



**KAIKKI
PELISSÄ**



SUOMEN PALLOLIITTO



Kaikki Pelissä-inlärningsvideor del 2/4: Småspel



Inom Finlands Bollförbund stöder vi via Kaikki Pelissä-verksamheten gymnastikundervisningen och föreningarnas skol- och daghemssamarbete. Kaikki Pelissä-helheten omfattar material och utbildning för lärarna samt verksamhetsmodeller för förverkligande av föreningssamarbete.

Från detta dokument hittar du tips för genomförande av gymnastiklektioner med hjälp av fotboll och futsal. Videomaterialens träningsmoment har beskrivits med texter och skisser. Träningsmomentens principer fungerar även i andra bollspel.

Videomaterialet hittar du [här >>](#).



2. Småspel

Koppling till den grundläggande utbildningens läroplan: Motoriska grundfärdigheter, perceptionsmotorik, social funktionsförmåga

Kärnpunkter som utvecklas via träningsmomenten: balans -och rörelsefärdigheter, riktningsändringar, färdigheter att hantera redskap (boll), perception och beslutsfattande

Fotbollens grenfärdigheter: Perception, reaktion, passa, dribbla, första beröringen, finta, riktningsändringar och stopp, sparkteknik, bollhantering

Träningsmomenten kan göras såväl inomhus som även utomhus, med boll eller utan. Ändra områdets storlek samt antalet spelare och grupper enligt elevmängden i varje träningsmoment.

Presenterade träningsmoment

1. 1vs1-kamp
2. 2vs2 med magiboll
3. Flermål
4. Spökboll
5. Överlägesspel
6. Miniturneringar: mästerskapsspel, poängspel

Tillämpning för olika slags färdighets- och kompetensnivåer



Gör så att träningarna är tillgängliga för alla. Erbjud inspirerande gymnastikupplevelser för olika spelare oberoende av färdighets- och kompetensnivå.

Tillämpa regler och redskap.

- Större och lättare boll ger tid för reaktion (kom också ihåg ballonger), en klar och skramlande boll hjälper till att uppfatta var bollen är.

Ändra utrymmets storlek.

- Vissa träningar blir lättare/svårare om man ändrar utrymmets storlek eller avstånden. Effekten varierar beroende på elevens egenskaper.

Stöd delaktighet.

- Fråga hur deltagaren önskar få hjälp.
- Ge uppgifter som motsvarar elevens funktionsförmåga. Ge alla deltagare en betydande roll.

Använd undervisningsmetoderna på ett mångsidigt sätt

- Prata lite, visa mycket, använd fantasi. Gynna rutiner och bekanta lekar.
- Fråga, lyssna, bekräfta och agera.
- Använd vid behov bilder och haptik, d.v.s. information via beröring från kropp till kropp vid handledningen
- Använd träningsmoment som görs enskilt, parvis eller i grupp.

Diskutera med eleverna hur lagkamraterna kan beakta sådana som behöver särskilt stöd.

