



# Riihimäen palloseura

Ottelutapahtuma ja pelaaminen 8v8

Ottelujohtaminen 8v8

# Harjoittelu + pelimäärät + testaaminen



IKÄLUOKKA	OHJATTU HARJOITTELU	PELAAMINEN	KOKONAISLIIKUNTAMÄÄRÄ	TEKNIKKATESTIT	FYSIIKKATESTIT
		8V8			
PT10	3krt / viikko (60-90min)	Turnaukset 1-2kpl / kk Harkkapelit Sarjapelit	+20h/viikko/ (1h Vauhdikasta pv)	X	
PT11	3krt / viikko (75-90min)	Turnaukset 1-2kpl / kk Harkkapelit Sarjapelit	+20h/viikko/ (1h Vauhdikasta pv)	X	X
PT12	3-4krt / viikko (75-90min)	Sarjapelit Harkkapelit Valitut turnaukset 2-6kpl Pelitapahtumia 2-3 /kk (huomioida myös pelivapaat viikonloput)	+20h/viikko/ (1h Vauhdikasta pv)	X	X
PT13	3-4krt / viikko (75-90min)	Sarjapelit Harkkapelit Pelitapahtumia 2-3 /kk (huomioida myös pelivapaat viikonloput)	+20h/viikko/ (1h Vauhdikasta pv)	X	X

# Pelaaminen



## PT10

- Turnaukset 1-2 kertaa kuukaudessa + harkkapelit
- Peliryhmät vaihtelevat
- Turnauksiin tasoryhmien mukaan
- Tavoite saada kaikki osallistumaan peleihin tasonsa mukaan
- Vaihtuvat pelipaikat
- Tavoitteena peleistä 50% olisi tasaväkisiä, 25% peleistä olisimme parempia ja 25% peleistä vastustaja olisi meitä parempi

## PT12

- Pelitapahtumia 2-3/kk (Harkkapelit/sarjapelit)
- Turnauksia 2-6 kaudessa tasoryhmien mukaan
- Tavoite saada osallistumaan kaikki peleihin tasonsa mukaan
- Vaihtuvat pelipaikat
- Pelit sarjan mukaan (Tavoite edelleen 50% 25% ja 25%)

## PT11

- Turnaukset 1-2 kertaa kuukaudessa + harkkapelit
- Peliryhmät vaihtelevat
- Turnauksiin tasoryhmien mukaan
- Tavoite saada kaikki osallistumaan peleihin tasonsa mukaan
- Vaihtuvat pelipaikat
- Tavoitteena peleistä 50% olisi tasaväkisiä, 25% peleistä olisimme parempia ja 25% peleistä vastustaja olisi meitä parempi

## PT13

- Pelitapahtumia vähintään 2-3/kk (Harkkapelit/sarjapelit) Ei maksimimäärää kunhan viikonloppuja jää vapaaksi. Hyvä viedä pikkuhiljaa lähemmäksi 1-1,5 pelin viikkoja (Seassa myös ison kentän pelejä)
- Tavoite saada osallistumaan kaikki peleihin tasonsa mukaan
- 2-3 pelipaikkaa
- Pelit sarjan mukaan

# Pelimäärät tarkemmin



	PT10	PT11	PT12	PT13
Turnaukset	N. 15-20 turnauspäivää. Lyhyitä pelejä. (n. 25-30min) 45-60 peliä	N. 15-20 turnauspäivää. Lyhyitä pelejä. (25-30min) 45-60 peliä	2-6 turnausta (n.40min) 6-18 peliä	2-6 turnausta (Mahdollisesti myös ison kentän) 6-18 peliä
Harkkapelit	6x2=12	6x2=12	2-3/kk (20-30)	2-3/kk (20-30)
Sarjapelit	14-17	14-17	14-17	14-17
Keskinäiset lisäpelit	Joka toinen kk 6x3 peliä = 18	Joka toinen kk 6x3 peliä = 18	Joka toinen kk 6x1-2 peliä = 6-12	Joka toinen kk 6x1-2 peliä = 6-12
Yhteensä	89-107	89-107	46-77	46-77



# Pelaajan tavoitteet

Yritä täysillä ja parhaasi pelipaikasta riippumatta

Pelaa jokainen tilanne loppuun asti

Rips-pelaaja on rohkea ja uskaltaa haastaa kuljettaa ja tehdä omia ratkaisuja

Ole peleissä aktiivinen - riistä pallo heti takaisin ja halua palloa itsellesi

Kannusta ja vaadi myös pelikaveria parhaimpaansa

Kuuntele valmentajan ohjeet ja siirrä harjoiteltu asia käytäntöön

Heittäydy pelille ja nauti futiksesta

Osaan suhtautua kehittävällä otteella peliin, sen lopputuloksesta huolimatta

Osaan keksiä pelistä asian missä onnistuin ja missä voisin kehittyä

# Valmentajan tavoitteet pelitapahtumaan



Valmistaudun peliin ennalta - Kokoonpano - Kokoontuminen - Teemat

Huomioi käytössä olevat pelaajat ja auta heitä onnistumaan

Mahdollista myös turvallinen ympäristö epäonnistumisille - Huomioi onnistumiset ja epäonnistumiset sopivassa suhteessa

Pyri ohjattuun oivaltamiseen apukysymyksin

Anna tarkemmat ohjeet vaihdossa ja tauolla - Tarvittaessa myös yksilöllisesti  
- Vältä kuitenkin liiallista ohjeistusta kerralla



# Ennen ottelua/turnausta

- ▶ Kuinka monta pelaajaa käytössä (8v8)
- ▶ 8 pelaajaa → Ei vaihtopelaajia (Kaikki pelaa)
- ▶ 9 Pelaajaa → Yksi vaihtopelaaja (Kiertävä pelipaikka, mihin tarvitsee vaihtaa)
- ▶ 10 Pelaajaa → Kaksi vaihtopelaajaa (Kiertävät vaihdot)
- ▶ 11 Pelaajaa → Kolme vaihtopelaajaa (Puolustus, keskikenttä, mahdollisesti hyökkäys)
- ▶ 12 Pelaajaa → Neljä vaihtopelaajaa (Puolustus, hyökkäys, keskikenttä/laita)
- ▶ Suunnittele pelipaikat ennakkoon maalivahdeista lähtien
- ▶ Ei lukittuja pelipaikkoja. Varmista pelipaikan tehtävä pelaajan kanssa.
- ▶ Turnauksissa pelipaikoilla pienempi vaihtuvuus
- ▶ Keskustele pelaajien kanssa pelipaikoista



# Ennen ottelua/turnausta

- ▶ Varmista peliaika ja mieti alustavasti vaihtovälit
- ▶ Tavoitteena, että pelaajat ovat kentällä pidempään, eikä tehdä liian montaa vaihtoa kentälle. Väsymiseen tottuu ja fyysinen kunto kehittyy, kun saavat pelata. Vältetään siis lyhyitä salamavaihtoja, jotka eivät ole tyypillisiä jalkapallolle.
- ▶ Vaihto kannattaa suorittaa omasta sivurajasta tai vastaavasta erikoistilanteesta.
- ▶ Reagointi muutoksiin, joku loukkaantuu tai väsyä täysin - tai täytyy jotain ohjetta tarkoittaa niin kutsuu hetkeksi vaihtoon. Kuitenkin on hyvä opetella väsymisen sietämistä ja opettaa pelaajille sen kuulumisen peliin.





# Ottelun ja turnauksen teema

- ▶ Muistaa mikä on ko. ottelun / turnauksen teema - kaikkia asioita ei voida ratkoa yhden tapahtuman kohdalla vaan keskittyä pienempiin osa-alueisiin.
- ▶ Turnauksessa voi joku asia nousta esiin ja sitä voi tilanteen mukaan korostaa lisäteemana, jos se vaikuttaa isosti turnauspäivän pelisuoritukseen, mutta eri osa-alueita ollaan vasta kehittämässä ja valmista ei tarvitse olla.
- ▶ Kärjistäen, jos teemana on yhdessä pelissä prässääminen ja toisessa pelissä ei ole niin saattaa olla, että kukaan ei muista prässätä, mutta sitä ei välttämättä tarvitse pelaajille erikseen nostaa sillä kertaa vaan käydä teemojen kautta.
- ▶ Arvioi pelisuoritusta yhteisen teeman kautta äläkä niinkään ottelun loppunumeroiden kautta. Huomio on hyvä siirtää onnistumisiin ja kehitettäviin osa-alueisiin, joiden kautta myös lopputulokset taululla yleensä paranevat.

