

## Mv + 4v3 + 3v2 kahdella alueella




### Teema

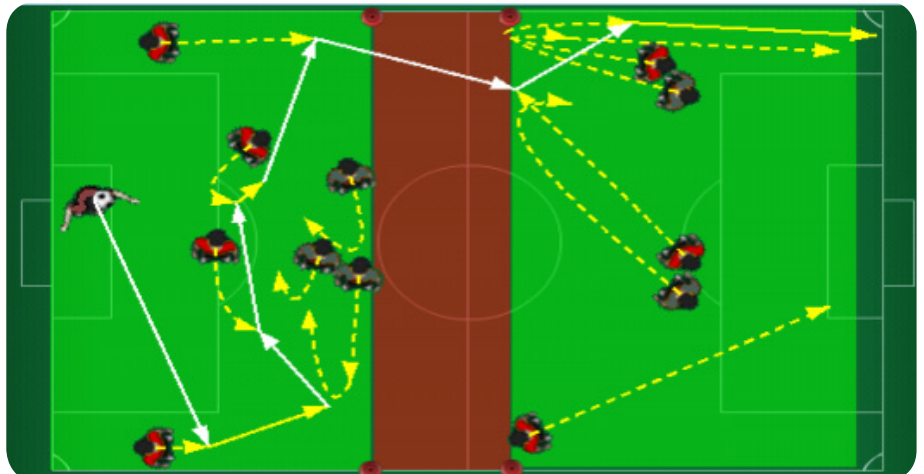
4v3 (+maalivahti) -ylivoiman hyödyntäminen, pelin painopisteen muuttaminen, kierrättäminen, pitkät pystysyötöt.

### Välineet

Maali, palloja, liivit sekä ”tötsät” alueiden merkitsemistä varten.

### Symbolit

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



### Organisointi ja harjoitteen kuvaus

35x54 m kenttä. 4v3+3v2 kolmella alueella (välissä 10 m syvä neutraali alue). Maalivahti käynnistää aina pelin 22 m syvältä lähtöalueelta, jossa pelataan 4v3 (+maalivahti) -tilanne. Pallollinen joukkue yrittää pitää palloa hallussaan ja päästä syöttämään kontrolloidusti maata pitkin 10 m syvän neutraalin alueen yli hyökkäysalueelle, jossa pelataan 3v2 -tilanne. Hyökkäävä joukkue yrittää päästä kontrolloidusti päädyn yli. Jos puolustava joukkue saa riistettyä pallon, se saa yrittää maalintekoa.

### Huomioitavaa

Maalivahdin avauksiin ja aktiivisuuteen tulee kiinnittää paljon huomiota.

### Avainasiat

**Hyökkääjät:** miten 4v3 -tilanne pelataan? Kuinka hyödynnetään parhaalla mahdollisella tavalla tila? On pyrittävä pelaamaan laadukkaita syöttöjä ilman riskiä, mieluummin syöttö kuin kuljettaminen. Jos pelaaja valitsee kuljettamisen, tämän täytyy suuntautua tyhjään tilaan. Kannattaa välttää 1v1 -tilanteita ja pyrkiä 2v1 -tilanteisiin. Tavoitteena on hyvä kommunikaatio pelaajien välillä; puhe, katsekontakti, ei yllättäviä syöttöjä kaverin selkään. Tilaa on yleensä eniten kaukana pallosta. Maalivahtia on hyödynnettävä riittävän ylivoiman saamiseksi. Syötön jälkeen tulee liikkua välittömästi tyhjään tilaan. Neutraalin alueen toisella puolella hyökkääjien on oikein ajoitetulla liikkumisellaan tehtävä pitkät pystysyötöt mahdollisiksi.

**Puolustajat:** kaikkien pelaajien on oltava aktiivisia ja toimittava yhtenäisenä ryhmänä. Puolustajien on koko ajan kytättävä pallollisen ryhmän pienintäkin virhettä. Riiston tapahtuessa on pyrittävä mahdollisimman nopeasti maalintekoon. Neutraalin alueen toisella puolella puolustavien pelaajien on seurattava pelin avaamista ja ennakoitava mahdollista pitkää pystysyöttöä. Paras vaihtoehto on luonnollisesti, jos pystyy katkaisemaan syötön.

### Helpottaminen

Alimmalta alueelta saa yksi pallollinen pelaaja nousta kuljettamalla neutraalin alueen yli. Tällöin yksi puolustava pelaaja saa seurata.

### Vaikeuttaminen

Kosketusrajoitukset, pelialueiden pienentäminen, neutraalin alueen pidentäminen.