ANVÄNDA SYMBOLER ❖

 (ANFALLANDE) SPELARE ❖

 (FÖRSVARANDE) SPELARE ❖

 BOLL ❖

 LÅG KON ❖

 PASSNING ❖

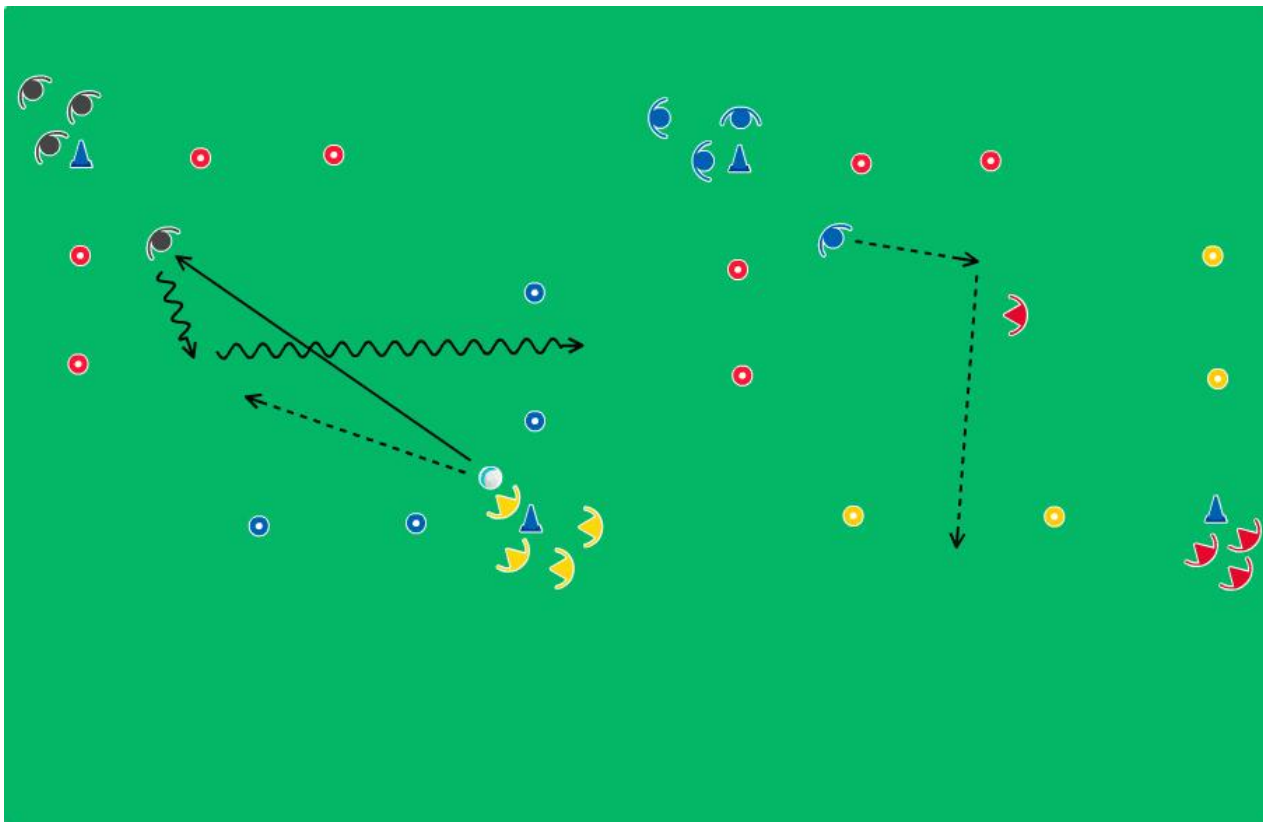
 SPELARENS RÖRELSE ❖

 DRIBBLING ❖

 SKOTT ❖

 BÄNK ❖

1. 1vs1-kamp



Beskrivning:

