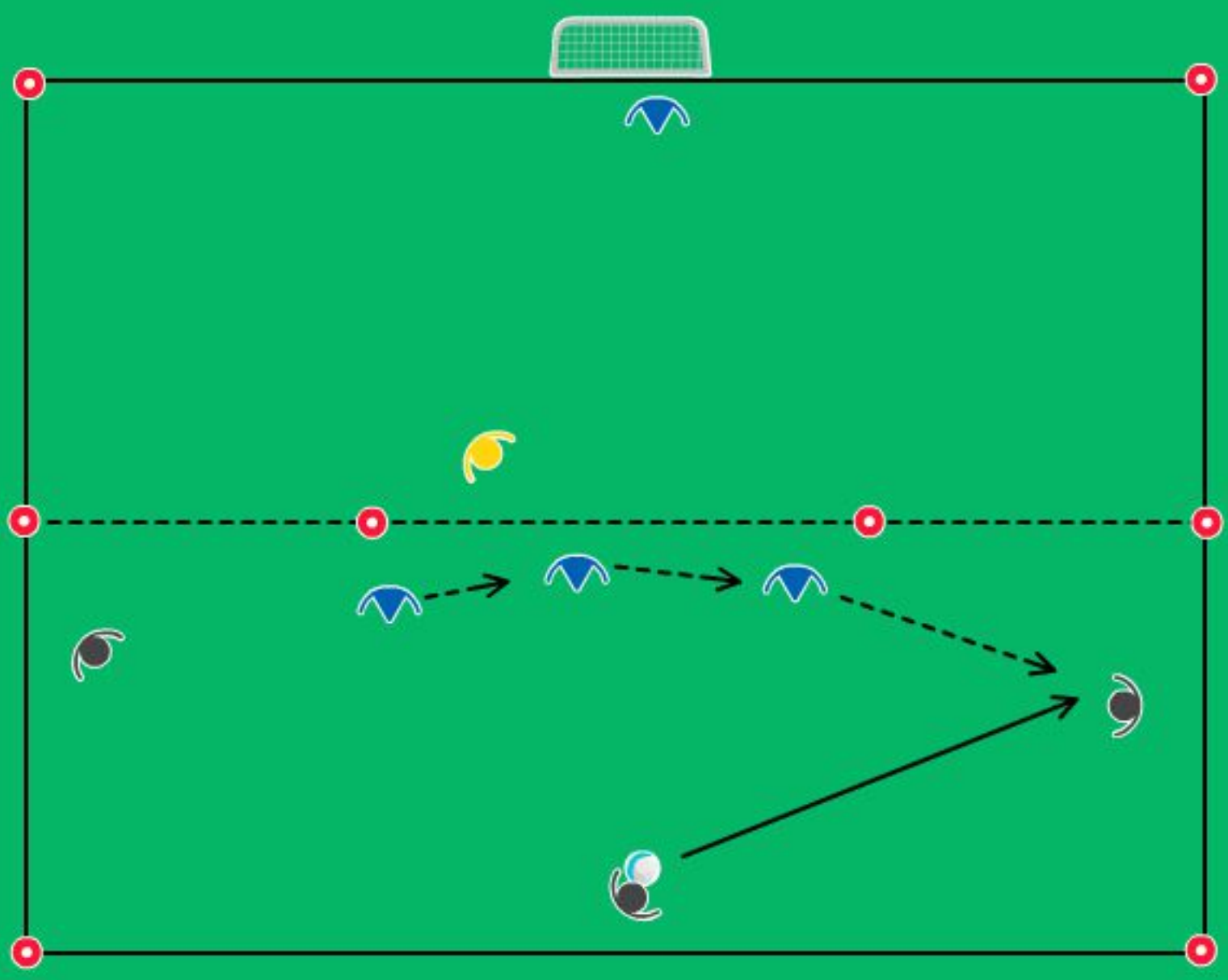
HARJOITE 3v3+1+mv



TEEMA

Peittäminen, linjassa työskentely

HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

3v3+1 peli kahdella alueella, jossa hyökkäävän joukkueen tavoitteena edetä toiselle alueelle joko syöttämällä jokerille keskikaistalle tai kuljettamalla laitakaistalta. Jokeri ei saa tehdä maalia. Riistosta kuljetus rajan yli tai neljä peräkkäistä syöttöä omille.

Alueen koko 30x20m.

LAATUTEKIJÄT

TEKNINEN

Peittäminen, puolustusasento, miten vastustajaa ohjataan?

TAKTINEN

Tunnista vaarallisin pelaaja ja oikea aika prässätä, linjan työskentely, tunnista vaarallisin etenemistapa

FYYSINEN

Liikesuunta ja intensiteetti tilanteen vaatimalla tavalla

HENKINEN

Ennakointi ja reagointi

AVAINKYSYMYKSET

Miksi vastustaja pääsi maalipaikkaan? Kumpi on vaarallisempi, kuljetus reunasta vai syöttö jokerille? Mistä vastustaja ei saa päästä syöttämään?