# Ottelupalaveri



- ▶ Kirjaa pelaajien nimet pelipaikoille (Avauskokoonpano)
- ▶ Käy avauskokoonpano läpi pelaajien kesken ja näytä taululta pelaajien pelipaikka
- ▶ Kertoa kuka on pelin kapteeni tai turnauksen kapteeni - hoitaa arvonnat ja tervehdykset tuomarille ja vastustajan kapteenille (viirin vaihto)



# Ottelupalaveri



- ▶ **Pelipaikat**
- ▶ **Maalivahti (MV)**
  - ▶ Torjuminen
  - ▶ Maalipotkut
  - ▶ Osallistu rohkeasti jalalla
  - ▶ Ulos boxista jos pallo ylhäällä
  - ▶ Auta puheella
- ▶ **Puolustajat (Topparit) (P)**
  - ▶ Puolusta
  - ▶ Toimi yhtenäisesti
  - ▶ Pidä keskusta tiiviinä
  - ▶ Tue hyökkäyksiä nostamalla linja, älä jää makaamaan (Boxipaisio säännössä tilanteen mukaan selustan turvaaminen)
  - ▶ Auta puheella
- ▶ **Keskikentät (KK)**
  - ▶ Box to box hyökkää ja puolusta
  - ▶ Yhteistyö, toinen täyttää, toinen tyhjentää. Halua rohkeasti palloa.
  - ▶ Puolustaessa hidasta ja ohjaa peli laitoihin → Riistä

# Ottelupalaveri



- ▶ Laitapelaajat (L)
  - ▶ Hyökkää ja puolusta → Tue hyökkäyksiä, tipu alas menetyksen jälkeen
  - ▶ Hyödynnä leveys hyökätessä
  - ▶ Kavenna puolustettaessa ja ohjaa peli laitoihin
  - ▶ Haasta 1v1
  - ▶ Sivurajat ja kulmat
- ▶ Hyökkääjä (H)
  - ▶ Hyökkää ja puolusta
  - ▶ Prässin käynnistäjä yläalueella
  - ▶ Laske pallon alle menetyksessä muotoon jos mahdollista
  - ▶ Vaikeuta vastustajan avauspelaamista
  - ▶ Haasta 1v1 ja uhkaa selustaa



# Ottelupalaveri pelaaminen avattuna



## ▶ Puolustaminen

- ▶ Pyritään välittömään pallonriistoon menetyksen jälkeen (3-4sekunttia)
- ▶ Pyritään riistoon yläalueella
- ▶ Muoto on tiiviinä ja laiturit kaventavat keskellä → Ohjataan peli kulmiin ja laitoihin
- ▶ Lähin pelaaja (1.Puolustaja) pallolliseen aina prässi → Seuraavaksi lähin tukee 1. puolustajaa ja on valmiina korjaamaan hedelmän eli pallon jos 1. puolustaja ohitetaan.

# Puolustaminen

- ▶ Pallonmenetyksen jälkeen tunnista tilanne
- ▶ Lähimmät pelaajat antavat välittömän prässin (3-4) sek. Pallolliseen menetyksen jälkeen
- ▶ Jos palloa ei saada riistettyä, hidastetaan vastustajan hyökkäystä jotta joukkue ehtii palata muotoon
- ▶ Pelaajaa joka on negatiivisessa peliasennossa pyritään aina prässämään

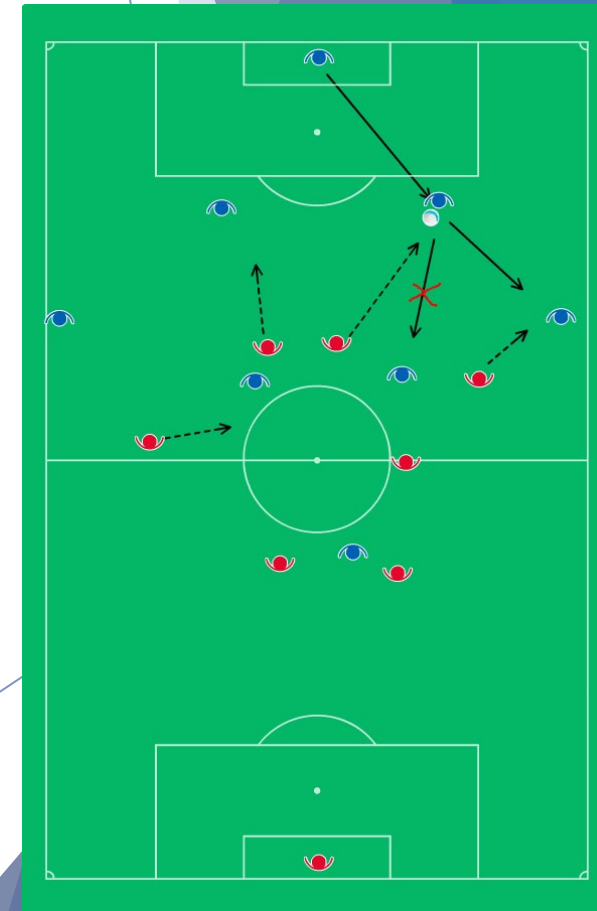


# Hyökkääjän prässä



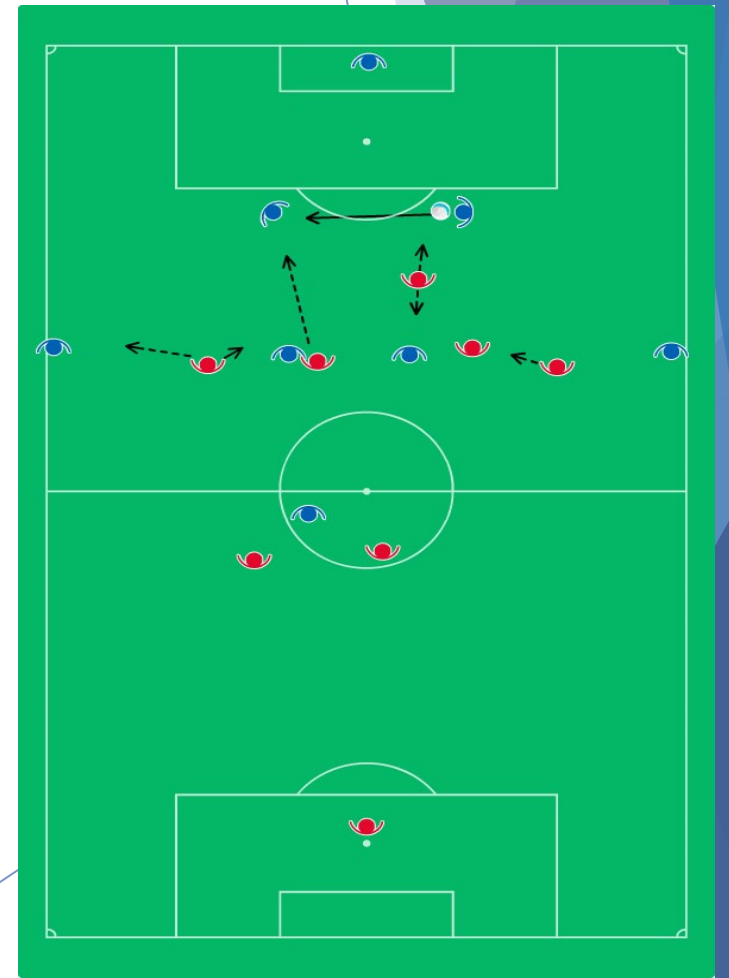
- Alkutilanteessa riittävän alhaalla jotta pääsee prässämään oikeassa kulmassa
- Liikkeellä estä pelaaminen keskelle
- Pyri riistoon
- Pallollisen puolen laitapelaaja valmiina estämään syöttö laitaa tai liikkumaan tarpeeksi lähelle syötön aikana riistääkseen pallon
- Pallottoman puolen keskikenttäpelaaja valmiina antamaan pallottomalle puolustajalle paineen

