi vill ha hög press och positionsförsvar med kort avstånd mellan spelarna och lagdelarna. Vid omställning till försvarsspel prioriteras direkt återerövring.

## **VI VILL VINNA!**

Vi ställer krav på varandra att när vi tappar boll ska vi snabbt och aggressivt försöka återerövra bollen direkt. Det ska ge oss bra möjligheter att skapa målchanser mot ett oorganiserat försvar. Lyckas vi inte med det, då ska vi ställa om till ett välorganiserat, hårt jobbande och disciplinerat positionsanpassat försvarsspel. Som jobbar aggressivt framåt.

**Grundförutsättningar anfallsspel** - spelbredd, speldjup, spelavstånd, spelbarhet, nu med ökad förståelse för hur samspelet mellan dessa förutsättningar skapar vårt anfallsspel.

Omställning försvar - anfall, i vilka delar av banan och vid vilka spelsituationer är omställning ett bra alternativ.

Mv anfallsspel - igångsättning och positioner

**Grundförutsättningar försvarsspel** - press, täckning, överflyttning, markering, nu med ökad förståelse för hur samspelet mellan dessa förutsättningar skapar vårt försvarsspel

Omställning anfall - försvar, hur agerar spelarna när vi förlorar bollen

Mv försvarsspel - kommunikation, styrning och position.

## **ORGANISATION**

I Ängelholms FF har vi idag utmärkta förutsättningar att bedriva fotbollsträning på gräs och konstgräs året runt. Vi ska utnyttja dessa förutsättningar. Utomhusträning minst 4-5 gånger i veckan. Samtliga åldersgrupper ska träna året runt. Det innebär att vi möjliggör för alla som vill spela fotboll ofta och året runt att verkligen få göra det. Mycket spel i tidig ålder är en av de viktigaste nycklarna till framgång.

Uppehåll ca 20 dagar sommar och 30 dagar vinter.

Ängelholms FF har ambitionen att det ska finnas en huvudtränare i gruppen, samt minst en assisterande per 15 spelare i dessa åldrar.

Vi deltar i de cuper som tränarna anser är lämpligt för gruppen.

Varje spelare kommer att ha en individuell utvecklingsplan som är kopplad till deras lagträning.

**Seriespel P15-19:** Målet är att spela i högsta möjliga serie. P19-målet är att spela i P19 Allsvenskan/Superettan nästan varje år.

## **UTBILDNINGSPLAN I TRÄNING**

Träningen ska handla om att utveckla, uppfostra och utbilda våra spelare. Vi ska planera och arbeta på lång sikt för att nå ett resultat. Stor vikt ska läggas vid att spelarna också utvecklas socialt och hur de uppträder mot varandra i olika situationer eller om en enskild spelare förbättrar någon färdighet. Vi lägger också stor vikt vid barnen/ungdomarna har en positiv utveckling i sina studier. Studierna får aldrig ställas i motsats till fotbollsutövandet.



Från P15-P19 ökas tempot ytterligare för att kunna matcha de bästa lagens matchtempo i serierna. Tävlingsinriktad träning. Korta moment med maximalt tempo. Höga krav på koncentration och skicklighet träningen ska ge en fysisk och psykisk utveckling.

Träningstillfällena liknar många och mycket matchsituationer med hög intensitet och många beslut i hög fart. Om träningen är matchlik ökar möjligheterna att utveckla spelarnas fotbollssektioner genom att spelförståelse, teknik, fysiologi och psykologi samverkar.

Träningstillfällena liknar många och mycket matchsituationer med hög intensitet. Träningstillfällena tillförs mer taktiska och tekniska delar i det stora spelet. Spelarna tränas mer in i sina platser i laget, specialträning för försvars- och anfallsspel.

Här ska vi börja med att skola in spelarna i föreningens spelidé riktad mot senior. Vi ska organisatoriskt likna A-laget samt följa de grunder i anfallsspel och försvarsspel som vårt A-lag tillämpar. Genom möten i vår akademitränargrupp och genom nära kontakt mellan våra huvudtränare i lagen 15-19 säkerställer vi att spelidéerna följs. Talangfulla spelare ges tillfälle till tillfällig/permanent uppflyttning till äldre lag, A-trupp.

## Vår träningsmiljö och träningsfilosofi

Bra miljö på och utanför planen

Vår miljö =

Skapa nya kulturer och vanor.

Där vi får lov att göra "fel" och prova.

Där vi vågar försöka.

Där vi tar hand om varandra.

