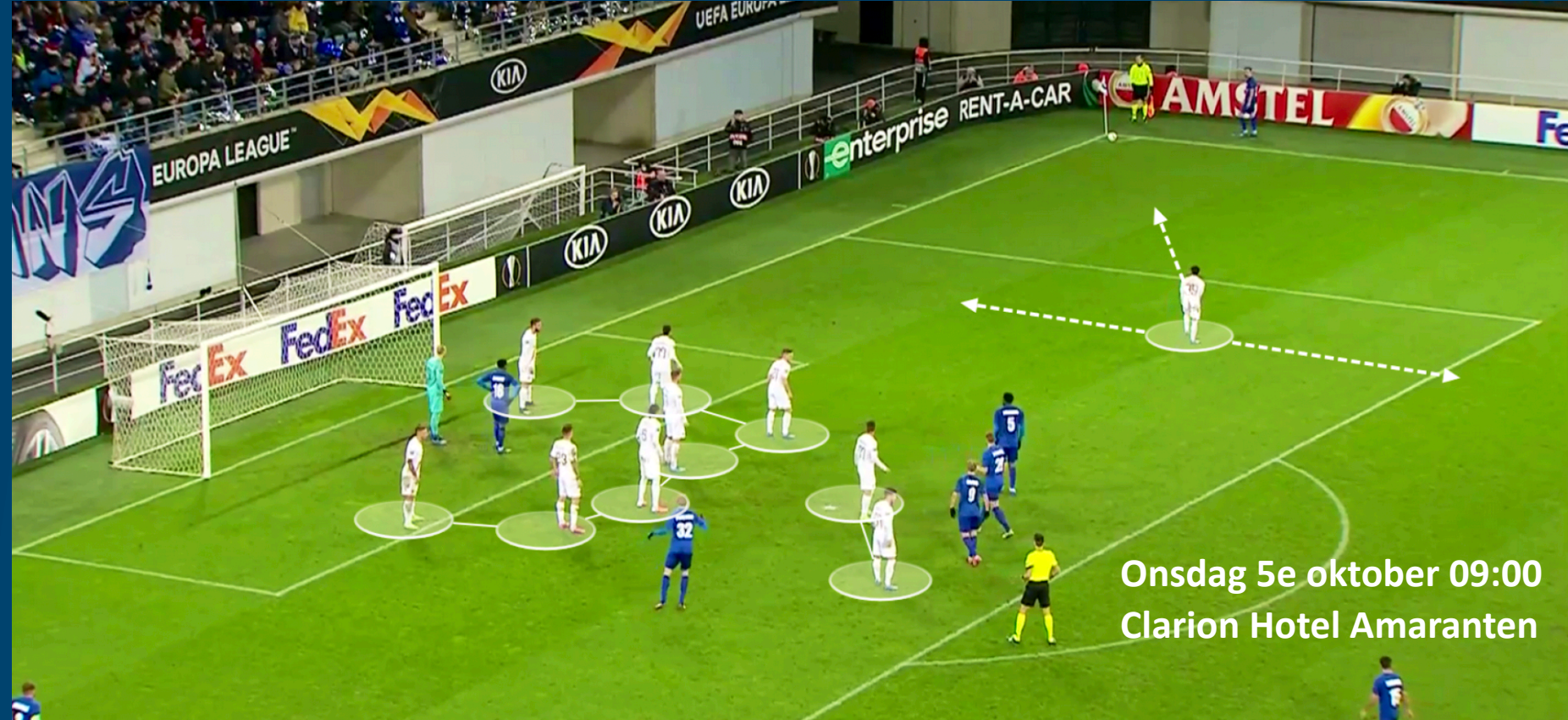


Fasta Situationer

Frukostseminarium med StFF:s Tränarutvecklare Douglas Jakobsen



Praktiska tillämpningar på alla nivåer!



Onsdag 5e oktober 09:00
Clarion Hotel Amaranten

Fortbildning: Frukostseminarium!



