

Vi ska nu titta lite närmre på forwardsrollen.

Att vara forward idag är inte någon enkel sak, idag ställer tränare och klubbledning höga krav på dessa spelare. En "striker" ska göra mål, om så inte blir fallet hämtas oftast någon ny och så kan det hålla på.

På plan ställs det också stora krav både offensivt och defensivt på dessa spelare. I dagens fotboll utgör forwards sätt att agera en stor roll när motståndaren startar eller vinner boll. Den första pressen kan bli avgörande på vilket sätt man kan vinna bollen tillbaka, eller var "andrabollen" kan tänkas hamna.

Med andra ord blir forwards defensiva arbete av stor betydelse för hur övriga spelare ska arbeta i sina positioner och roller.

Defensiva rollen:

- *Bra kommunikation.

- *Pressa bollhållare samt ge support till mittfältare när bollen finns i den centrala delen av plan. VINN BOLLEN TILLBAKA.

- *Täckning och balans när bollen spelas runt på plan. Var skärpt ha bra spelavstånd, arbeta tillsammans.

Offensiva rollen:

- *Bra kommunikation.

- *Skapa möjligheter för att göra mål — via genombrott. Kombinationsspel med mittfält och forwards.

- *Bra rörelse utan boll, för att skapa sig egen yta samt yta för dina medspelare.

- *Positionsspelet samt spelet i sista tredjedelen,

Egenskaper defensivt:

Press och fördröjning: Det är ditt ansvar att så fort som möjligt ta dig in i press på bollhållaren då du befinner dig närmast denne (hög press, störande press eller låg press). Oftast är forwards involverade i den första pressituationen som laget sätter in på motståndaren.

Ibland kan tränaren eller coachen välja att låta en forward mera bli en avskärmande spelare och på så vis mera täcka av de ytor där laget inte vill att motståndaren ska få spela boll. På detta vis kan laget hållas relativt kort i början, innan laget sätter in en mer bollvinnande press på motståndaren.

Försök att hitta position för att fördröja motståndaren att avancera med boll framåt.

Om du som forward tappar positionen försök återta den så fort som möjligt.

Utnyttja misstag från motståndarens försvarsspelare snabbt.

Snabbhet, bra spelavstånd, kommunikation, tajming och spelförståelse samt en

förmåga att vara kreativ i sista tredjedelen är några viktiga nycklar att ta med sig i forwardrollen.

Täckning och djup bakom boll: När bollen befinner sig inom ditt område, ge täckning till den spelare som pressar bollhållaren. I täckningsspelet är det viktigt att du kommunicerar samt ger alternativ i djup och vinklar vid bollvinst.

Balans: Ibland kommer tillfällena där du som forward blir tvungen att balansera upp laget. Det kan vara vid tillfällena då någon av dina lagkamrater hamnar fel i sin position och lagdelsglapp uppstår.