Punainen prässää sinistä



# Keskikenttäpelaajan prässä puolustajalle (Topparille)

- ▶ Puolustaja-puolustaja syötön aikana välitön prässä pallolliseen kk-pelaajaan toimesta
- ▶ Hyökkääjä kontrolloi syöttöä takaisin puolustajalle tai toiselle keskikentän pohjalle
- ▶ Laitapelaaja valmiina iskemään laitaan jos pallo syötetään sinne
- ▶ Omat puolustajat liikkuvat sivuttaissuunnassa pallon puolelle
- ▶ Pallottoman puolen laita kaventaa keskelle ja kontrolloi selustan





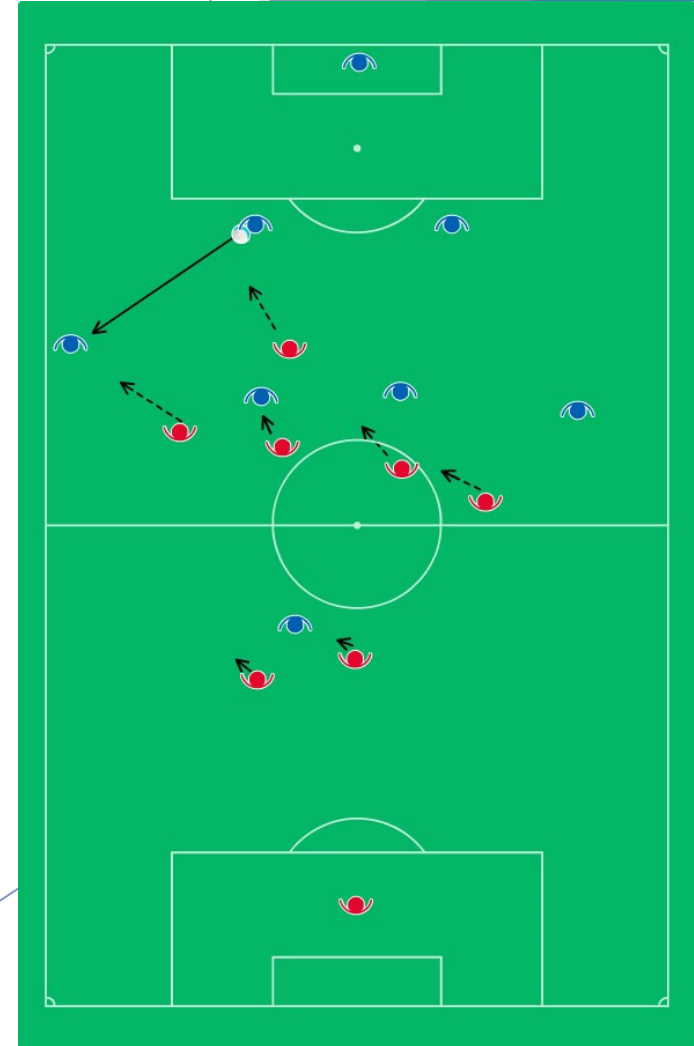
# Prässi kk pohjalle/keskikentälle



- ▶ Jos pallo pystytään pelaamaan keskikentän pohjalle tai keskikentälle, estä kääntyminen
- ▶ Lähin pelaaja antaa välittömän prässin ja pakottaa pelaamaan alaspäin puolustajalle
- ▶ Keskikenttä pelaaja jatkaa prässin puolustajaan loppuun
- ▶ Hyökkääjä kontrolloi keskustaa ja toista puolustajaa

# Laitapelaajan prässä

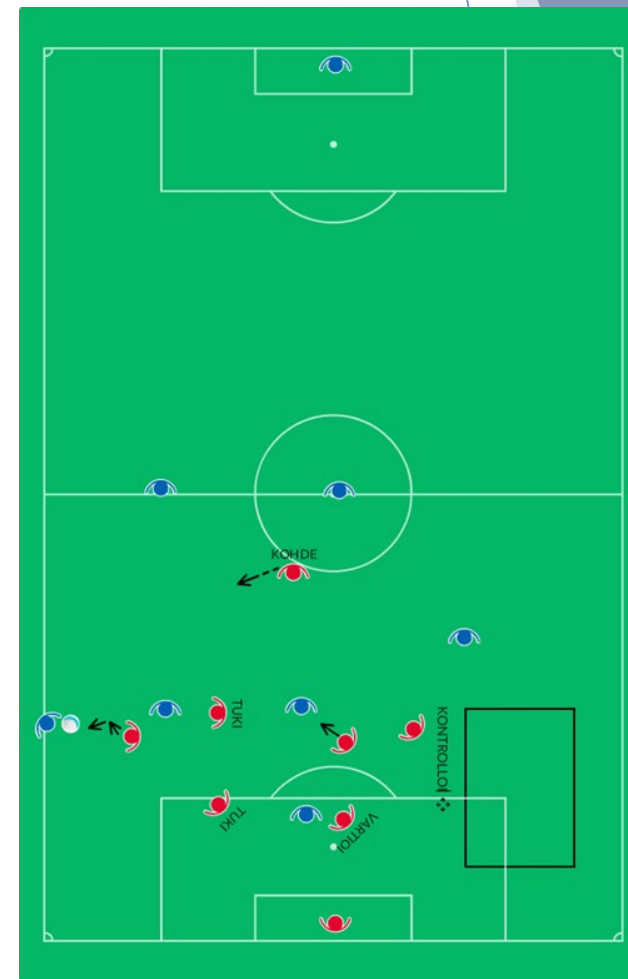
- ▶ Pallon ollessa puolustajalla, laitapelaaja sijoittuu niin että pääsee prässäämään laitapelaajaa eteenpäin → Pyritään riistoon
- ▶ Puolustajaa paineistanut pelaaja kontrolloi edelleen syötön antanutta puolustajaa jos pallo pelataan sinne takaisin
- ▶ Pallollisen puolen keskikenttää kontrolloi sen puolen keskikenttää
- ▶ Laitapelaaja estää kääntymisen ja muodon sisään keskelle pelaamisen
- ▶ Puolustajat liikkuvat yhdessä pallon puolelle
- ▶ Pallottoman puolen laituri kaventaa ja kontrolloi pallotonta puolta



# Puolustaminen viimeisellä kolmanneksella



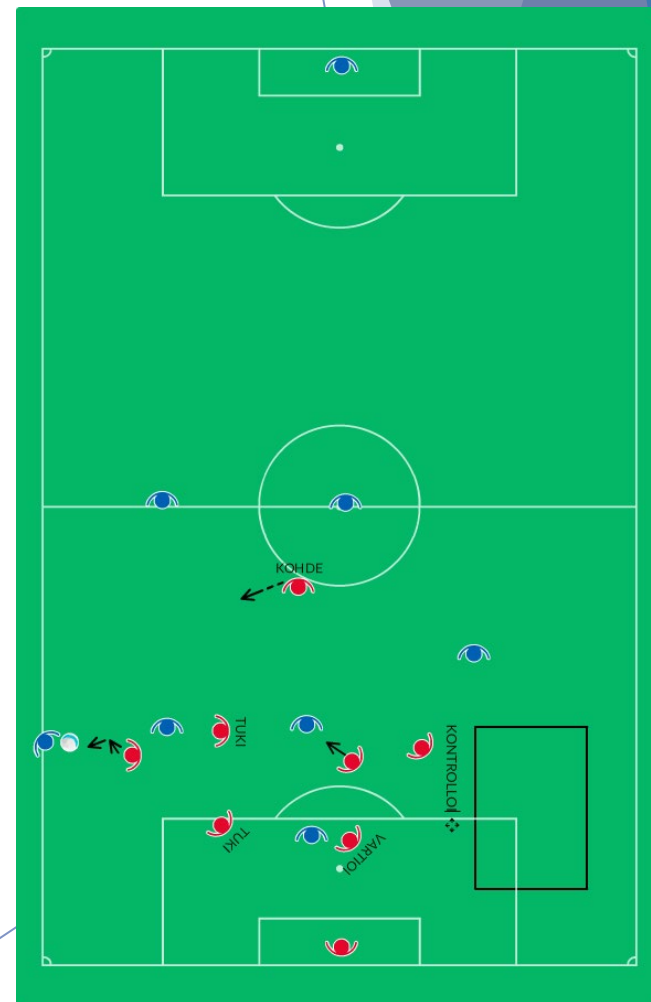
- ▶ Pallolliseen on oltava välitön prässä → Tila ja aika pois
- ▶ Linjan väli tiiviinä → Estä pelaaminen selustaan
- ▶ Pyritään aina riistoon tai ohjaamaan peli laitaan!



