

Mv + 3vMv + 3 kolmella kaistalla




Teema

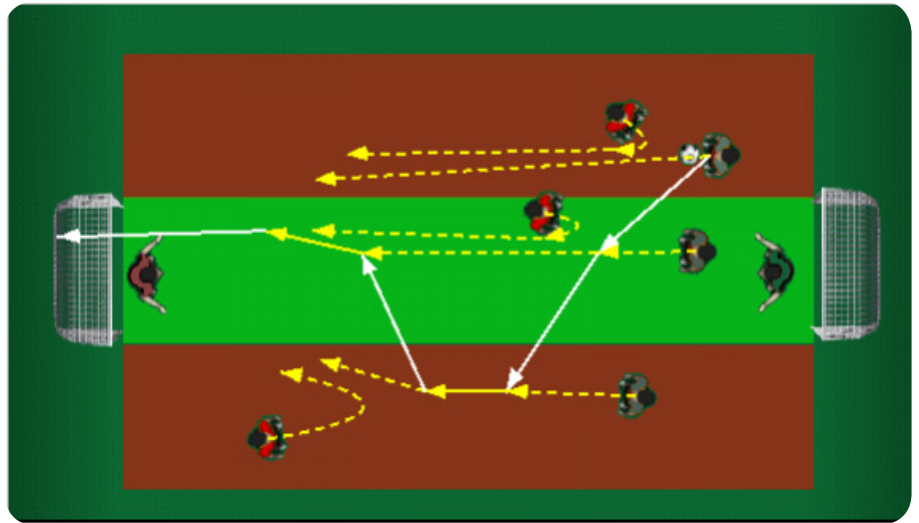
1v1 -tilanne, 2v1 -ylivoiman luominen, diagonaalisyytöt.

Välineet

Maalit, liivit, palloja ja "tötsät" tai kartiot alueiden merkitsemistä varten.

Symbolit

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



Organisointi ja harjoitteen kuvaus

30x24 m suorakaiteen muotoinen kenttä jaettuna kolmeen 8 m leveään kaistaan. Mv + 3vMv +3 siten, että jokaisella kaistalla on 1v1 -tilanne. Pelaajat eivät saa liikkua omalta kaistaltaan toiselle. Maalin saa tehdä vain, jos pallo on käynyt hyökkäyksen aikana kaikilla kolmella kaistalla (aluksi voi pelata niin, että pallon on käytävä kahdella kaistalla). Pelataan 2-3 min jaksoja.

Huomioitavaa

Pallottomien pelaajien liikkuminen (on vältettävä liikkumista syöttövarjoon), syöttöjen laatu. Joskus pallollisen joukkueen täyty hakea vauhtia alaspäin pelamalla.

Avainasiat

Hyökkääjät: pelin avaamisessa oman maalin lähellä kannattaa hyödyntää maalivahtia. Muuten pelaajien tulee pyrkiä muuttamaan hyvällä yhteisapelillä 1v1 -tilanne 2v1 -ylivoimaksi. Pallollisen pelaajan vieressä olevan kaistan kanssapelaajan tulee omalla liikkeellään ja peliasennollaan tehdä syöttö mahdolliseksi. Pallollinen pelaaja voi käyttää viereistä pelaajaa myös hämäyksenä, kun hän ohittaa vastustajansa 1v1 -tilanteessa. Erityistä huomiota kannattaa kiinnittää syöttöjen ajoituksiin ja pelaajien väliseen yhteistyöhön. *Milloin kannattaa syöttää jalkaan, milloin juoksulinjalle?*

Puolustajat: pallollista pelaajaa puolustavan pelaajan on oltava kärsivällinen, jotta ei pelaa itseään ulos liian aktiivisella pelaamisella, *milloin peitän, milloin taklaan?* Hänen on samalla havainnoitava viereisellä kaistalla tapahtuva pallollisen pelaajan pelikaverin liikkuminen. Puolustavien pelaajien on jatkuvasti puhuttava keskenään. Riiston tapahtuessa on pyrittävä mahdollisimman nopeaan vastaiskuun.

Helpottaminen

Alueen suurentaminen, sivurajoille seinäpelaajia. Yksi neutraali pelaaja, joka on jatkuvasti pallollisen joukkueen puolella. Pelaajat saavat vaihtaa alueita.

Vaikeuttaminen

Alueen pienentäminen.

