



TEEMA

Pelipaikkakohtainen taito

HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

Variaatio 1 Pelaajat ovat pelipaikoittain kuvan mukaisesti (esim. 1=toppari, 2=keskikenttä, 3=keskikenttä ja 4=hyökkääjä) pallojen ollessa toparilla. Vastaliikkeillä eri linjan pelaajat avaavat diagonaalisen syöttösuunnan syöttöjen tavoittaessa pelaajat linja kerrallaan. 4:n saatua pallon tämä pelaa vielä seinäsyötön 3:n kanssa ja kuljettaa tempokuljetuksella omaan jonoon. Variaatio 2:ssa 1 pelaa diagonaalisyötön 3:lle, joka pelaa pudotussyötön syötön aikana diagonaaliseen tukikulmaan liikkuneelle 2:lle. Tämä pelaaja vastaavasti murtaa vastustajan linjan pelaten 4:lle, joka pelaa vielä seinäsyötön ylemmän keskikentän kanssa kuljettaen lopulta tempokuljetuksella omaan jonoon. Kiertosuunta numerjärjestyksessä.

LAATUTEKIJÄT

TEKNINEN

Erivoimakkuiset syötöt, ekakosketus, yhden kosketuksen pelaaminen, seinäsyöttö

TAKTINEN

Havainnointi pallollisena ja pallottomana, liikkuminen pelattavaksi (ajoitus, terävyys, diagonaali tukikulma, kolmio), syöttö yläjalalle

FYYSINEN

Taitavuuden osatekijät

HENKINEN

Keskittyminen teknistaktisiin yksityiskohtiin ja suorituspuhtauteen

AVAINKYSYMYKSET

Milloin liikut pelattavaksi? Millainen peliasento? Miten säädät syötön voimakkuutta?
Miten ja mihin annat tuen?