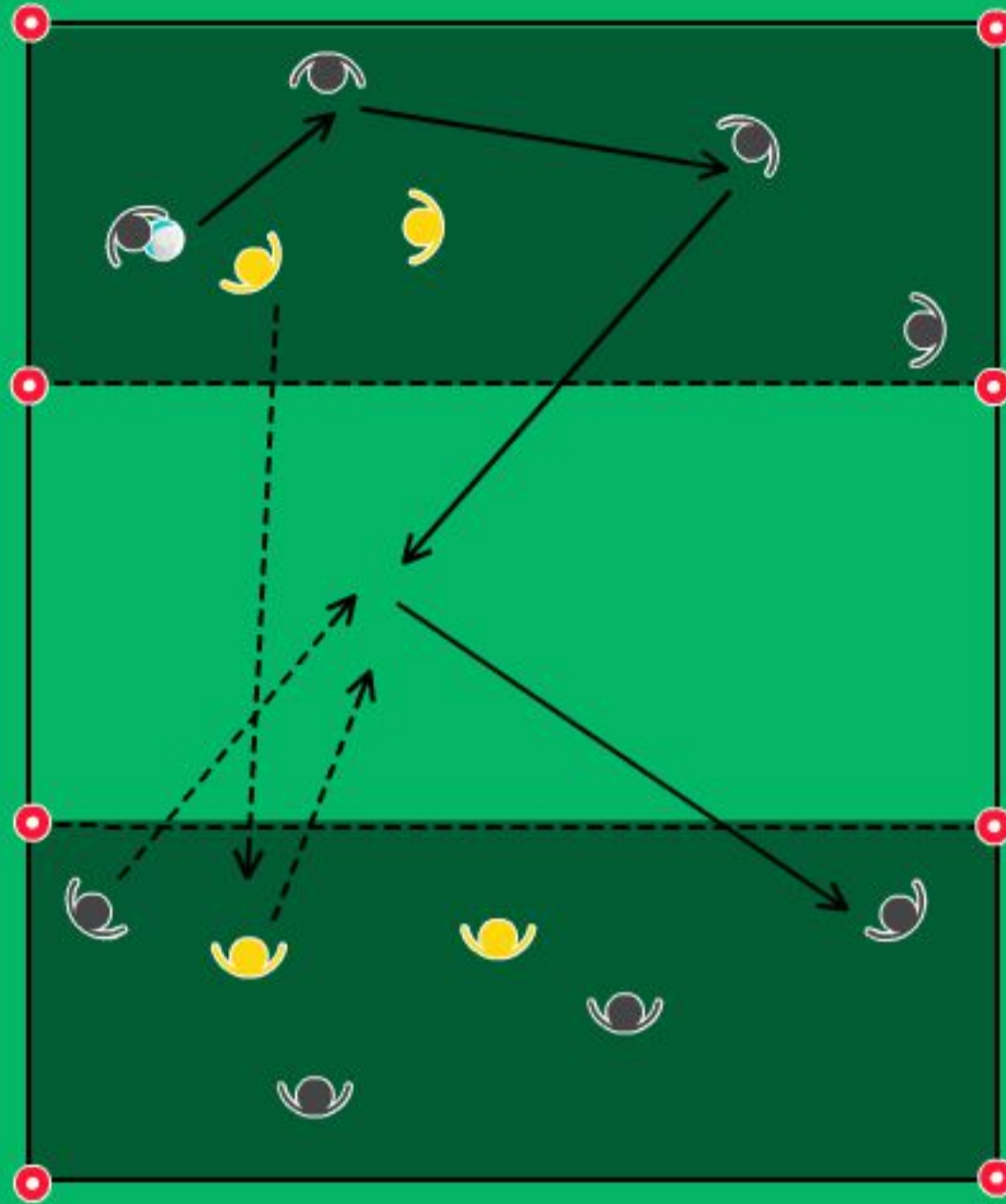




## HARJOITE 8v4 kolmen alueen peli



### TEEMA

Pallonhallinta ja tuen tarjoaminen

### HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

8v4 kolmen alueen peli, jossa päätyalueilla 4v2 tilanne. Pallollisen joukkueen tavoitteena on pystyä pelaamaan toiselle päätyalueelle keskialueen kautta. Keskialueelle saa liikkua kuka tahansa vastakkaisen päädyn pelaajista, ja yksi alueen puolustajista saa seurata liikkeen. Riiston jälkeen pystyttävä pelaamaan yksi syöttö omalle joukkueelle.

Alueen kokoa ja pelaajamäärää voi varioida.

### LAATUTEKIJÄT

#### TEKNINEN

Ensimmäinen kosketus, kääntyminen, syöttämisen laatutekijät

#### TAKTINEN

Tuen tarjoaminen, ylivoiman hyödyntäminen, pallonhallinnan säilyttäminen

#### FYYSINEN

Liikesuunta ja intensiteetti, kaksinkamppailupelaaminen

#### HENKINEN

Tunnista tilanne, kommunikoi, suorita hyvällä intensiteetillä

### AVAINKYSYMYKSET

Miksi menetitte pallon? Miksi ette pääse pelaamaan toiselle alueelle? Miten voit tukea pallollista?