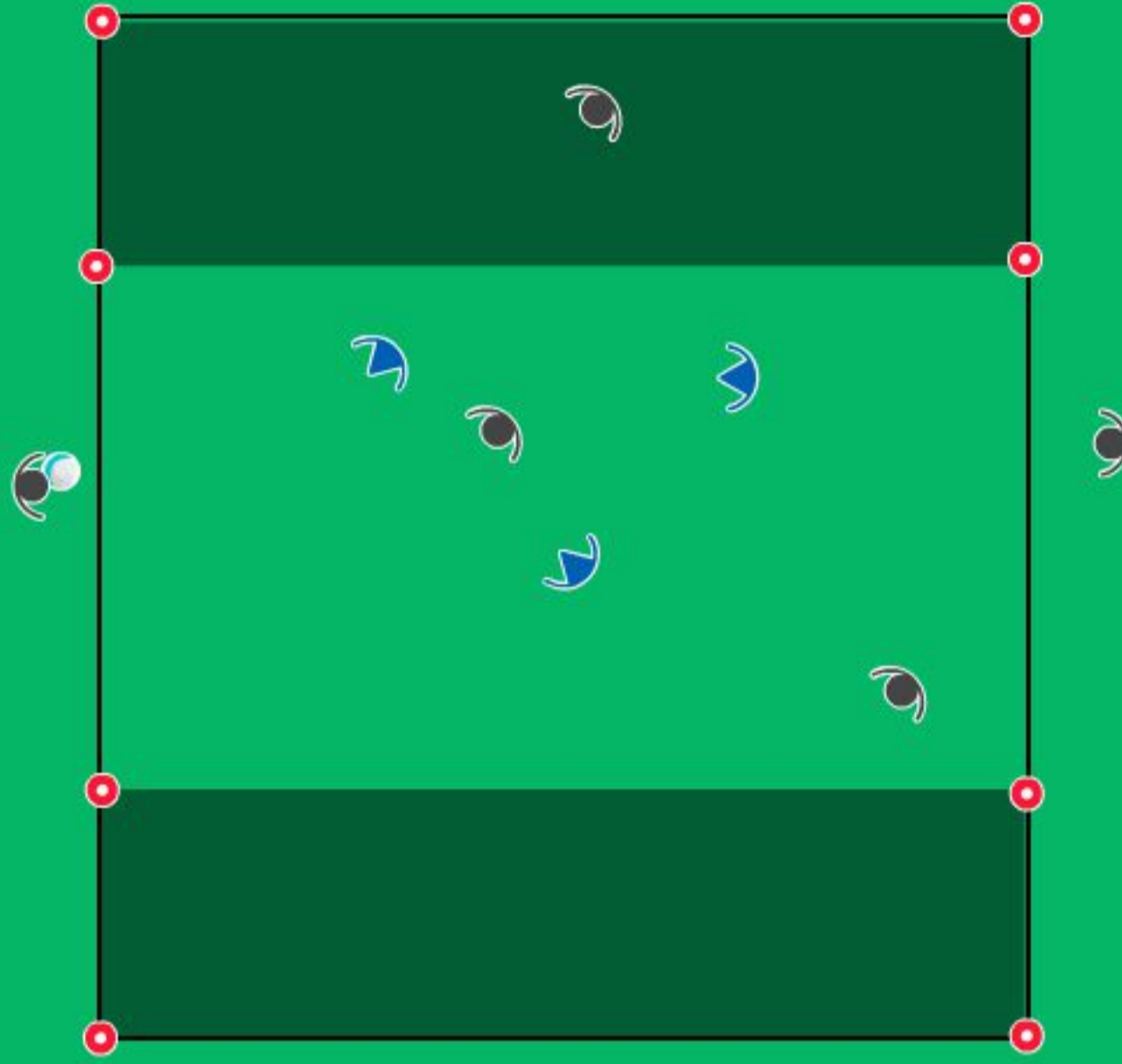




HARJOITE 3v3+2 suunnallinen pallonhallintapeli



TEEMA

Havainnointi - pallottoman puolustaminen

HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

Pelataan pallonhallintapeliä suorakulmiossa, jonka päädyissä molemmilla joukkueilla on omat maalintekoalueet. Pallollisella joukkueella on käytössään laitajokerit, joilla on kaksi kosketusta. Tarkoitus on tunnistaa vaarallisin vastustaja ja pyrkiä estämään maalinteko. Maalit tehdään syöttämällä pallo maalialueelle liikkuvalla pallottomalle hyökkääjälle.

Alueen koko 30x18m.

LAATUTEKIJÄT

TEKNINEN

Käsien käyttö vartioinnissa, kontrollointi

TAKTINEN

Tunnista vastustajan liikesuunta ja oma vastuualueesi

FYYSINEN

Liikesuuntaus ja intensiteetti vastustajaan ja palloon suhteutettuna

HENKINEN

Puolusta loppuun asti, taistele

AVAINKYSYMYKSET

Kuka on vaarallisin pelaaja? Miten voit nähdä vaarallisen pelaajan? Näetkö samalla myös pallon? Miten sijoitut suhteessa vaaralliseen pelaajaan?