



### TEEMA

Pelipaikkakohtainen pallonhallinta

### HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

Pelataan pelipaikkakohtainen pallonhallintapeli suunnalla tavoitteena pelata päästä päähän linjoja murtaen ja numeraalisia ylivoimia hyödyntäen. Molemmissa neliöissä pallonhallinnan aikana 4 v 2 tilanne. Neliön koko 8-12mx 8-12m.  
Kehittely: Yksi puolustaja kontrolloi keskimmistä keskikenttää ja voi luoda 4 v 3

TEKNINEN	LAATUTEKIJÄT	TAKTINEN
Erilaiset syötöt ja ekakosketukset		Hyökkäys: Liikkuminen pelattavaksi, peliasennot, Mihin syötän? Syöttö vai pallon hallussapito? Havainnointi, linjojen murtaminen pallollisena, palloa vastaanottavana ja pallottomana pelaajana Puolustus: prässä, tuki, ohjaaminen, vaarallisten syöttösuuntien peittäminen, katkot, riistot
FYYSINEN		HENKINEN
Taitavuuden osatekijät		Pelinomainen intensiteetti, keskittyminen pelin jatkuvaan ennakkointiin ja pitämään pallo oman joukkueen hallussa.

### AVAINKYSYMYKSET

Mitä havainnoit hyökkääjänä? Entä puolustajana?  
Kummalle jalalla syötät? Miksi?  
Millainen on hyvä peliasento eri pelipaikoilla?