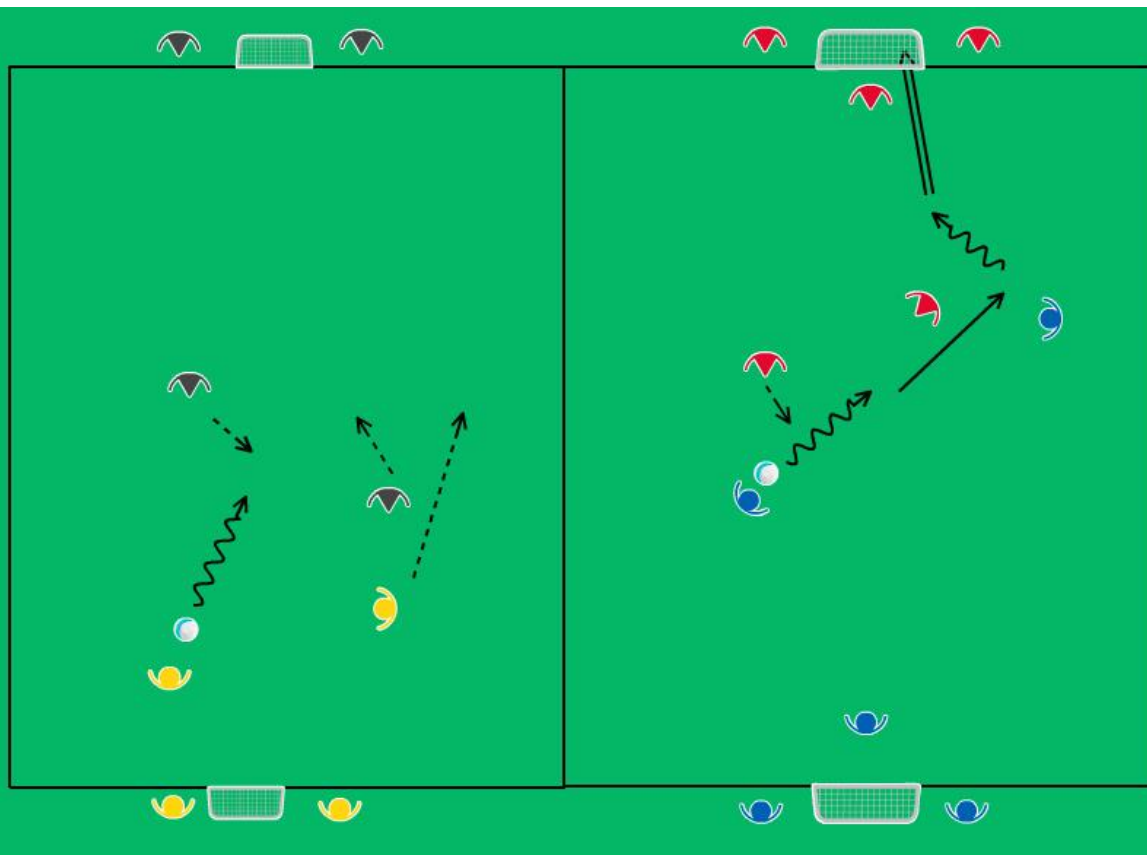
Lagen tävlar i 1vs1-situationer (försvarare och anfallare). Anfallarens målsättning är att slippa förbi motståndaren och springa genom ett portmål genom att finta och använda fart. Det finns två mål och de är på olika sidor. Laget får poäng om försvararen inte klarar av att röra den som springer.

Följande par tävlar genast efter det föregående. Det körs en omgång varefter lagdelarna anfall och försvar byts ut. Det kan också finnas flera tävlande grupper på planen.

Utveckla:

- Ta med en boll i spelet. Mål görs genom att dribbla genom en port (inte genom att skjuta). Försvararen försöker ta bollen.
- Lägg till så att övningen börjar med passning från motståndaren.
- Lägg till så att försvararen får möjlighet att göra mål. Från bollerövring försöker försvararen få bonuspoäng till det egna laget genom att dribbla genom motståndarens portmål (omställningssituation i fotboll).

2. 2vs2 med magiboll



Beskrivning:

