

Alternativ:

Ytterbacken kommer upp i press på bollhållaren, närmaste innerback kan ge understöd medan de två övriga i backlinjen ger täckning på de farligaste ytorna framför mål.

Detta innebär att den bortre backen ofta kommer ganska långt in mot mitten av planen.

När motståndaren anfaller centralt i plan centrerar backlinjen, ytterbackarna flyttar inåt i planen

Markering betonas inte i denna försvarsmetod. Men i situationer nära eget mål kan de försvarande markera och fullfölja sin markering.

Som jag talade om tidigare kan laget välja att spela ett lågt eller högt försvarsspel. Jag tänkte nu att lite kort förklara dessa två alternativ.

När vi väljer att spela med ett lågt försvarsspel tar oftast forwards sina utgångspositioner kring mittplan. Genom att vi väljer detta alternativ får vi laget väl samlat, samt att vi täpper till attraktiva spelytor på egen planhalva för motståndaren. Oftast blir ytorna på motståndarens planhalva större och ökar utrymmet för offensiva kontringar.



I det låga försvarsspelet startar forwards sin press på motståndaren kring mittlinjen. Man försöker störa motståndaren i sina uppspel genom att pressa bollhållaren. Den spelare som ska pressa bör komma in i pressavstånd så fort som möjligt, utan att riskera att man blir överspelad. Ska den påbörjade pressen bli effektiv måste också medspelarna agera i pressituationen.

Detta kan ske genom överflyttning mot bollsidan. Det innebär att om en av motståndarens ytterbackar är bollhållare så pressar närmaste forward, medan den andre forwarden flyttar närmare för att täcka av ytor. Skulle ändå ytterbacken kunna vända på spelet till andra kanten, får bortre mittfältaren vara beredd att gå upp i press.

Vid markeringsförsvar ska mittfältsspelarna så fort som möjligt ta markering på var sin motståndare och fullfölja markeringen om motståndaren löper i djupled.