

3v0 kahteen maaliin




Teema

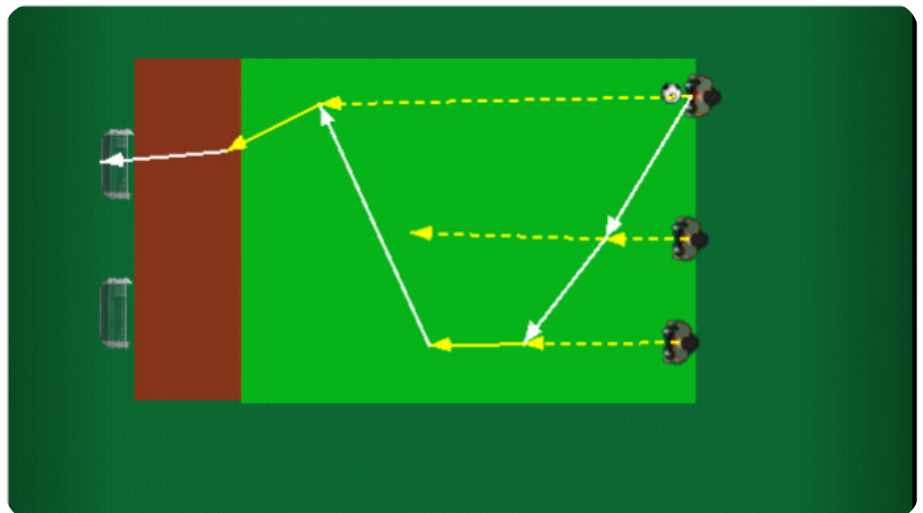
Syöttöpele ilman vastustajaa.

Välineet

Pallo, ”tötsät” alueen ja kartiot maalien (tai ns. mimimaalit) merkitsemistä varten.

Symbolit

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



Organisointi ja harjoitteen kuvaus

15x25 m kenttä, kaksi minimaalia (1,5-2 m). Maalien edessä on 5 metriä syvä maalintekoalue. 3v0 -pele.

Kaksi pelaaja lähtee maaliviivalta, yksi pelaaja ylempänä keskushyökkääjänä. Joukkue lähtee etenemään kohti vastapuolen maaleja. Palloa saa syötellä vapaasti, mutta pallon on käytävä vähintään kerran jokaisella pelaajalla. Maalin saa tehdä vain maalintekoalueelta. Voidaan järjestää kilpailu siitä, mikä joukkue tekee maalin nopeimmin.

Huomioitavaa

Harjoitetta voi varioida siten, että kaikkien pelaajien on vaihdettava paikkaa ennen maalintekoa. Näin opitaan harhauttamaan vastustajan puolustusta ja luomaan tilaa omille pelaajille.

Avainasiat

Pallon pelaaminen pelikaverin juoksulinjalle, jotta joukkue voisi edetä mahdollisimman nopeasti.

Helpottaminen

Maalialueet suuremmiksi.

Vaikeuttaminen

Maalialueet pienemmiksi, hyökkäykselle aikarajoite. Vähintään yksi syötöstä pitää olla annettu ensimmäisellä kosketuksella. Käytetään vain heikompaa jalkaa.

