

Kuka pelkää puolustajaa?




Teema

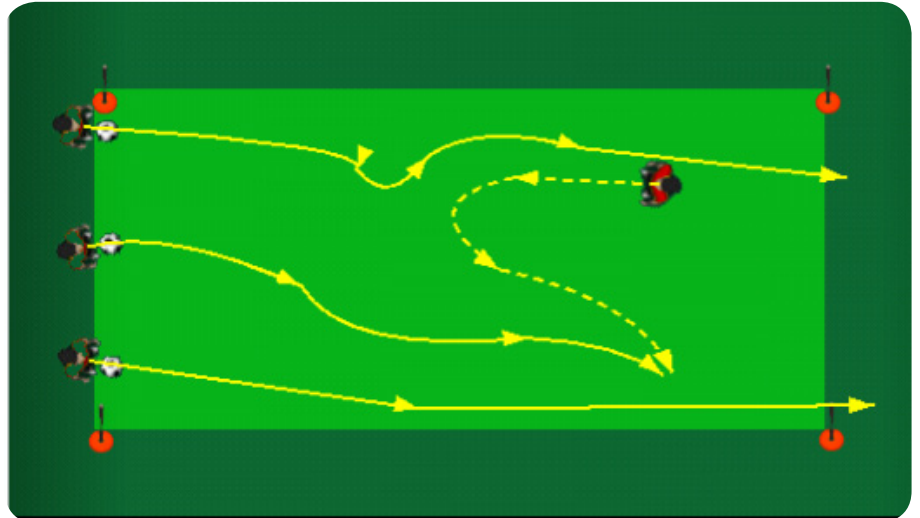
Kuljettaminen, harhauttaminen, riistäminen, pelin havainnointi.

Välineet

Palloja sekä kartiot alueen merkitsemistä varten.

Symbolit

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



Organisointi ja harjoitteen kuvaus

6-8x15 m suorakaide, koko pääty maalialueena. Kolme pallollista hyökkääjää, yksi palloton puolustaja. Pelataan kuka pelkää puolustajaa -leikki pallolla. Pallolliset lähtevät päädyistä ja yrittävät kuljettaa pallon toiseen pätyyn puolustajan ohi. Puolustaja saa taklata pallollisia koko alueella. Viisi yritystä. Kuinka monta onnistunutta taklausta puolustaja onnistuu tekemään? Tämän jälkeen vaihdetaan osia.

Huomioitavaa

Aluetta voi suurentaa ja osallistujamääriä voi lisätä. Pallollisia ei kuitenkaan kannata olla liian monta suhteessa puolustajaan. Harjoitetta voi aluksi tehdä ilman palloa.

Avainasiat

Hyökkääjät: miten pallollinen pelaa 1v1 -tilanteen, pystyvätkö hyökkääjät tarkkailemaan muita pelaajia ja valitsemaan helpoimman reitin puolustajan ohi? Pallon kuljettamisessa pallon pitäminen eri etäisyydellä itsestä; puolustajan lähellä pallo lähikontrollissa, ohituksen jälkeen voi antaa itselleen hiukan pidemmän syötön.

Puolustaja: pallollisen peittäminen, "jarruttaminen" hyvissä ajoin, puolustusasento. *Milloin kannattaa taklata?* Yhden onnistuneen taklauksen jälkeen mahdollisimman nopeasti vielä toisen pelaajan perään.

Helpottaminen

Alueen suurentaminen.

Vaikeuttaminen

Alueen pienentäminen.