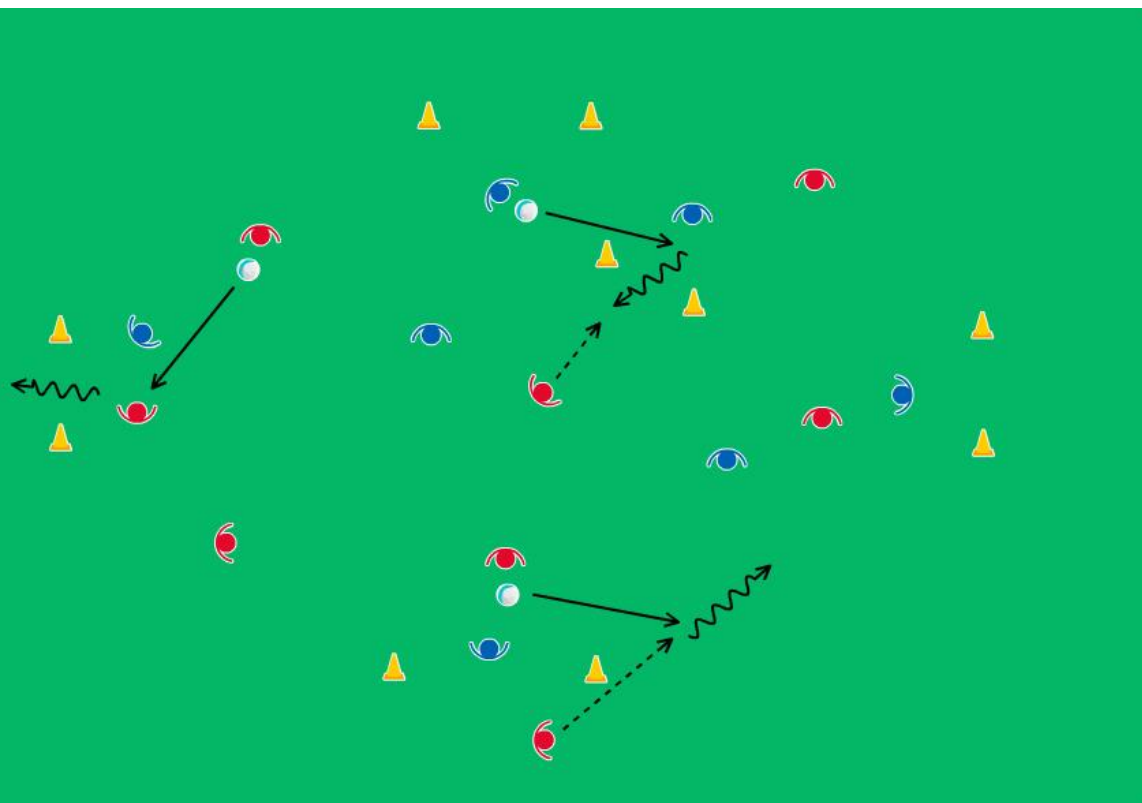
I ett lag kan det finnas 4-6 spelare. Man spelar 2vs2 som korta perioder på 30-45 sekunder på liten plan. Som mål kan man också räkna träff i kon eller att man överskrider linjen genom att dribbla.

Under matchen kan ledaren ropa "Magiboll!" (t.ex. när någon spelare som fått färre bollberöringar har bollen). Under magibollen är målen mera värdefulla, t.ex. 2 poäng för ett mål. Magiboll kan spelas i ca 10 sekunder. Då man ropar "Stopp!" slutar magiboll-situationen och spelet fortsätter som normalt igen. Om bollen åker ut eller när det blir mål ger läraren eller de elever som är i byte en ny boll med i spelet.

Utveckla:

- Bestäm vid bytessituationen vilket lag som får börja anfalla, t.ex. "byte, röd" och då ska det utnämnda (röda) laget starta anfall med nya spelare med en boll som ligger i den egna ändan.
- Ropa "Magiboll!" och lägg till ännu en boll i spelet.

3. Flermål



Beskrivning:

