

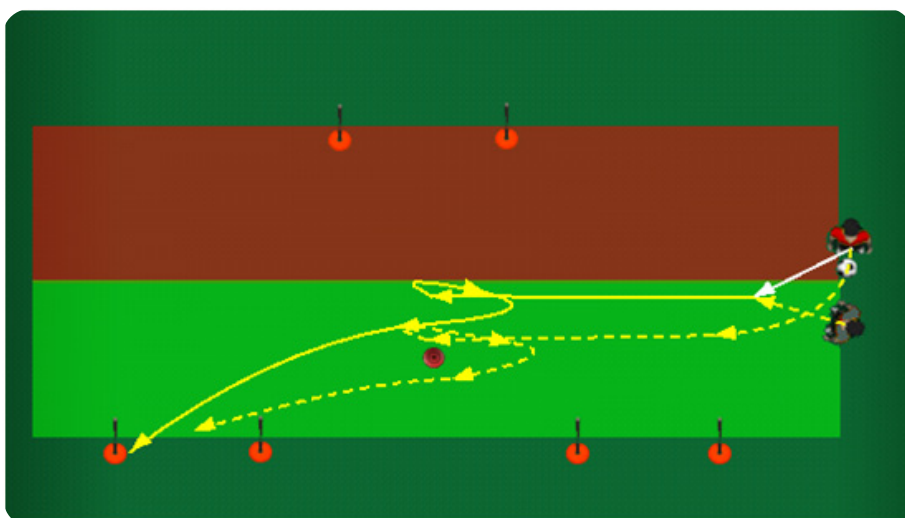
1v1 kahteen rinnakkaiseen maaliin

Teema




1v1 -tilanne sivulta, riistäminen, tilanteenvaihto.

Välineet

Palloja, "tötsät" pelikentän rajojen ja kartiot maalien merkitsemistä varten.



Symbolit

-  = syöttö/laukaus
-  = kuljettaminen
-  = liikkuminen ilman palloa

Organisointi ja harjoitteen kuvaus

10x20-25 m kenttä, 1v1 kahteen rinnakkaiseen maaliin (maalit 2-3 m). Pelaajat lähtevät kentän sivulta. Pallollinen syöttää pallon eteen pallottomalle ja ryntää heti perään. Pallollisen on kuljetettava alueen keskirajalle, ennen kuin hän voi yrittää maalia. Maalit tehdään kuljettamalla. Jos puolustaja onnistuu riistämään, hänen tulee syöttää vastakkaisessa päädyssä olevan porttimaalin (3 m) läpi.

Huomioitavaa

Hyökkääjä: nopea kuljetus puoliväliin, sen jälkeen päätös, kumman maalin läpi aikoo kuljettaa. Pallosta on pidettävä huolta.

Puolustaja: terävä liike, matala painopiste. Ei saa "myydä" itseään liian helpolla. Voi tehdä myös puolustajan harhautusliikkeitä. Nopea reagointi hyökkääjän virheisiin (esimerkiksi pallo karkaa kontrollista).

Avainasiat

Hyökkääjällä yllättäviä pysähdyksiä ja temponvaihdoksia. Nopea reagointi puolustajan virheisiin. Puolustajalla välittömästi mahdollisen riiston jälkeen huolellinen syöttö portin läpi.

Helpottaminen

Maalin saa tehdä myös laukomalla, maalien suurentaminen.

Vaikeuttaminen

Maalien pienentäminen.