# Puolustaminen viimeisellä kolmanneksella laitaa ohjattuna



- ▶ Laitapelaaja pyrkii riistoon tai estää pelaamisen keskelle
- ▶ Pallollisen puolen puolustaja ja keskikenttä tukevat (tunnista rooli 1. puolustaja 2. puolustaja 3. puolustaja)
- ▶ Pallottoman puolen puolustaja hyökkääjään kiinni
- ▶ Pallottoman puolen laitapelaaja kontrolloi pallotonta puolta
- ▶ Hyökkääjä kohdepelaajaksi riiston jälkeen pallolliselle puolelle





# Keskitystilanteen puolustaminen

- ▶ Paras tapa puolustaa keskitys on estää keskitys!
- ▶ Laitapelaaja tai tarvittaessa puolustaja pallolliseen kiinni
- ▶ Puolustaja etualue ja pelaajan vartiointi siellä
- ▶ Pallollisen puolen keskikenttä estää syötön takaviistoon
- ▶ Pallottoman puolen keskikenttä ottaa boxiin nousseen pelaajan vartiointiin
- ▶ Pallottoman puolen laituri kaventaa boxiin ja vartioi boxiin noussutta pelaajaa
- ▶ Boxissa miesvartiointi (löydä oma pelaaja ja tunnista vaarallisin merkittävä vastustajan pelaaja)
- ▶ Hyökkääjä kohdepelaajaksi riistosta tai valmiina antamaan paineen purkupallosta

# Ottelupalaveri pelaaminen avattuna



## ▶ Hyökkääminen

- ▶ Pyritään ohittamaan vastustajan linja joko syöttämällä tai kuljettamalla joukkueelle tarkoituksen mukaisella tavalla pelin edistämiseksi
- ▶ Pyritään pelaamaan pallo omalle pelaajalle niin että hän pystyy edistämään peliä tai pitämään pallon omalla joukkueella
- ▶ Huolehdi pallon säilyminen omalla joukkueella joko syöttämällä sivuttain tai alaspäin
- ▶ Palloton pelaaja on aktiivinen ja liikkuu tarkoituksen mukaisesti pelattavaksi tarjoten mahdollisuuden pallolliselle syöttöön
- ▶ Muista että emme syötä vain syöttämisen ilosta vaan jokaisella syötöllä on tarkoitus

# Tilanteenvaihto + (Hyökkääminen)

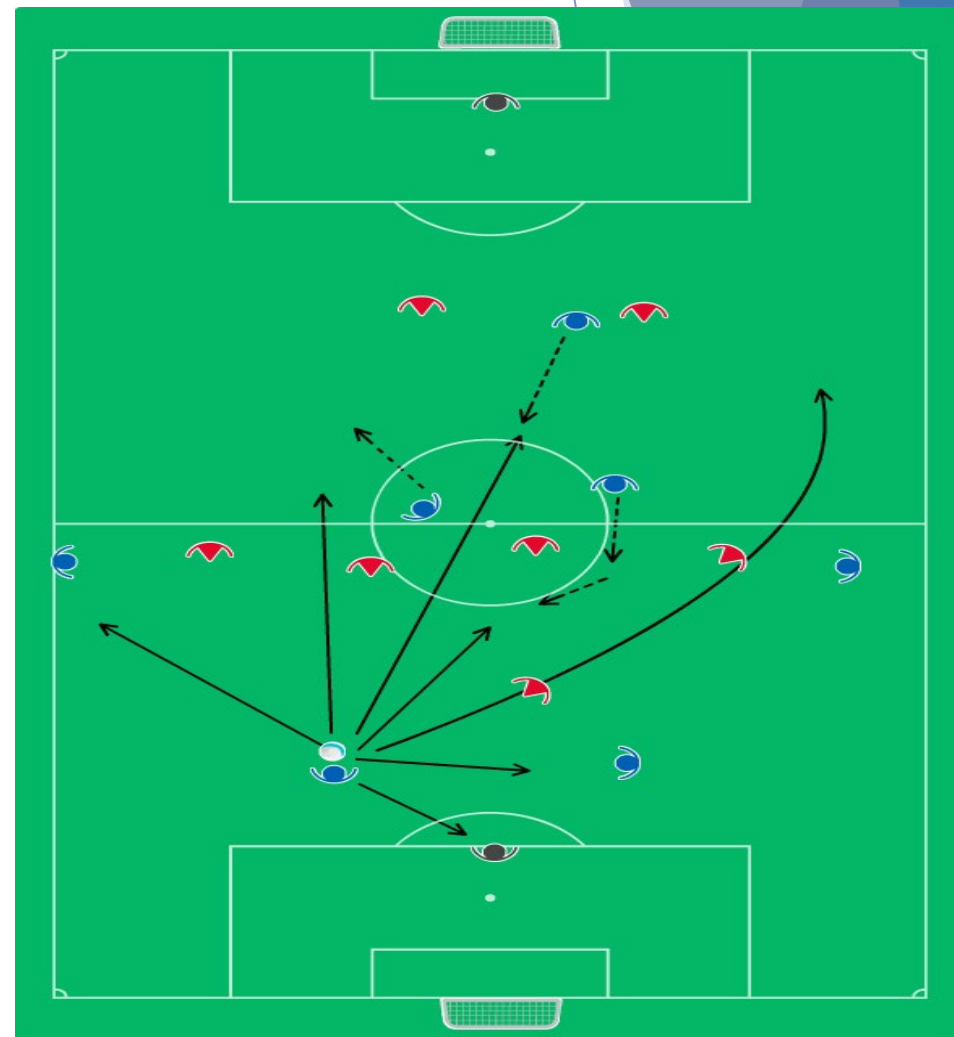


- ▶ Riiston jälkeen tunnista tilanne!
- ▶ Pyri kuljettamaan tai syöttämään eteenpäin ja edistämään peliä
- ▶ Pyritään pelaamaan pallo omalle pelaajalle niin että hän voi edistää peliä joko kuljettamalla tai syöttämällä
- ▶ Jos ei voi edetä, huolehdi pallosta ja säilytä pallo omalla joukkueella → Pelin avaamisen ja rakentelun kautta hitaampi hyökkäys
- ▶ Pallottoman pelaajan aktiivisuus merkittävässä roolissa

# Pelinavaaminen puolustajalta



- ▶ Pyritään pitämään pallo omalla joukkueella
- ▶ Pyritään pelaamaan pallo omalle pelaajalle niin että ohitetaan vastustajan linja tarkoituksenmukaisesti