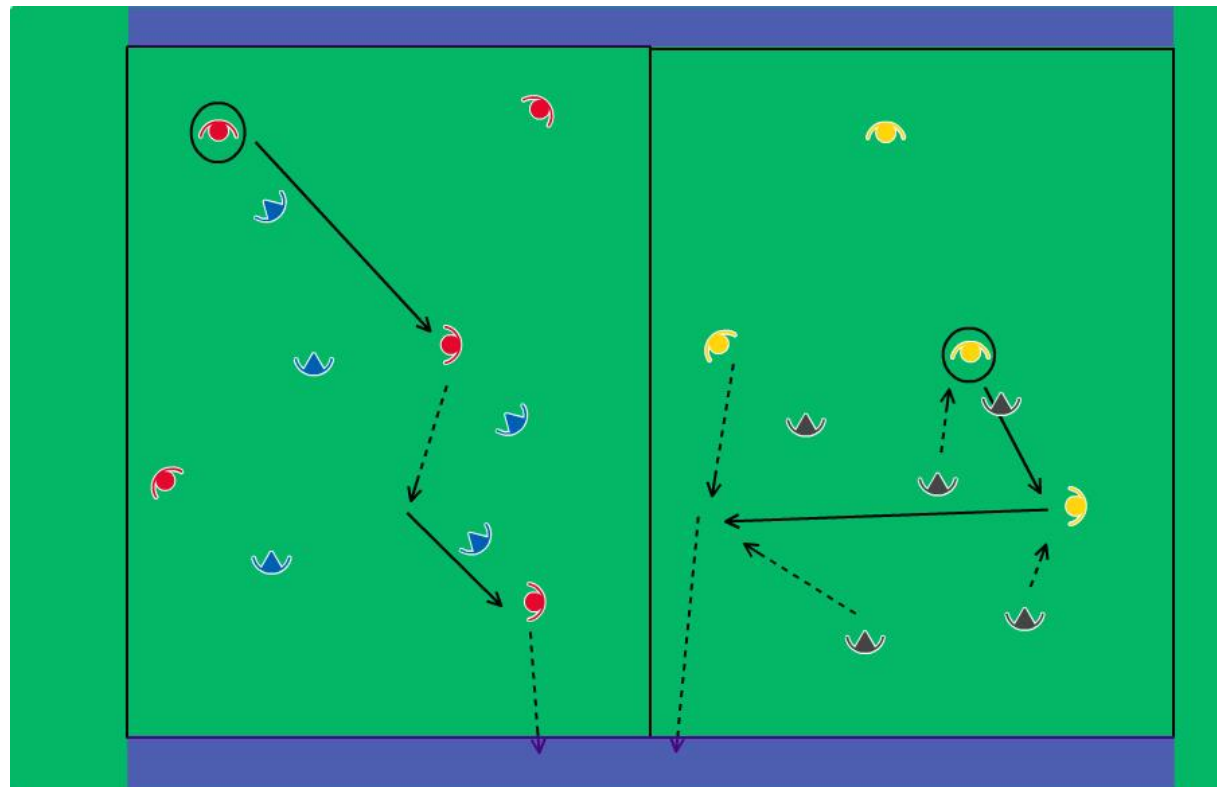
Det finns flera mål på planen och man kan göra mål i dem alla genom att dribbla genom eller passa till en egen spelare mellan konerna. På planen finns det inga tydliga sidlinjer. Spelet fortsätter även om laget gör mål. Man kan inte genast göra ett till mål i samma mål utan bollen måste ha gått via det andra laget eller i ett annat mål.

Det lönar sig att spela spelet med flera bollar så att man får mera rörelse och lyckade prestationer för alla. Om bollen smiter iväg från spelet lägger man in en ny boll i spelet.

Utveckla:

- Lägg till jokrar i spelet (= extra spelare som alltid spelar med det anfallande laget). På detta sätt blir det lättare att göra mål.
- Ändra antalet mål, storleken eller uppställningen.

4. Spökboll



Beskrivning:

I spelet använder man ingen boll utan istället för bollen använder man "spökboll" som besittningstecken d.v.s. upp med handen. Spelet börjar med att läraren ropar namnet på den spelare som ska ta emot bollen. Denna spelare lyfter upp en hand. Passning till de egna sker genom att högt ropa namnet på spelaren. Då lyfter den spelare som fått "bollen" genast upp en hand. Betona för eleverna att det är viktigt att lyfta handen så att vetskapen om var "bollen" är går fram till alla. När "bollinnehavaren" får bollen kan hen dribbla med den genom att springa med en hand uppe eller passa den genom att ropa namnet på spelarens namn. "Bollerövring" sker genom att röra motståndarens "bollinnehavande" spelare. Om man lyckas med detta måste man genast lyfta upp en hand som tecken ("bollinnehav"). Målsättningen d.v.s. att göra mål i spelet sker genom att springa "bollen" över motståndarens ändlinje.

Utveckla:

- Bilda flera 4vs4/5vs5-spel på liten plan. Spelet lämpar sig för såväl småspel som större 10vs10-spel.
- Placera koner i bägge ändar av området som portmål varifrån löpning som leder till mål måste göras.
- Ta med offsideregeln (linjeoffside eller fotbollens offside).

5. Överlägesspel

Träningsmomentet finns inte på video.



