

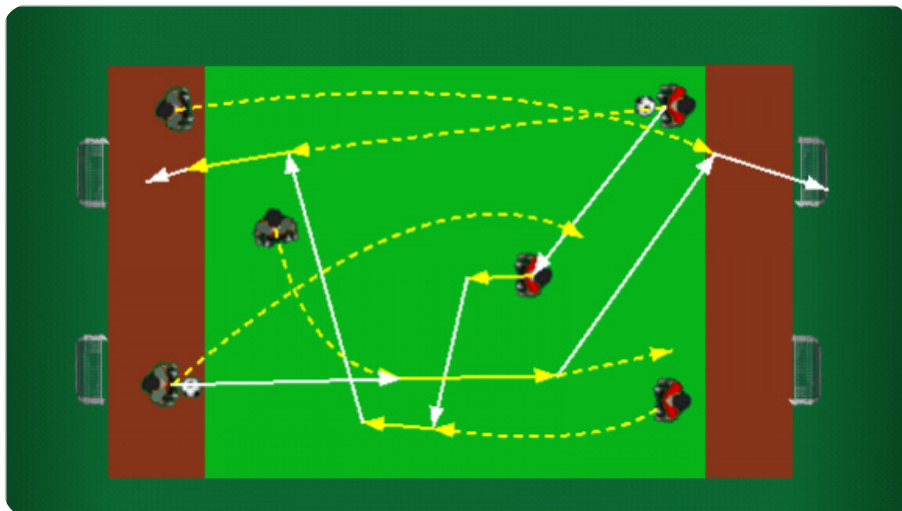
3v0 vastakkaisiin suuntiin

Teema




Syöttöpeli ilman vastustajaa.

Välineet

Pallo ja minimaalit sekä ”tötsät” alueen merkitsemistä varten.



Symbolit

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

Organisointi ja harjoitteen kuvaus

15x25 m kenttä, neljä minimaalia. Maalien edessä 5 metriä syvä maalintekoalue. 3v0 -peli kahdella joukkueella vastakkaisiin suuntiin. Molempien joukkueiden kaksi pelaaja lähtee maaliviivalta, yksi pelaaja ylempänä keskushyökkääjänä. Joukkueet lähtevät etenemään kohti vastapuolen maaleja. Palloa saa syötellä vapaasti, mutta pallon on käytävä vähintään kerran jokaisella pelaajalla. Kumpi joukkue tekee ensiksi viisi maalia?

Huomioitavaa

Harjoitteen kulkua on seurattava tarkasti, jotta ei tule yhteentörmäyksiä joukkueiden pelatessa vastakkaisiin suuntiin. Pelaajia on kannustettava pitämään katseensa ylhäällä.

Avainasiat

Mihin pallo pitää pelata, jotta voidaan edetä mahdollisimman nopeasti? Pelikaverin juoksulinjalle. Miksi kannattaa pitää kolmiomuoto? Kolmio tarjoaa enemmän syöttömahdollisuuksia. Vastustajan on vaikeampi päästä vastaanhyökkäykseen. Vastaanottavan pelaajan on helpompi löytää kohde suoralle jatkosyötölle. Syöttökulmat ovat paremmat

Helpottaminen

Maalialueet suuremmiksi.

Vaikeuttaminen

Kosketusrajoitukset, maalinteko suoraan syötöstä, saa käyttää vain heikompa jalkaa.