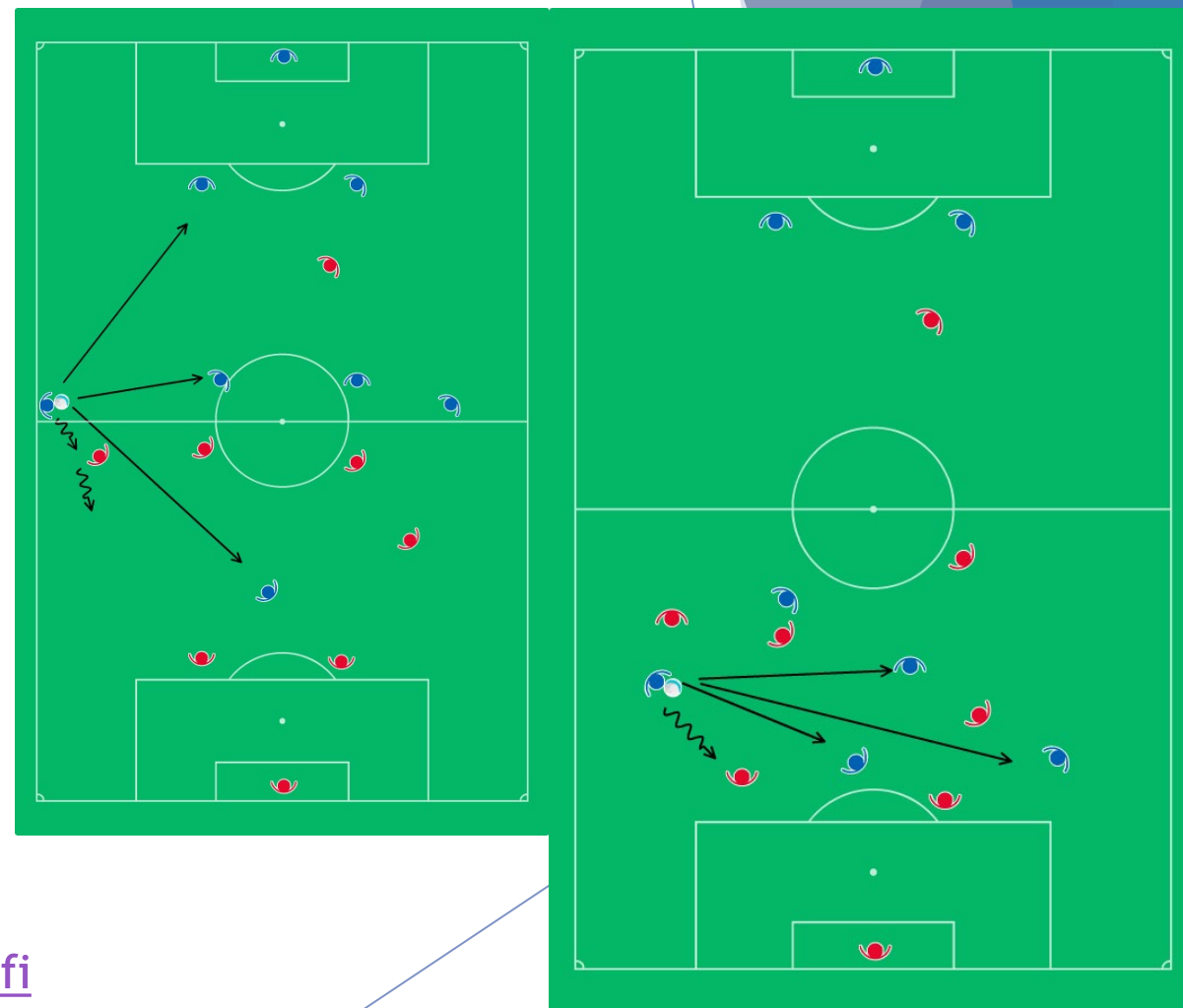




# Laitapelaajan vaihtoehdot ja murtautumismallit



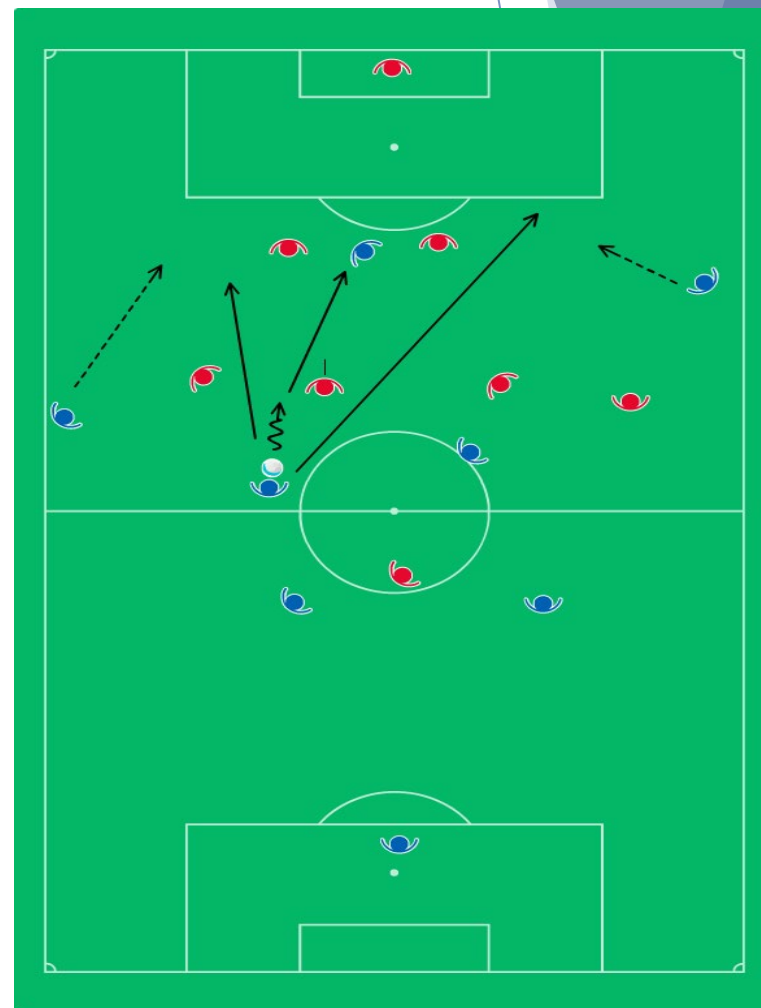
- ▶ Pyritään ohittamaan vastustaja ensimmäisellä kosketuksella, harhautuksella tai saamaan syöttö vastustajan taakse
- ▶ Pyritään luomaan ylivoima laitaan esimerkiksi hyökkääjän kanssa vastustajan keskuspuolustajaa vastaan
- ▶ Pyritään pelaamaan pallo hyökkääjälle linjan väliin tai selustaan pystyyn
- ▶ Pyritään pelaamaan keskikentälle joka pystyy edistämään peliä tarkoituksen mukaisesti joko kuljettamalla tai vaihtamalla painopisteen toiselle puolelle
- ▶ Pidetään pallo omalla joukkueella ja puolustaja tarjoaa tuen alapuolelle ja kierrätetään pallo toiselle puolelle
- ▶ Viimeisellä kolmanneksella hyökkäysalueella pyri ajamaan boxiin haastamalla 1v1 tai luomalla 2v1 tilanne hyökkääjän kanssa
- ▶ Viimeisellä kolmanneksella luo kombinaatio keskikenttäpelaajan kanssa tai pelaamaan painottomalle puolelle laiturille
- ▶ Leikkaa sisälle ja ammu boxin ulkopuolelta ([30 Times Robben Cut Inside And Scored \(youtube.com\)](https://www.youtube.com/watch?v=30TimesRobbenCutInsideAndScored))



# Keskikenttäpelaajan vaihtoehdot ja murtautuminen



- ▶ Luodaan ylivoimatilanne viimeiselle kolmannekselle tempokuljetuksella
- ▶ Vastustajan linjan taakse murtava syöttö
- ▶ Vaihdetaan pelin painopiste painottomalle puolelle ja luodaan mahdollinen ylivoimatilanne sinne
- ▶ Pelataan kombinaatio hyökkääjän ja/tai laiturin kanssa (Esim. Seinä/seinä kolmannelle)
- ▶ Pidetään pallo omilla!
- ▶ Vastaanota pallo peliasennossa jossa on mahdollista kääntyä ja lähteä esimerkiksi tempokuljetukseen



# Murtautumisen ja maalinteon avaintekijöitä



- ▶ Haasta boxiin 1v1 tai 2v1 tilanteen luomisella → pallollista vaikeampi puolustaa → Rike = Pilkku
- ▶ Keskitys etualueelle kovana, takaviistoon tai taka-alueelle (Boxin täyttö, (Lähtökohtaisesti ainakin hyökkääjä, toinen KK, pallottoman puolen laitur))
- ▶ Palloton pelaaja boxiin oikea-aikaisesti liikkeellä yhdellä tai kahdella suunnanmuutoksella
- ▶ Havainnoi maalista tyhjä tila ja ole päättäväinen maalin edessä → Viimeistele huollessa → Nimi lehteen kädet kattoon (Tuuleta!)
- ▶ Viimeistele vähillä kosketuksilla maalin lähellä
- ▶ Ole päättäväinen ja halua tehdä maali tai ohittaa oma 1v1 pelaaja
- ▶ Pallollinen pelaaja tekee itse päätöksen (päätöksentekotaito) laukaiseeko vai syöttääkö → Pelaajaa ei syytetä siitä että hän yrittää tehdä maalin ("Miksi et syöttänyt?")