<https://www.stff.se/utbildning/samtliga-utbildningar/>



douglas.jakobsen@stff.se

Fasta Situationer

- FASTA
- HÖRNOR
- INKAST
- TRÄNINGSMETODIK

Douglas Jakobsen, Tränarutvecklare StFF

E
X
E
M
P
E
L



60 min +
frågor



TEAM STATS



Man City

Man United



32:26

Ball possession, sec

24:56

Diskutera som ni sitter!



- % mål som görs på fasta i eliten? (Inklusive straffar)

CHAMPIONS LEAGUE



27.5%

Percentage of goals
from dead balls,
penalties included

There were 62 goals sourced from set plays in the 2021/22 Champions League. This figure, which excludes penalties, represented 16.3% of the overall number scored – the same portion as in 2021/21. Forty-one of the set-piece goals were from corners – making up a 10.8% slice of the total. The most productive teams from set-play situations were Liverpool and Chelsea, who hit eight and five goals respectively having generated the most chances (36 and 37 respectively).

21%

Excluding penalties,
21% of goals
stemmed from
set plays.

HÖRNOR: UTVECKLING VM



Apart from penalties, the biggest change at this year's tournament in terms of set plays concerned corners. At the 2018 World Cup, one in every 29 corners led to a goal, whereas the figure was 61 at South Africa 2010 and 36 at Brazil 2014. This trend of superior effectiveness continued through the knockout stage in Russia, where teams scored from one in every 31 corners compared to every 41 in Brazil.

KÄLLA: FIFA 2018 WORLD CUP TECHNICAL REPORT

- VM 2010 - 1 PÅ 61
- VM 2014 - 1 PÅ 36
- VM 2018 - 1 PÅ 29
- VM 2022 - 1 PÅ ?



Kort / lång?

“Tajming”?

Förstabollsfokus?

HÖRNOR (OFF)

Löpvägar?

Serve?

Andrabollsfokus?

Rollfördelning?

Hörnor: Struktur & Taktik



- **Struktur (organisation) som skapar förutsättningar**
- **Taktiska drag**

Hörnor: Struktur



- **Rollfördelning**
- **Startposition vs Slutposition**
- **Förutsättningar för vidareutveckling**



HÖRNLÄGGARE

KORT

STÖRA ZON

ANDRABOLL

LÖPA IN X4

ANDRABOLL

STANNA HEMMA

Hörnor: Struktur & rollfördelning



Hörnor: Startposition vs slutposition



Hörnor: Taktik

- Försvåra markering: "Screen"
- Försvåra markering: "Falska spelare"
- Satsa på en eller flera ytor?
- Förstaboll eller andraboll?
- Kort vs lång



Hörnor: Arbetssätt + utvärdering

- **Struktur (organisation) som skapa förutsättningar**
- **Taktik: Hur försvårar vi för zon-/markeringsförsvar**
- **Utvärdering: Hur ser vi att en hörna är bra?**