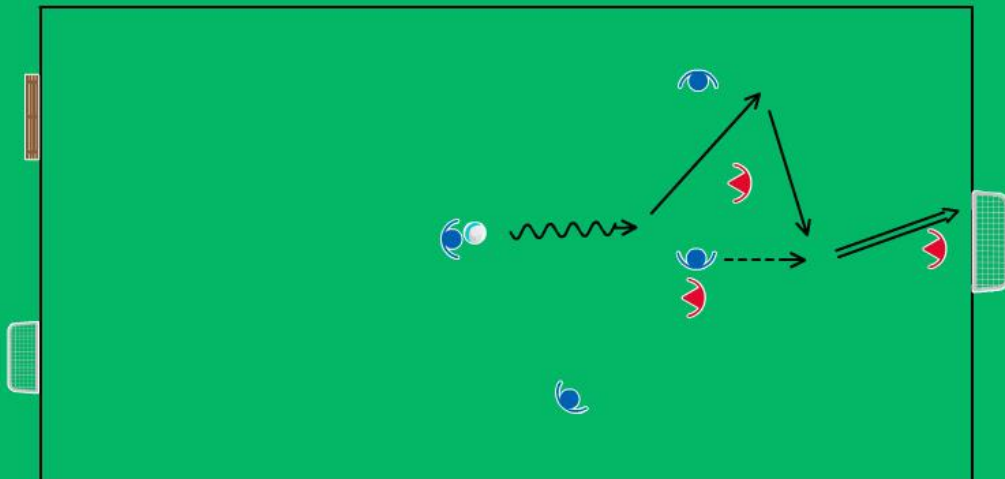
Beskrivning:

På området finns ett större mål (t.ex. madrass, juniormål eller motsvarande samt två små mål eller bara en linje). Man spelar t.ex. 3vs1/4vs3/6vs4 d.v.s. med en eller två spelares överläge.

Det lag som anfaller mot stort mål har alltid överläge. I spelet räknas hela tiden det anfallande lagets mål. Det försvarande laget kan minska det anfallande lagets målmängd genom att göra mål på bollerövringar i minimålen. När bollen går i mål eller ut får laget som anfaller mot det stora målet alltid en ny boll från det bakre området (läraren kan ge eller så hämtar eleverna själva). Man spelar flera 2-3 minuters omgångar. Lagen turas om att vara anfallare.

Utveckla:

- Starta spelet med stort överläge. En försvarande extraspelare får komma på plan alltid när det blir mål eller efter en viss tid. I slutet spelar man med jämna trupper.
- Underlätta det försvarande lagets målgörande genom att tillåta att man dribblar över kortlinjen.



6. Miniturneringar

Mästerskapsspel

Beskrivning:

Man spelar 3vs3/4vs4-matcher på flera olika planer. Målen kan variera från mål till konmål. Man kan spela med flygande målvakter eller utan. Speltiden varierar i omgångar på 2-4 minuter. Alla matchvinnare stiger alltid till en högre serie och förlorarna sjunker till en lägre serie. (t.ex. plan 1 = Tipsligan, plan 2 = Europa-ligan, plan 3 = Champions League o.s.v.).

Vid oavgjort avgörs vinnaren med sten-sax-påse-metoden eller med vinst för det lag som stigit upp. Om bollen går ut över sidlinjen fortsätter man spelet med en passning från sidlinjen eller alternativt genom att dribbla med bollen till spelområdet.

Utveckla:

- Låt det lag som gjort mål alltid fortsätta spelet från det egna målet.
- Kör en straffävling i slutet av omgångarna. Lägg till de mål som kommer där till de mål som gjorts inom den egentliga speltiden.



6. Miniturneringar



Poängspel

Beskrivning:

Man spelar 3vs3/4vs4-matcher på flera planer för småspel. Målen kan variera från mål till konmål. Man kan spela med "flygande målvakter" eller utan. Speltiden varierar i omgångar på 2-4 minuter. Alla spelare får samla poäng. De som varit med i det vinnande laget får alltid 3 poäng, för oavgjord match får man 1 poäng och förlorarna får 0 p. Efter omgången samlas man på en rad i ordning enligt poängantalet och skapar nya lag, t.ex. indelning till sex.

Utveckla:

- Kör omgångar med dubbla poäng.
- Kör en strafftävling i slutet av omgångarna. Lägg till de mål som kommer där till de mål som gjorts inom den egentliga speltiden.