# Ottelupalaveri



- ▶ Mitkä ovat päivän teemat?
- ▶ Tiedot ennakkoon
- ▶ Esimerkki oikealla
- ▶ Isoihin otsikkoihin vielä täydennykset / tarkennukset
- ▶ Muistuta harkoissa harjoitelluista harjoitteista teemaan liittyen.

## TEEMAT:

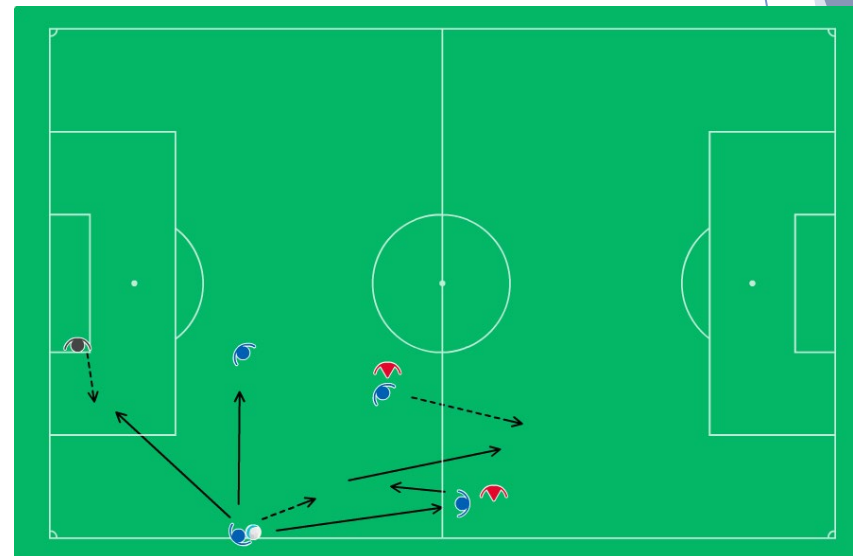
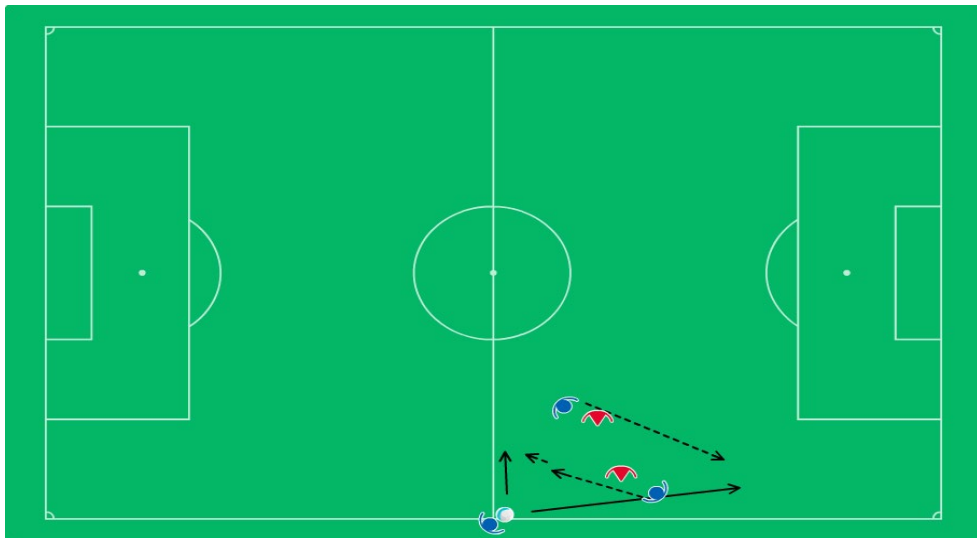
1. PELIN AVAAMINEN
2. PALLON RIISTO OMILLE  
(3sek)

# Erikoistilanteet



- ▶ Rajaheitto
- ▶ Kulmapotku
- ▶ Vapaapotku kauempaa
- ▶ Vapaapotku hyökkäysalueella
- ▶ Kulman puolustaminen
- ▶ Vapaapotkun puolustaminen

# Rajaheitto

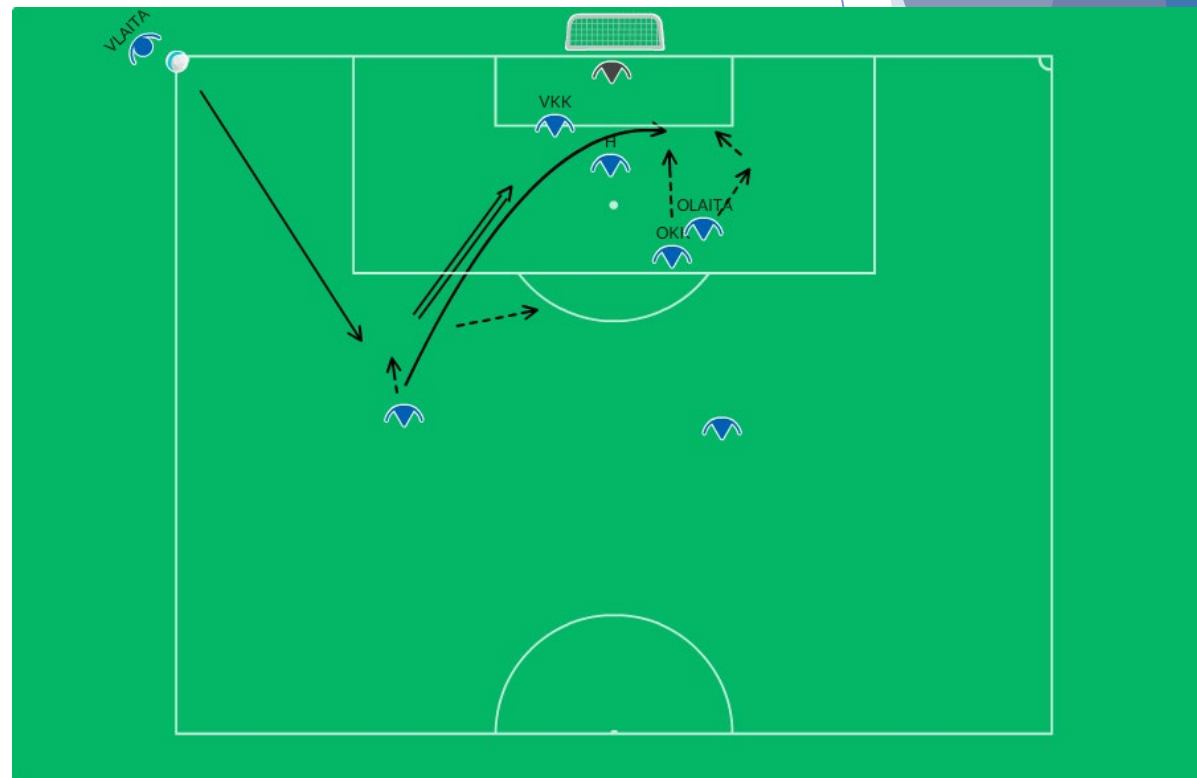


Tavoitteena että heittotilanne ei olisi seisova.  
Kuvassa laitapelaaja tyhjentää laidan ja kk pelaaja täyttää syntyvän tilan.  
Heitetään joko kk:lle tai laiturille jalkaan. Jompikumpi yleensä jää vapaaksi.  
Yläalueella laitapelaaja voi suorittaa heiton tai lähin pelaaja jos mennään nopealla.  
Jos laituri heittää rajaheiton, tarjoaa puolustaja alapuolelle aina tuen mahdolliselle heitolle ja mennään sitä kautta painottomalle puolelle.

Heitetään pallo laitapelaajalle ja mennään tiputuksen kautta. Tämän jälkeen voidaan jatkaa kuljettamalla tai syötöllä kk:lle pystyyn tai mennään toiselle puolelle alakerran tai toisen kk:n kautta. Mahdollisesti voidaan myös heittää suoraan veskarille joka tarjoaa alas mahdollisuuden.

# Kulmapotku

Pelataan kulma tukemaan nousseelle puolustajalle joka keskittää tai laukaisee kohti maalia. Pallon puoleinen keskikenttä etutolpan kohdalle etualueelle, hyökkääjä pilkun ja maalin väliin. Oikea keskikenttä kohti maalia ja pallottoman puolen laituri kiertää takatolpalle/taka-alueelle.