Där vi lägger mer fokus på ansträngningen och försöken.

- Träningen inriktas mot att varje spelare skall bli så bra som möjligt där laget och matchen är en förutsättning och grund för att utveckling skall ske.
- Vi ska ha en tydlig ambition i att prestera bra, både i träning och match. Därför måste vi ha en hög och god ansträngning på våra träningar.
- Träning handlar om att hela tiden försöka höja sig över nuvarande prestationsnivå.
- Där det är förlåtande att göra fel, så länge man försöker göra rätt och försöker göra det igen.
- Varje individ ska ställa krav på sin egen ansträngning och ta ansvar för sin egna utveckling.
- Påverka andras prestationer, ställ krav på din miljö.
- Acceptera att andra har krav på dig.
- Vår ansträngning och prestation är avgörande för vårt resultat. Därför se varje träning som en möjlighet till att bli bättre!
- Övriga spelare skall hjälpas till miljöer där de kan fortsätta sin utveckling.
- Fortsatt träningsdifferentiering i olika träningsgrupper.

## UTBILDNINGSPLAN I MATCH

Matcherna fungerar som en utvärdering av det som spelarna har lärt sig under träningen.

Oavsett om laget vinner eller förlorar skall vi följa vår utbildningsplan och inte lägga på ungdomarna en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart skall vi ha som mål att vinna våra matcher men ambitionerna att nå bra resultat är underordnade en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen.



Det är viktigt att varje spelare sätter sig in i – förstår – respekterar – accepterar och lojalt utför sin roll i laget och har förståelse för andras roller. Spelarna som genomför detta är lagets viktigaste spelare.

ÄFF har en officiell overall. Matchställ skall bäras när man representerar ÄFF vid matcher och cuper. Vid dessa tillfällen förväntas ett korrekt uppträdande. Alla ska kunna spela med alla. Detta innebär att man ska kunna låna spelare underifrån till match. Målsättningen att vinna matcher och nå bra resultat får inte bli för stora, fokus på utveckling och prestation. I P19 som är den sista anhalten innan A-laget är det större fokus på resultat än i P15-17.

**P15-19:** För att spelare skall delta i matchspel skall det finnas en 75 % närvaro på träning under den senaste träningsperioden.

**I match spelar vi 1-4-3-3/1-4-1-4-1 kolla PowerPoint spelidé 11-manna.**

#### **RIKTLINJER I ANFALLSPEL**

- Vi vill i alla lägen kunna styra matchbilden på ett sätt som ska ge oss ett bra resultat.
- För att kunna styra matchbilden själva är nyckelfaktorerna hos oss: Löpvillighet – passningskvalité – bolltempo – kreativitet
- Vi ska ständigt jobba på att utveckla vårt anfallsspel så att det blir mer varierat, kreativt, attraktivt och effektivt!
- “Skapa tid och plats för dig själv och andra – det ger fler alternativ – som i sin tur underlättar för ett bra beslut”
- Lojalitet gentemot rollen och lagets matchplan
- Snabbt in i boll, kort tid mellan första touchen och andra touchen
- Spela på rättvänd spelare som har fart
- Felvänd spelare strävar efter spel på ett tillslag.

- Alltid flera passningsalternativ och alltid ge bollhållaren alternativ
- Ett passningsspel på marken för att vinna tid och skapa ett högre tempo
- Få tillslag, alltid så få som möjligt men så många så att det blir bra
- Löpvillighet för att skapa öppningar/ytor för sig själv eller mina lagkamrater.
- Djupledshot måste alltid finnas.
- Skapa bra kantspel via spelvändningar
- Bilda trianglar för fler och bättre passningsalternativ
- Skapa 2 mot 1
- Instick och djupledsspel på första eller andra löp
- Fyll på med spelare i straffområdet och kom i bra positioner för avslut
- Skapa bra avslutsytor för andra
- One touch avslut

#### **ROLLER**

##### **Målvakt**

Målvakten är vår första anfallsspelare och starta ofta våra anfall. Därför vill vi att utespelare gör sig passningsbara så fort det går, så målvakt får fler alternativ till igångsättning. Målvakt ska vara ett alternativ för spelvändning när vi pressas högt. Vår målsättning är att via målvakt skapa övertag på motståndaren genom snabba precisa igångsättningar.

