



### TEEMA

Pelipaikkakohtainen pallonhallintapeli suunnalla

### HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

Harjoitellaan leveyden hyödyntämistä joukkueen hyökkäyspelissä. Keskialueella pelataan 3 v 3 (+1) tai 4 v 4 (+1). Molemmissa päädyissä ja laidoilla on pallollisen joukkueen puolella olevat jokeripelaajat, joilla on käytössä kaksi kosketusta. Tavoitteena on pelata päästä päähän siten, että ennen uuteen päätyyn pelaamista pallon on käytävä molemmilla laitajokereilla. Toiselle laitajokerialle pelatessa tämä voi pelitilanteen mahdollistaessa pelata pallon päätyyn. Alueen koko 35mx45m, laita-alueet 5m.

TEKNINEN	LAATUTEKIJÄT	TAKTINEN
Kuljetus, käänös, syöttö ja ekakosketus	Havainnointi, liikkuminen pelattavaksi, leveys, peliasennot, tuen antaminen, painopisteen siirto painottomalle puolelle, syvyys, tilanteko itselle ja toiselle, syötäkö vai kuljetäkö?	
FYYSINEN	HENKINEN	
Vauhtikestävyys	Keskittyminen teknistaktisiin yksityiskohtiin osana kollektiivia, peli-intensiteetti (nopea pelinopeus ilman hosumista), voitontahto, rohkeus pallollisena ja välitön riisto pallonmenetyksen jälkeen	

### AVAINKYSYMYKSET

Milloin ja miten annat tuen? Missä on tila etenemiselle? Mitä vaihtoehtoja meillä on siirtää painopistettä toiselle laidalle (painoton puoli) varmasti mutta nopeasti? Millaiseen peliasentoon liikut pelattavaksi? Miten voit sen tehdä?