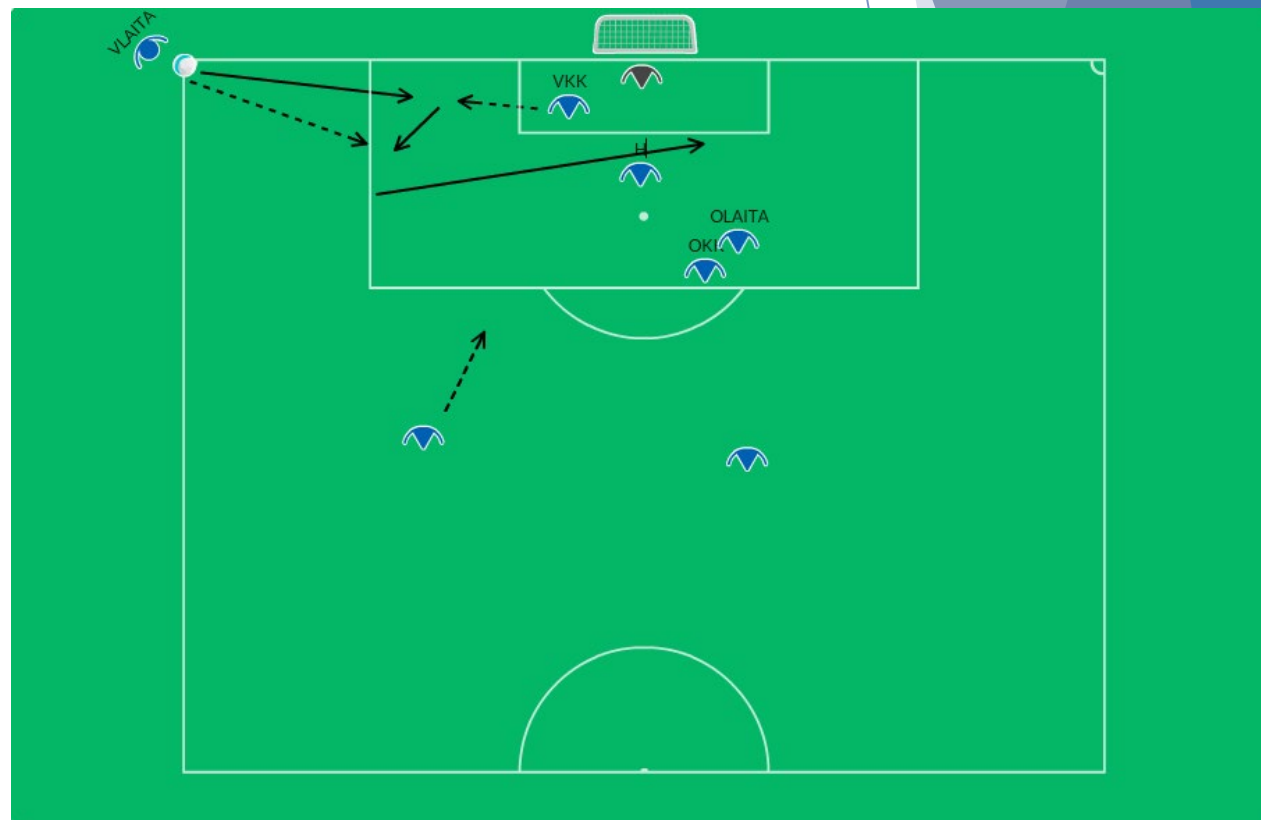
# Kulmapotku 2



Pallo syötetään päätyrajan suuntaisesti vasemmalle keskikentälle joka tulee vastaan ja tiputtaa kulman antajalle. Tämä keskittää tai laukaisee kohti maalia. Lähtötilanteessa toinen keskikenttä on etutolpalla, hyökkääjä maalin ja pilkun välissä. Toinen kk kohti maalia ja toinen laita kiertää takatolpalle. Pallon puoleinen puolustaja nousee rangaistusalueen rajalle irtopalloihin.

Kulmat voidaan antaa myös suoraan maalille mikäli se on mahdollista. Tällöin pallo kohti pilkkua.

Nuoremmissa ikäluokissa varsinkin on järkevää pelata kulmat lyhyenä joko annetuilla malleilla tai normaalina lyhyenä kulmana jolloin pallo saadaan maalille keskitettyä lähempää.

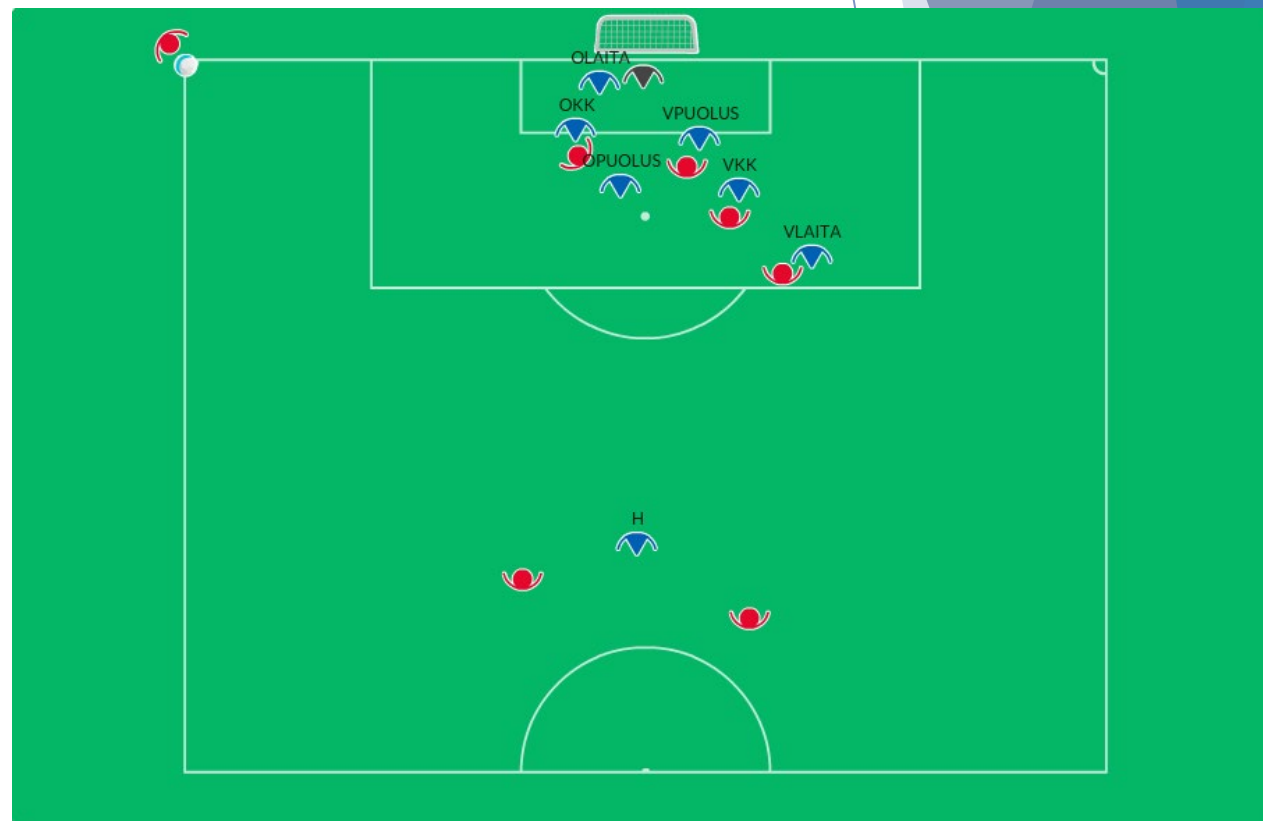




# Kulman puolustaminen



Vastustajan pelaajat kiinni maalin puolelta.  
Jokainen seuraa oman pelaajansa loppuun saakka.  
Kulman puoleinen laituri voi ottaa etutolpan.  
Jos mahdollista, toinen puolustaja ilman pelaajaa ja pelaa palloa.  
Hyökkääjä kontrolloi vastustajan puolustajien nousut ja on valmiina taistelemaan kohdepelaajana purkupalloista.