##### **Backlinje spelare ( mittbackar )**

Backar strävar efter ett passningsspel framåt (hit-ta trianglar)

Vid längre pass ,sök spelyta 2 eller 3 . Om vi söker spelyta 3 , så gärna bakom bortre mittback eller bortre ytterback. Helst en diagonalpass. Ta fram boll om yta finns och möjlighet ges. Vi söker oftast passningar förbi motståndarens lagdel/lagdelar. Högt tempo på passningsspelet.



## Ytterbackar

Ytterbackarna ska ha ett brett utgångsläge för att dra isär motståndarna. När vi vinner boll med yb är ett direkt kontringspel ett alternativ, men framför allt söker vi spel framåt och helst förbi någon motståndare eller lagdel. Yb ska sträva efter att vara rättvänd i spelet och ett djupleds hot i spelyta 2 och 3. Alltid spelbar, kombinationsspelare i spelyta 2 med cmf och /eller fw. Våga utmana i 1-1, komma till avslut.

## Centrala mittfältare

Lagets puls spelare, som ska styra tempo. Vid bollvinst av cmf vill vi attackera och spela framåt – helst förbi motståndare eller lagdel. Viktigt att känna av vårt ”behov” och ibland behålla bollen i ett längre etablerat anfall. I uppspelsfasen håller cmf sig spelbar och bra spelavstånd mellan sig, mb och dom 2 andra cmf, så att man enkelt kan vända spelet och hitta nya trianglar och ytor. Vid inlägg ska minst en cmf vara i straffområdet. Våga ta avslut utanför straffområdet. Då vi vill vara spelförande strävar cmf att tidigt vara med i spel uppbyggnaden. Alltid spelbar, strävar efter att vara rättvänd. En av cmf ska skydda backlinjen vid bolltapp. Våga ta egna beslut – bryt mönster. Håll ihop laget både offensivt som defensivt

## Forwards

Fw huvuduppgift är att vara avslutare. Avståndet mellan fw ska vara på ett sätt där man kan använda sig av varandra i spelet. Cfw ska alltid vara första djupledshotet. Vid längre uppspel söker sig den ena fw diagonalt bakom bortre mb och den andra fw söker sig en position där han kan komma rättvänd vid bollvinst. Cfw har i uppgift att ”flytta” ner motståndarnas backlinje medan dom andra möter boll i spelyta 2. Om cmf tar in boll i spelyta 2 ska bägge fw vara djupledshot bakom backlinjen i spelyta 3, ligg mellan ytterback och mittback i bra vinklar (inte för nära mv)

## RIKTLINJER I FÖRSVARSSPELET

- Press
- Täckning
- Understöd
- Markering
- Faktorer som styr oss:
  - Var är bollen? (vart är den på väg?)
  - Var är mina medspelare?
  - Var är/finns hotande motståndare? (farligaste hotet osv)
- När vi tappar boll ska vi direkt försöka att återerövra den
  - Detta gör vi genom de spelare som är närmast försöker snabbt isolera bollhållaren och ta tillbaka bollen eller stressa fram ett misstag hos motståndaren
- Övriga spelare kommer in snabbt i prioritera de positioner för att ta bort snabba och enkla passningsalternativ
- Våga kliv fram, ytorna framför oss är viktiga
  - I detta läge kan markerings inslag vara behjälpliga
- Ta bort motståndarnas uppspel punkter, genom isolera dom
- Hjälp varandra och styr varandra (lyssna på varandra)
- VIKTIGT ATT TA BORT SPELPUNKTER FRAMÅT.
- Grunden vid uppställt försvar är att försvara prioriterade ytor och använda oss av ett styr spel som startar med forwards.
  - Detta styrspel kan justeras beroende på motstånd.
- Vårt mål är att hålla laget kompakt med 8 spelare på rätt sida om bollen och att förvara oss RÄTTVÄNDA. (snabbt ner och jobba framåt)
- Vårt mål är att motståndaren aldrig får spela igenom oss eller över oss med kontroll.



## **ROLLER**

### **Forwards**

I lugnt läge ska cfw styra motståndarna åt det håll vi har bestämt. När ytterback har boll, tar cfw bort möjligheten till pass till deras första mb men även uppmärksam på bortre mb. Går det så försök till att pressa yb. När mb är bollförare ska cfw sätta press på sånt sätt att spel mellan mb blir svårt. Ytter fw täcker bort spel till deras ymf eller passnings vägen mellan våra cmf och deras ymf. Kommer vi långt ner i vårt försvarsarbete, är det cfw som ska ta bort deras andra vågs spelare. Och vid omställning/kontring ska fw vara en uppspel punkt.

