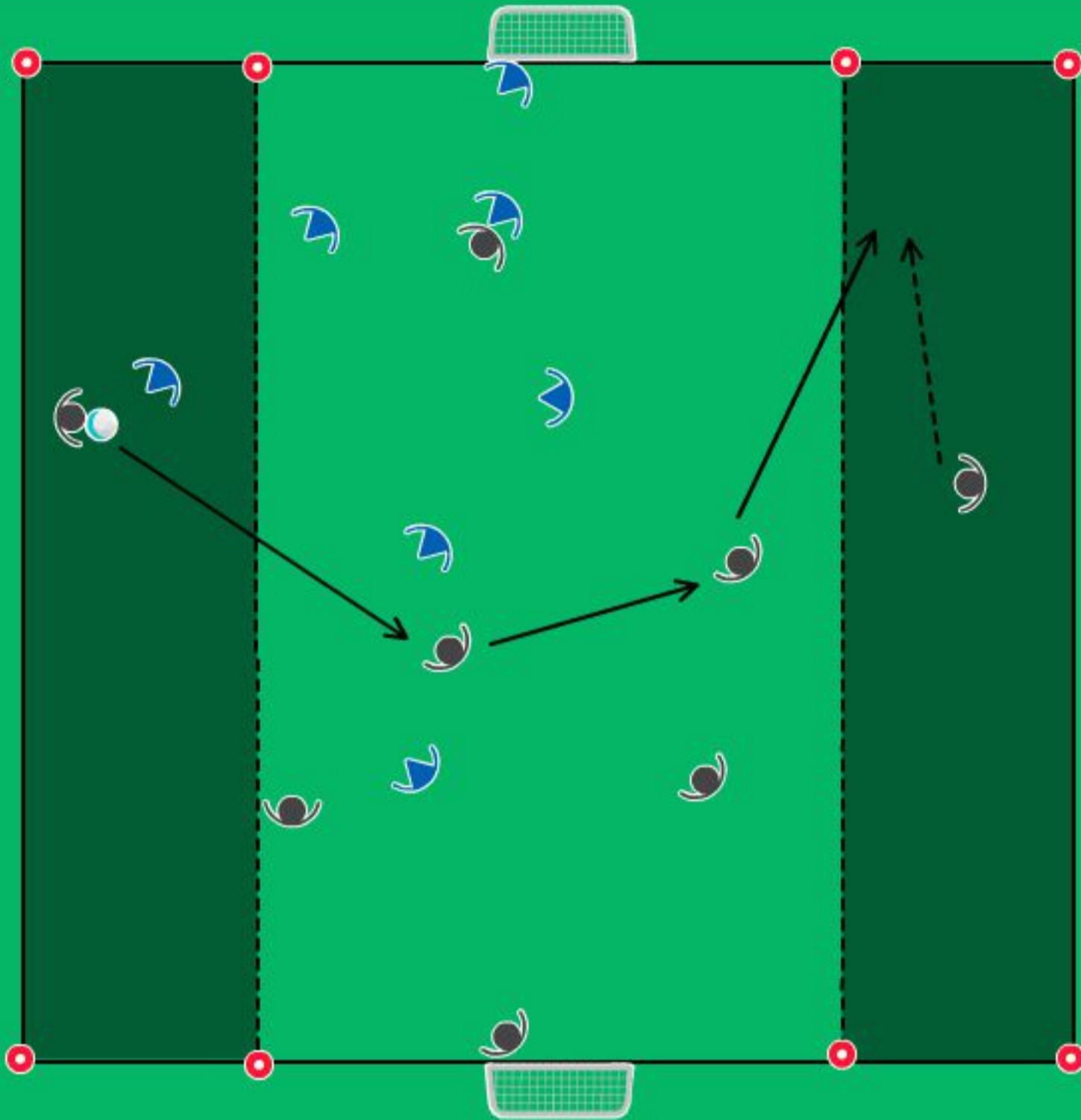




HARJOITE 6v6+1



TEEMA

Painopisteen vaihto ja tuen tarjoaminen laitakaistalle

HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

6v6+1 peli, jossa puolustavan joukkueen on kavennettava keskikaistalle. Puolustavat pelaajat saavat liikkua laitakaistalle vasta, kun pallo pelataan sinne. Jokeri aina pallollisen joukkueen puolella.

TEKNINEN

Pallonhallinnan säilyttäminen, syöttämisen laatutekijät

LAATUTEKIJÄT

TAKTINEN

Painopistevaihto, missä on tilaa edetä? Miten tarjoan tuen laitakaistalle, miten sijoitun, jotta voin edistää peliä? Onko tarve hätätuelle, vai voinko olla peliä edistävässä asemassa?

FYYSINEN

Nopesukestävyys

HENKINEN

Kommunikointi, tilanteen tunnistaminen

AVAINKYSYMYKSET

Onko pallollisella tuki? Voimmeko edetä? Missä on tilaa? Miten sijoitun jotta mahdollistat painopistevaihdon?