

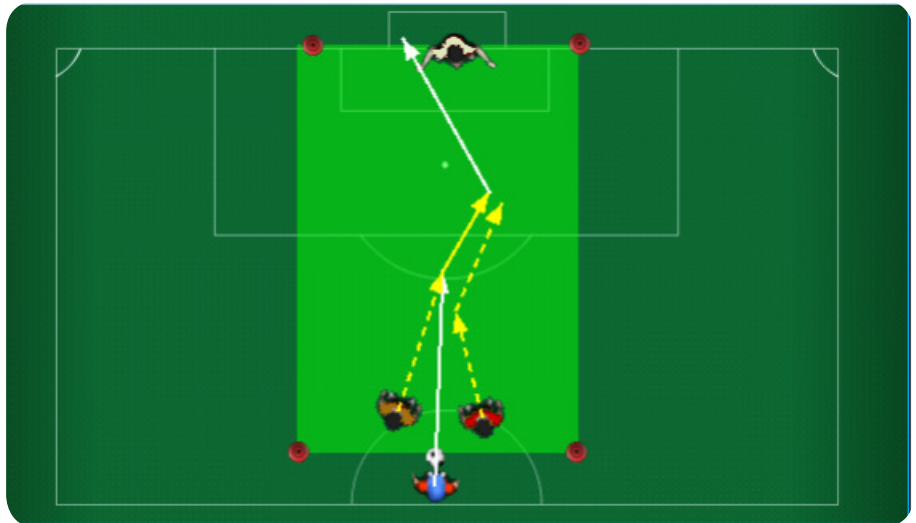
1v1 rinnakkain + maalinteko

Teema

Maalinteko läpiajosta, riistäminen.

Välineet

Maali, palloja sekä "tötsät" alueen merkitsemistä varten.



Symbolit

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

Organisointi ja harjoitteen kuvaus

Pelaajat kahdessa jonossa (3-4 pelaajaa molemmissa) rinnakkain 25-30 m maalista. Valmentaja pelaa pelaajien välistä pallon pystyyn. Ensiksi palloon ehtinyt hyökkää, toiseksi jäänyt puolustaa. Pelataan 1v1 -tilanne maalintekoon asti. Tilanne täytyy pelata 15 m leveän "käytävän" sisällä. Lähtötilannetta voidaan muunnella mm. pelaajien lähtöasentoa muuttamalla (istuminen, makaaminen jne.). Jos puolustaja saa riistettyä pallon, hänen tulee syöttää se maalivahdille tai valmentajalle.

Huomioitavaa

Nopea reagointi, hyvä 1. kosketus. Liikkuminen jos mahdollista puolustajan eteen. Varma viimeistely.

Avainasiat

Liikkuminen vastustajan takaa-ajavan puolustajan eteen. Jos maalivahti ei tule riittävästi vastaan, huolellinen sijoitus ohi maalivahdin (nopealla katseella varmistetaan, mihin maalivahti on sijoittunut). Ohittamisessa mahdollinen harhautus, sitten maalivahdin kiertäminen riittävän kaukaa (jotta maalivahti ei pääse heittäytymään hyökkääjän jalkoihin).

Helpottaminen

Suurena murtautumis-/maalintekoaluetta.

Vaikeuttaminen

Supista murtautumis-/maalintekoaluetta, hyökkäykselle aikaraja.

