

# Syöttökisa, "jatkuva polttopallo"




## Teema

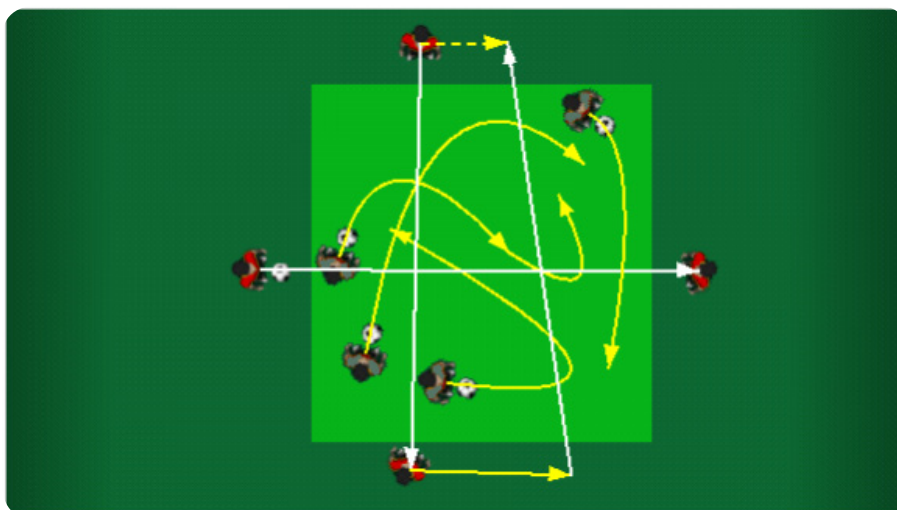
Sisäsyörjäsyöttö, syöttöjen kovuus, ensimmäinen kosketus.

## Välineet

"Tötsiä" alueen merkitsemistä varten, palloja.

## Symbolit

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



## Organisointi ja harjoitteen kuvaus

Rajataan "tötsillä" alue 15x15 m. Valitaan 2-4 pelaajaa polttajiksi. 4-6 pelaajaa asettuu oman pallon kanssa rajatun alueen sisälle. Leikin tavoitteena on sisäsyörjäsyöttöä hyväksi käyttäen osua keskellä oleviin pelaajiin. Keskellä olevat pelaajat yrittävät väistää polttajien potkaisemia palloja ja kuljettaa omia pallojaan alueen sisällä.

Polttaja, joka osuu keskellä olevaan pelaajaan saa 1 pisteen. Osuman jälkeen keskellä oleva pelaaja jatkaa normaalisti keskellä. Tietyn ajan jälkeen (esimerkiksi 2 min.) vaihdetaan polttajien ja keskellä olevien tehtäviä. Eniten pisteitä leikin loputtua saanut pelaaja on voittaja.

## Huomioitavaa

Valmentajan on pidettävä huoli, että leikki ei mene keskellä olevien holtittomaksi "tykittämiseksi". Pallottomien reunapelaajien on ennakoitava syöttöjä, jotta he ehtivät ottaa epäonnistuneen jättöryityksen haltuun.

## Avainasiat

Puhtaat hyvät sisäsyörjäsyötöt; tukijalka on pallon vieressä, varpaat osoittavat kohti syöttösuuntaa. Potkaisevan jalan jalkaterä on jännitettynä, varpaat osoittavat kohti taivasta. Potkaiseva jalka on 90 asteen kulmassa tukijalkaan nähden. Potkuliike on "pallon läpi työntävä".

## Helpottaminen

Polttopalloa voidaan leikkiä myös vierittämällä palloa käsin tai heittämällä.

## Vaikeuttaminen

Syötetään ainoastaan heikommalla jalalla. Keskellä olevat pelaajat joutuvat kuljettamaan palloa eri tavoin. Syöttöjen tulee tapahtua yhdellä kosketuksella.

