

7v7 kolmen alueen peli




Teema

Pelattavaksi liikkuminen (peliasennot), pelitilan luominen ja hyödyntäminen. Ylivoiman luominen pelin eri alueille.

Välineet

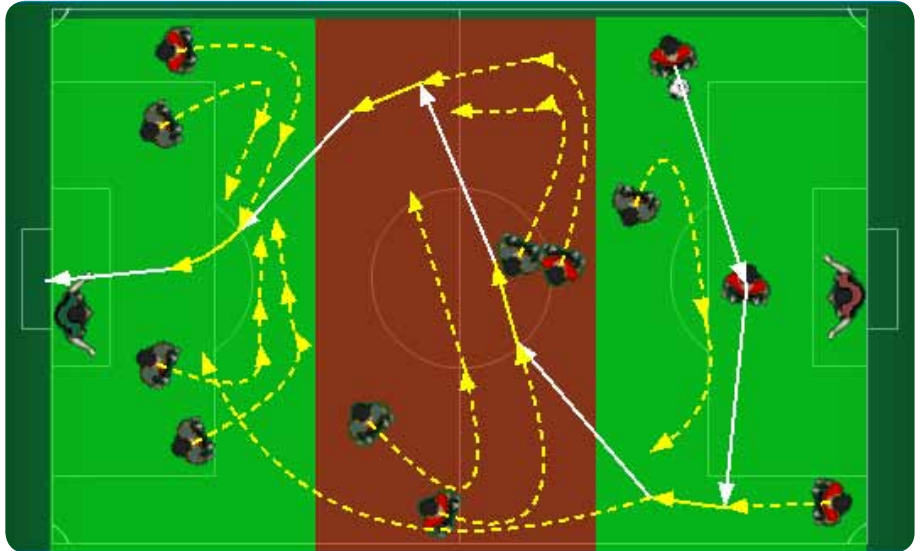
Maalit, pallot, liivit, merkkikartiot alueen merkitsemistä varten.

Symbolit

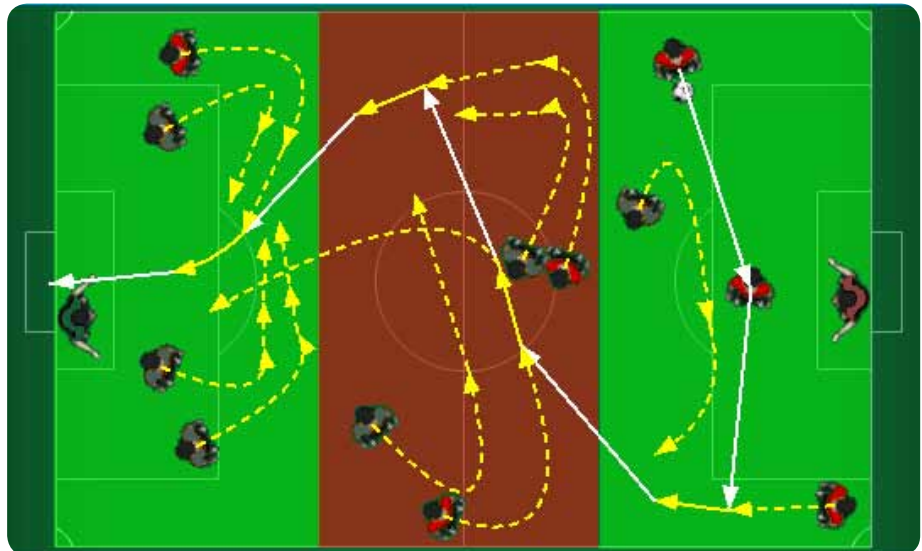
-  = syöttö/laukaus
-  = kuljettaminen
-  = liikkuminen ilman palloa

MV+6 v MV+6 kolmella alueella

Puolustaja nousee keskialueen yli hyökkäysalueelle luomaan 2v3-tilanteen.



Toinen keskikenttäpelaaja nousee hyökkäysalueelle luomaan 2v3-tilanteen.



Organisointi ja harjoitteen kuvaus

Alueen koko 40mx60m, hyökkäys- ja puolustuskolmannes 18mx40m, keskialue 24mx40m. Pelataan 7 v 7 kolmen alueen peli. Pelin avausvaiheessa hyökkävällä joukkueella 3 v 1 + MV, keskialueella 2 v 2, hyökkäyskolmanneksella lähtötilanteessa 1 v 3 tilanne, jonne synnytetään 2 v 3 tilanne.

- A. puolustaja nousee keskikentän yli hyökkäyskolmannekselle ja tekee 2 v 3 tilanteen.
- B. keskikenttäpelaaja nousee hyökkäyskolmannekselle ja tekee 2 v 3 tilanteen.

Huomioitavaa

Nopea suunnanmuutos hyökkäyksestä puolustukseen ja puolustuksesta hyökkäykseen.

Avainasiat

Hyökkäyspeli:

Pelin avaaminen: avausalueet, pelipaikkakohtainen liikkuminen pelattavaksi, yhteistyö maalivahdin kanssa kierrätyksessä, havainnointi eteenpäin ja peliasennot

Pelin rakentelu: keskikenttäpelaajien erilaiset liikkeet pelattavaksi, tilan tekeminen itselle, tilan tekeminen toiselle, tilan täyttäminen, liikkeiden ajoitus, peliasennot eteenpäin, pelin rytmittäminen

Murtautumis- ja viimeistelyvaihe: 2 v 3 tilanteen ratkaisumallit maalintekotilanteen luomiseen

Puolustuspeli:

1. Välitön pallonriisto ja hyökkäyksen jatkaminen
1. Organisoitu yhteistoiminta, muoto ja ohjauspeli

Helpottaminen

Suurennetaan alueita. Muutetaan alueiden pelaajamääriä tavoitteen mukaan.

Vaikeuttaminen

Pienennetään alueita. Muutetaan alueiden pelaajamääriä tavoitteen mukaan.