### **Ytterforward**

Yfw ska sätta första eller andra press på motståndarnas ytterback/yttermittfältaren. Vi läser av när passningen går så vi i hög fart kan sätt honom under hård press. Viktigt att löpa kortaste vägen så snabbt som möjligt in i press, styrning kommer i andra hand. Grundregeln är att bortre yfw flyttar ner och in i plan, ungefär till mitten. Yfw ska se till att passning inte kan spelas igenom lagdelen. Yfw är första försvarare i yttre zon med hjälp av yb och cmf nära vårt mål.

### **Centrala mittfältare**

Cmf har som huvuduppgift att stänga centralt (tillsammans med vår cfw) dvs inte låta rättvända motståndare spela in i mellan till sin fw/cmf. Vi strävar efter att vara centralt men vid utsatta lägen för vår kantspelare hjälper vi honom (ibland tillsammans med yb) Även i försvarsarbete vill vi att våra cmf bestämmer puls – hög/lägre press eller täckning – aggressivt vinna boll eller bara bromsa motståndarens fart. Ta duellerna som krävs, bjud inte på något men även uppmärksam på bortre mb. Går det så försök till att pressa yb. När mb är bollförare ska cfw sätta press på sånt sätt att spel mellan mb blir svårt. Ytter fw täcker bort spel till deras ymf eller passnings vägen mellan våra cmf och deras ymf.

### **Ytterforward**

Yfw ska sätta första eller andra press på motståndarnas ytterback/yttermittfältaren. Vi läser av när passningen går så vi i hög fart kan sätt honom under hård press. Viktigt att löpa kortaste vägen så snabbt som möjligt in i press, styrning kommer i andra hand. Grundregeln är att bortre yfw flyttar ner och in i plan, ungefär till mitten. Yfw ska se till att passning inte kan spelas igenom lagdelen. Yfw är första försvarare i yttre zon med hjälp av yb och cmf nära vårt mål.

### **Centrala mittfältare**

Cmf har som huvuduppgift att stänga centralt (tillsammans med vår cfw) dvs inte låta rättvända motståndare spela in i mellan till sin fw/cmf. Vi strävar efter att vara centralt men vid utsatta lägen för vår kantspelare hjälper vi honom (ibland tillsammans med yb) Även i försvarsarbete vill vi att våra cmf bestämmer puls – hög/lägre press eller täckning – aggressivt vinna boll eller bara bromsa motståndarens fart. Ta duellerna som krävs, bjud inte på något

### **Backlinje spelare**

Backlinjen strävar efter att alltid spela rättvända, om motståndaren är felvänd – håll press. Kommer dom nära, jobba mot dom – sätt press, fördröj och vinn boll. Kommer djupleds hot samtidigt som deras bollhållare inte är satt under press – då faller vi och stänger spelyta 3. Viktigt med rätt kropps och fotställning när vi ska falla snabbt – så att vi kan börja jobba snabbt framåt direkt. Vi försöker undvika löp dueller mot eget mål. Men om detta händer och mv är på väg ut, ta då bort spelaren och låt mv ta boll. I press spelet är det en mb som sätter press, dom övriga täcker ytor. Närmaste mb position ska oftast ligga i linje boll – mål. Vid defensiv omställning/kontring kan det bli markeringspel. När vår cfw sätter press, flyttar vår yb ut mot bollsida för att hjälpa till med pressarbetet eller täckning. Värdera när det är rätt beslut.



Vid lägre försvarsarbete kan det bli så att yb måste gå ut för hjälpa yfw och cmf. Lita på dig själv och våga spela 1-1 och 2-2 utan att tvinga ner understöd. Stort mod vid inläggsspel, bjud inte på något. Bestäm höjden på backlinjen och våga flytta upp och ner med hög fart.

### **Målvakt**

Mv har ett utgångsläge bakom backlinjen så att han kan agera swiper vid överraskande djupledsspel. Viktigt att avstyra farligheterna innan dom har blivit farliga – Mv ska höras vid försvarsarbete. Mv ska alltid vara förberedd för tillbakaspel när vi bryter boll lågt ner. Håll ett aggressivt utgångsläge vid inlägg och inspel- jobba alltid mot bollen. Ta bollen så snabbt som möjligt.

Vid inläggsspel följer mv vårt position anpassade försvarsspel, vilket betyder att han strävar efter en central position när inlägg slås. Våga vara aktiv i luftspelet för att hjälpa försvarsspelarna.

