

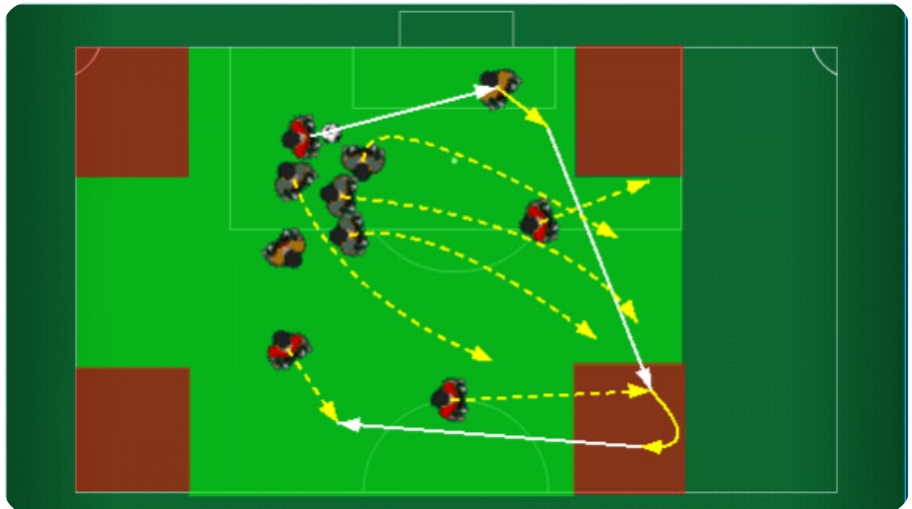
4+2v4 neljään maalialueeseen

Teema




6v4 -ylioiman hyödyntäminen, pelin painopisteen muuttaminen, lyhyiden ja pitkien syöttöjen variaatio.

Välineet

Pallo, liivit ja "tötsät" sekä kartiot alueen ja maalialueiden merkitsemistä varten.



Symbolit

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

Organisointi ja harjoitteen kuvaus

Alueena on 40 m neliö, jonka kulmissa on 5 m² suuruiset maalintekoalueet. Pelataan 4v4 -peli kahdella neutraalilla pelaajalla, jotka ovat aina pallollisen puolella. Pallon saa pelata mihin tahansa kulmaan. Maalin tehnyt joukkue saa jatkaa maalin jälkeen pallon pitämistä hallussaan. 3-4 minuutin pelejä, joiden välissä pieni palautumistauko.

Huomioitavaa

Samaan kulmaan ei saa pelata välittömästi uudestaan

Avainasiat

Hyökkääjät: huomio tyhjän tilan luomiseen ja sen täyttämiseen. Valmentajan tulee korostaa oikea-aikaista liikkumista ilman palloa ja pallon kanssa. Syöttöjen laatuun sekä pitkien ja lyhyiden syöttöjen vaihteluun tulee kiinnittää paljon huomiota. Pelaajia tulee kannustaa salaamaan aikeensa (syöttöjen peittäminen, yllätyksellisyys). Missä on tyhjää tilaa, miten puolustava ryhmä on sijoittunut?

Puolustajat: on tärkeää puolustaa ryhmänä. Pallollisen joukkueen virheitä pitää kytätä; huonoon syöttöön/haltuunottoon on reagoitava välittömästi. Pallon riistämisen jälkeen on heti kyettävä pallolliseen pelaamiseen, mm. pallottomien pelaajien on otettava etäisyyttä pallolliseen pelaajaan.

Helpottaminen

Laajennetaan aluetta ja maalialueita. Alueen ulkopuolelle seinäpelaajia.

Vaikeuttaminen

Kosketusrajoitukset, maalialueet pienemmiksi. "Jääkiekkopaisio" (pallon on mentävä kulmaan ennen pelaajaa).

