

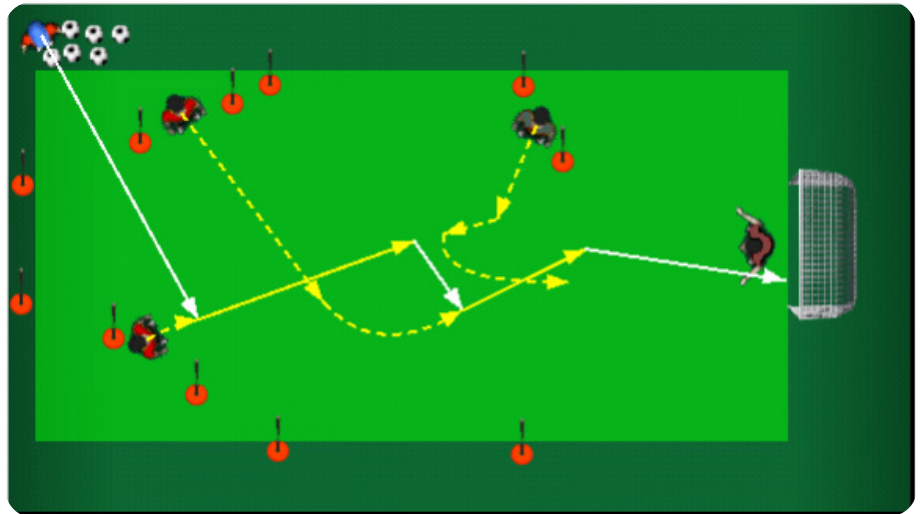
2v1 + maalinteko

Teema

Maalinteko 2v1.

Välineet

Maali, palloja sekä kartiot alueen merkitsemistä varten.



Symbolit

- ▶ = syöttö/laukaus
- ▶ = kuljettaminen
- - -▶ = liikkuminen ilman palloa

Organisointi ja harjoitteen kuvaus

10x35 m suorakaide, kartioilla merkitty pelaajien lähtöalueet kuvan mukaan. Valmentaja antaa syötön takaviistosta ensimmäisen portin luona olevalle pelaajalle, joka on tehnyt sitä ennen pienen v-juoksun. Vasemmalta (tai haluttaessa oikealta) sivustalta lähtee toinen hyökkääjä sekä hiukan alemmaa puolustaja. Pelataan 2v1 -tilanne. Jos puolustaja onnistuu riistossa, hänen tulee syöttää pallo mahdollisimman nopeasti lähtöalueen päässä olevan porttimaalin läpi. Kuinka moni hyökkäys onnistuu?

Huomioitavaa

Paitsiosääntö on voimassa.

Puolustaja: pallollisen peittäminen, ”jarruttaminen” hyvissä ajoin, puolustusasento. Milloin kannattaa peittää, milloin taklata? Riiston jälkeen puolustajan on pelattava nopeasti pitkä, tarkka syöttö pystyyn porttimaalin läpi.

Avainasiat

Miten 2v1 -tilanne pelataan? Pallon saava pelaaja voi yrittää etenemistä itse. Tällöin toinen hyökkääjä pysyy leveällä odottaen mahdollista syöttöä. Pallollinen pelaaja voi myös kuljettaa palloa hiukan keskustaa kohti, jolloin puolustajasta kauimmaiselle laidalle jää tilaa taustajuoksulle. Hyökkäävä pari voi pelata myös nopean seinäsyötön puolustajan selän taakse. Kaikissa vaihtoehdoissa olennaisia asioista ovat syötön ajoitus ja yhteispeli (paitsion välttäminen).

Helpottaminen

Alueen suurentaminen.

Vaikeuttaminen

Alueen pienentäminen, hyökkäyksellä on aikarajoite. Kosketusrajoitukset.

