



Spillestilslektion 4: At tage den nemme pasning

Ingen på holdet vil have en dårlig pasning, hvor man fra start er presset af modstanderen. Det begynder tit med, at boldholderen har lidt ekstra tid. Han ser en anden fra sit hold, spiller A, og overvejer at spille til ham. Spiller A har 20 meter hen til modstanderen. Så hvis han får bolden hurtigt, er alt godt. Så får spiller A tid med bolden og en chance for at skabe noget med den. Men det er selvfølgelig alt for nemt.


Selvom spiller A er et logisk valg, bliver boldholderen lokket på afveje. Han tror, at han har masser af tid (og at spiller A også har det), så han vælger at se på sine andre muligheder. Han overvejer at spille bolden til spiller B, men vælger ikke at gøre det. Så overvejer han spiller C og ser, at det heller ikke går. Fordi han nu selv bliver presset, vælger han langt om længe at spille til spiller A. Men alt har ændret sig på den korte tid, han overvejede sine muligheder. Den modstander, der var 20 meter væk fra spiller A, er nu kun 5 meter væk. Og han kommer løbende som et godstog. Da bolden langt om længe når frem til spiller A, bliver den mødt af en tordentackling. Spiller A ryger i græsset.

Hvis boldholder havde taget det smarte valg at spille til en fri medspiller med det samme, havde hans hold stadig haft bolden. Og hans medspiller ville ikke ligge på banen og pille græs ud af munden. I stedet gjorde hans langsomme spil, at de andre kunne gøre afstanden mindre. Og han satte sin medspiller i en svær situation. Det er et godt eksempel på, hvad der sker, når man gør tingene for indviklede. Langsomme beslutninger fører til langsomt spil. Der er en værdi i at have bolden, flytte den hurtigt og få modstanderne til at jage den. Som spiller skal man forstå, at nogle gange er det nok bare at sørge for, at holdet ikke mister bolden. Den smarte spiller *tager den nemme pasning*.

I de bedste liga-række kan de fleste spillere nemt løbe banens længde (110 meter) på 16 sekunder. Det vil i runde tal sige, at de løber en halv bane på 8 sekunder og lidt under 30 meter på 4 sekunder. Min pointe er: Det tager ikke lang tid for en modstander at løbe de 10-20 meter hen til din medspiller. Så når han er fri, *så spil ham!* Hvis han vil have bolden, så giv den til ham. Du hjælper ikke dit hold ved at holde på bolden i to ekstra sekunder. Når du ender med at spille ham, hvorfor så ikke gøre det med det samme, så han har en chance for at skabe noget med bolden?

Jeg har flere gange set en anden fejl. I det samme eksempel bliver boldholder presset af en modspiller. Han vælger at dribble 15 af de 20 meter hen mod spiller A og så spille bolden de sidste 5 meter. Tak, siger spiller A. Nu står han over for den samme modstander, som var efter boldholder. Med sådan en pasning siger boldholder: *"Jeg vil ikke tackles af ham her. Derfor giver jeg bolden til dig, så kan du blive tacklet af ham."*

Smarte spillere lader bolden gøre det, der er bedst for holdet. Deres ego får dem ikke til at holde på bolden et sekund eller to for meget. De forstår, at deres pasninger skal give de andre på holdet den bedste chance for at skabe noget godt. Og tit vil det sige at spille hurtigt og enkelt.

Se spiløvelse til at træne *at tage den nemme pasning* 



Spiløvelse: Norge – pasningsøvelse under højt pres

Beskrivelse

Øvelsen udføres på en bane med to zoner som hver har en størrelse på 15 x 10 meter, samt én midterzone på 15 x 3 meter.

Spillerne inddeles i tre hold med lige mange spillere på hvert hold, i dette tilfælde 3 x 5 spillere. Der placeres et hold i hver sin zone. Holdet i midterzonen skal forsøge at erobre bolden, men maks. to spillere må presse, de sidste tre spillere skal forsøge at dække spilvendingen til modsatte boks. Der må først presses, når første berøring er sat på bolden.



Gul starter med bolden i zone 1 og skal sammensætte 5 pasninger før de laver en spilvending til blå hold i zone 2. Lykkedes dette går to nye røde i pres. Nu skal blå sammensætte 5 pasninger før de vender den tilbage til gul i zone 1. Sådan fortsætter øvelsen. Erobrer rødt hold bolden, skal de bytte med det hold, som taber bolden. Dvs. at hvis de erobrer bolden fra blå, så skal blå i midten og to blå spillere går i pres på gul.

Fokuspunkter

Øvelsen bruges til at træne, at tage den nemme pasning for derved at spille sig ud af pres. Det boldbesiddende hold skal lave hurtige pasninger for at spille sig ud af et højt pres.

- vælg de enkle løsninger og spil den nærmeste frie medspiller > vælg den nemme pasning
- vær hurtig i tanke og handling > få hurtigt overblik over hvor dine medspillere står, så du hurtigt kan flytte bolden – orienter dig inden du modtager bolden

Progression

Du kan øge eller sænke antallet af pasninger før spilvending afhængigt af, hvor godt spillet fungerer.