INKAST

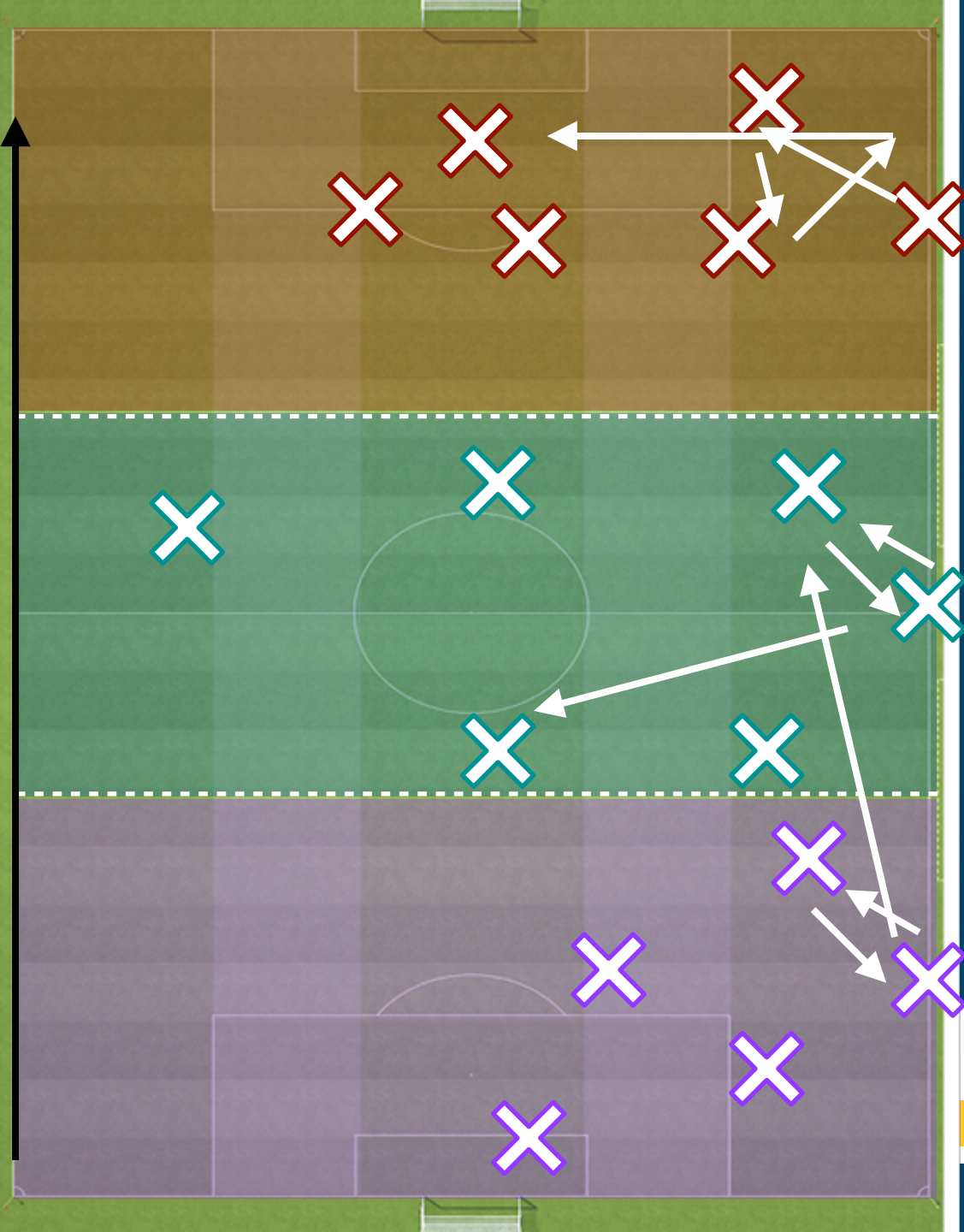


- "Throw-in coach"
- Träningsbart !

TIPS INKAST



- **Plan för tredjedelarna**
- **Integrera i träningar!**



SISTA TREDJEDEL



● SKAPA INLÄGGSMÖJLIGHET ELLER FAST SITUATION

CENTRALA TREDJEDEL



● SKAPA VÄNDNING ELLER BOLLINNEHAV

FÖRSTA TREDJEDEL



● TA OSS UR FÖRSTA TREDJEDELEN

Träningsmetodik



FASTA SITUATIONER

- Teknisk uppvärmning - teknikcirkel med inkast
- "Lek" - doppboll med inkast
- Integrerat i övning: inkast sätter igång possession, hörna innan omställningar
- Integrerat i spel
- Garantera repitioner av högt värde - efter matcher, trelagsspel

Fasta Situationer

Frukostseminarium med StFF:s Tränarutvecklare Douglas Jakobsen



Praktiska tillämpningar på alla nivåer!

