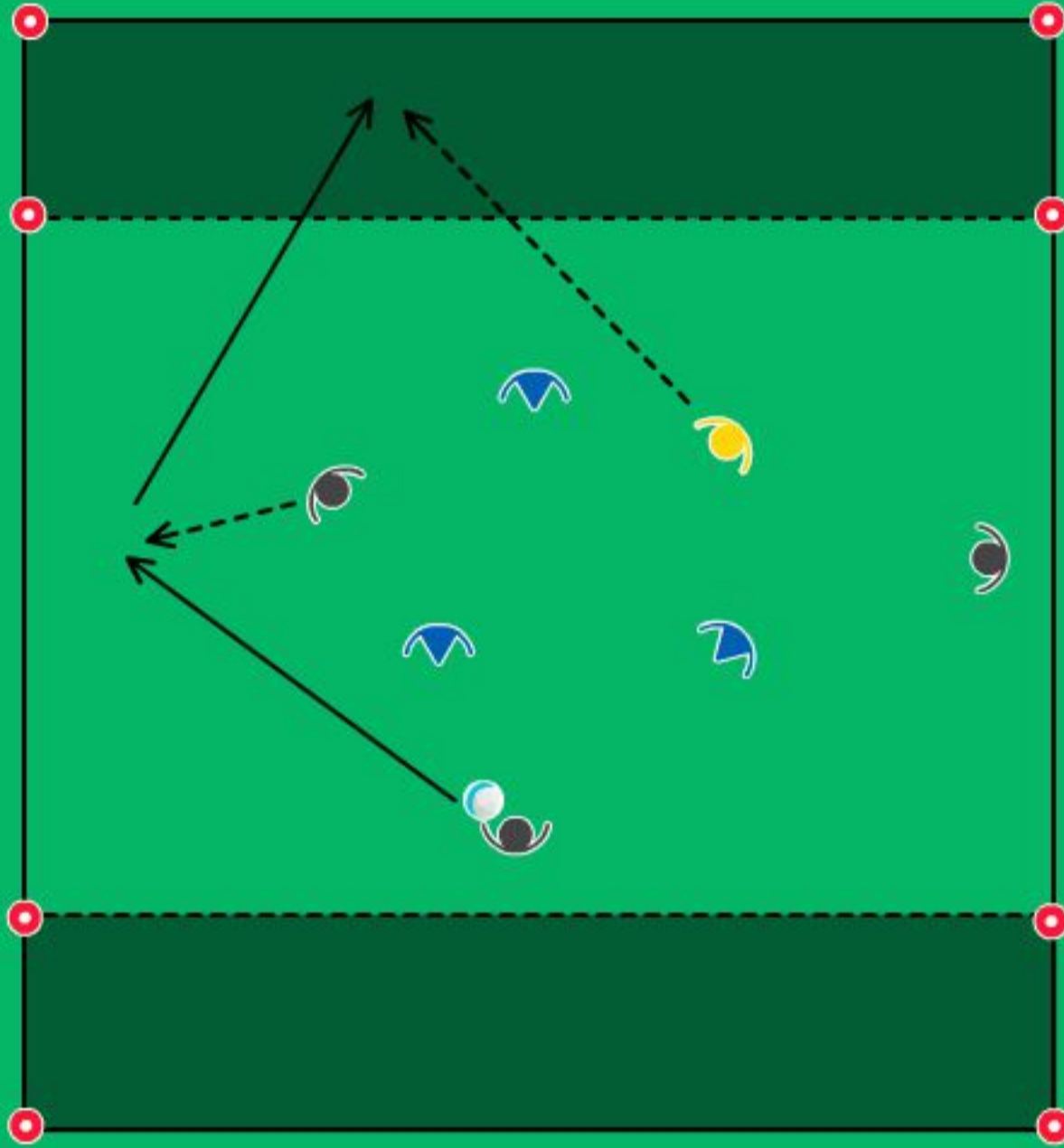




HARJOITE 3v3+1 viivapeli



TEEMA

Pallottoman liike pelattavaksi

HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

3v3+1 peli, jossa maali tehdään syöttämällä pallon maalialueelle liikkeen tehneelle pelaajalle. Maalin jälkeen suunta vaihtuu, ja sama joukkue pyrkii tekemään maalin toiselle alueelle. Maalin jälkeen päätyalueella olevaa pelaajaa ei saa prässätä.

Alueen koko 30x20m.

TEKNINEN

Syöttämisen laatutekijät, oikea-aikaisuus, pallokontrolli.

LAATUTEKIJÄT

Mikä on paras tapa tehdä maali? Missä voit saada pallon? Voiko sinulle syöttää?

TAKTINEN

FYYSINEN

Liikesuunta ja intensiteetti tarkoituksen mukaan

HENKINEN

Suorita vaaditulla intensiteetillä

AVAINKYSYMYKSET

Miten avaat syöttölinjan? Liikutko pelattavaksi vai teetkö tilaa? Voiko sinulle syöttää? Pääsetkö etenemään?