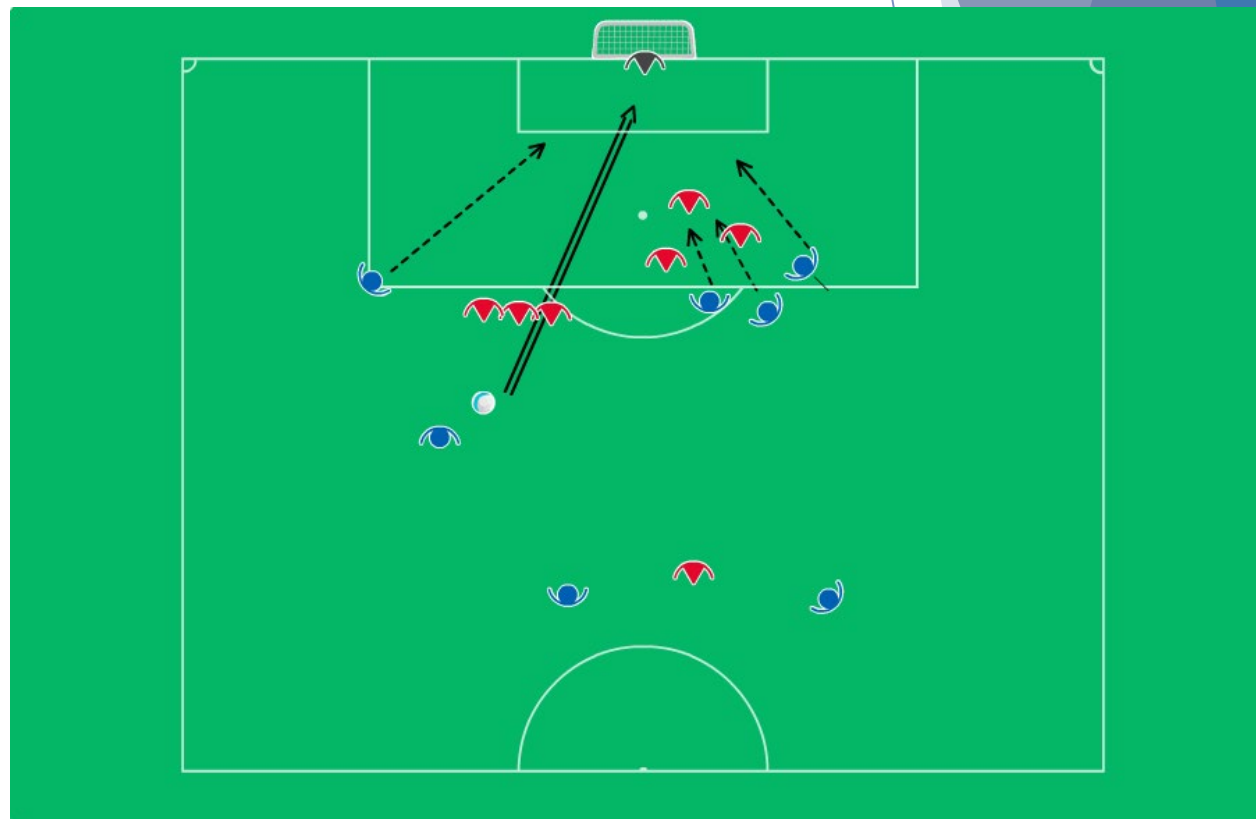


# Vapaapotku



Hyökkäysalueen vaparit (Viimeinen kolmannes) Hyökkääjä, laituri, kk pelaaja ampuu suoraan kun ollaan vetoetäisyydellä. Valmentaja voi ohjeistaa ampujan ennen peliä tai sitten kellä jalka kuumana.

Puolustajat jäävät kontrolloimaan vastustajan hyökkääjän. Pallon puoleinen laituri voi olla muurin vieressä tarjoamassa lyhyen syöttömahdollisuuden ja samalla hajottamassa näin muuria. Vedon lähtiessä kaikki boxissa olevat pelaajat kohti maalia ja irtopalloja kohti.



# Vapaapotku 2

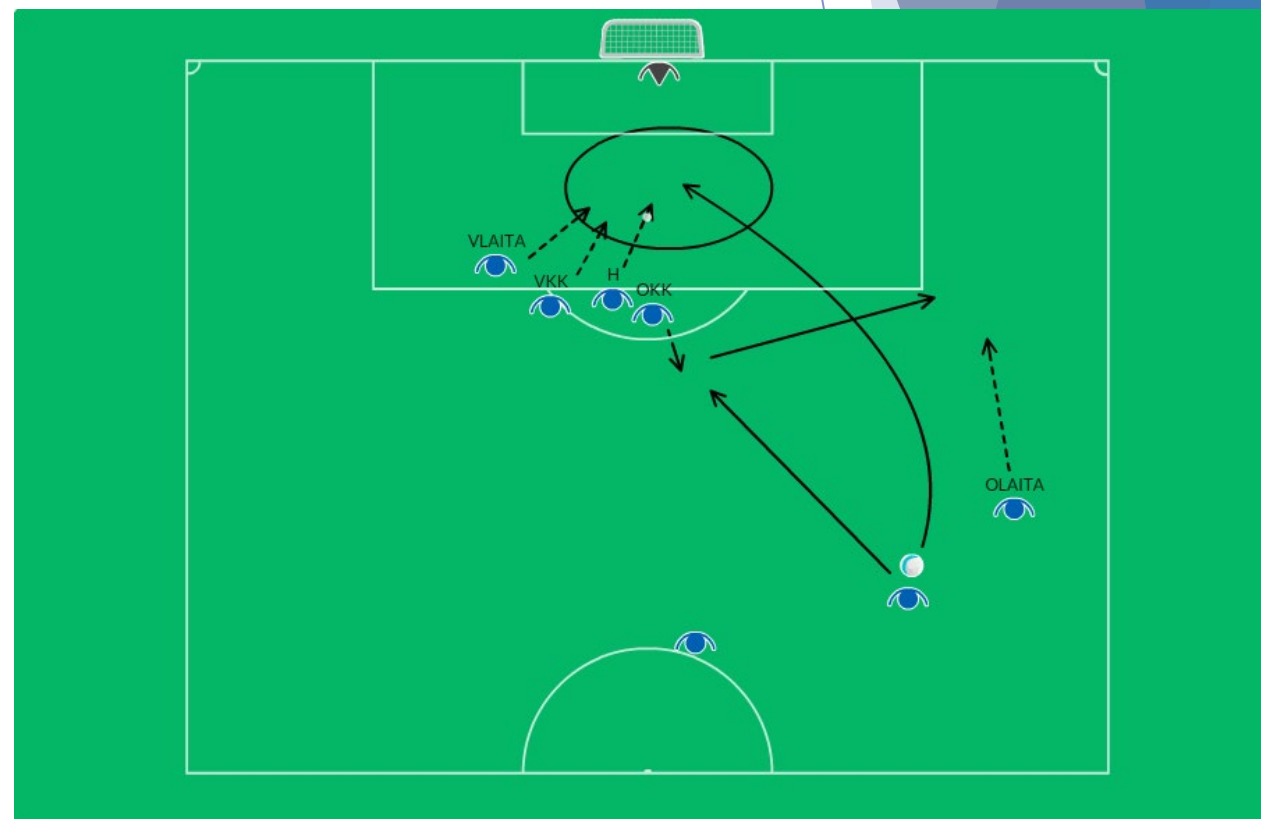


Vaihtoehtoisesti voidaan antaa vapari keskityksenä maalille. Varsinkin jos vapari on laidasta. Keskitysalue kuvassa ympyröitynä.

Mahdollisesti voidaan myös pelata pallo vastaan tulevalle keskikenttäpelaajalle joka joko kääntyy vedolle tai pelaa pallon laitaa nousevalle laitapelaajalle, joka pyrkii saamaan pallon maalille.

Toinen puolustaja voi antaa vaparin. Jos vapari ylempää laidasta voidaan keskittää pallo suoraan maalille ja tällöin sen puolen laituri voi asettua antamaan vapaapotkun. Jos vapaapotku aivan päätyrajan läheisyydessä laidassa, voidaan vapari pelata myös kulmana.

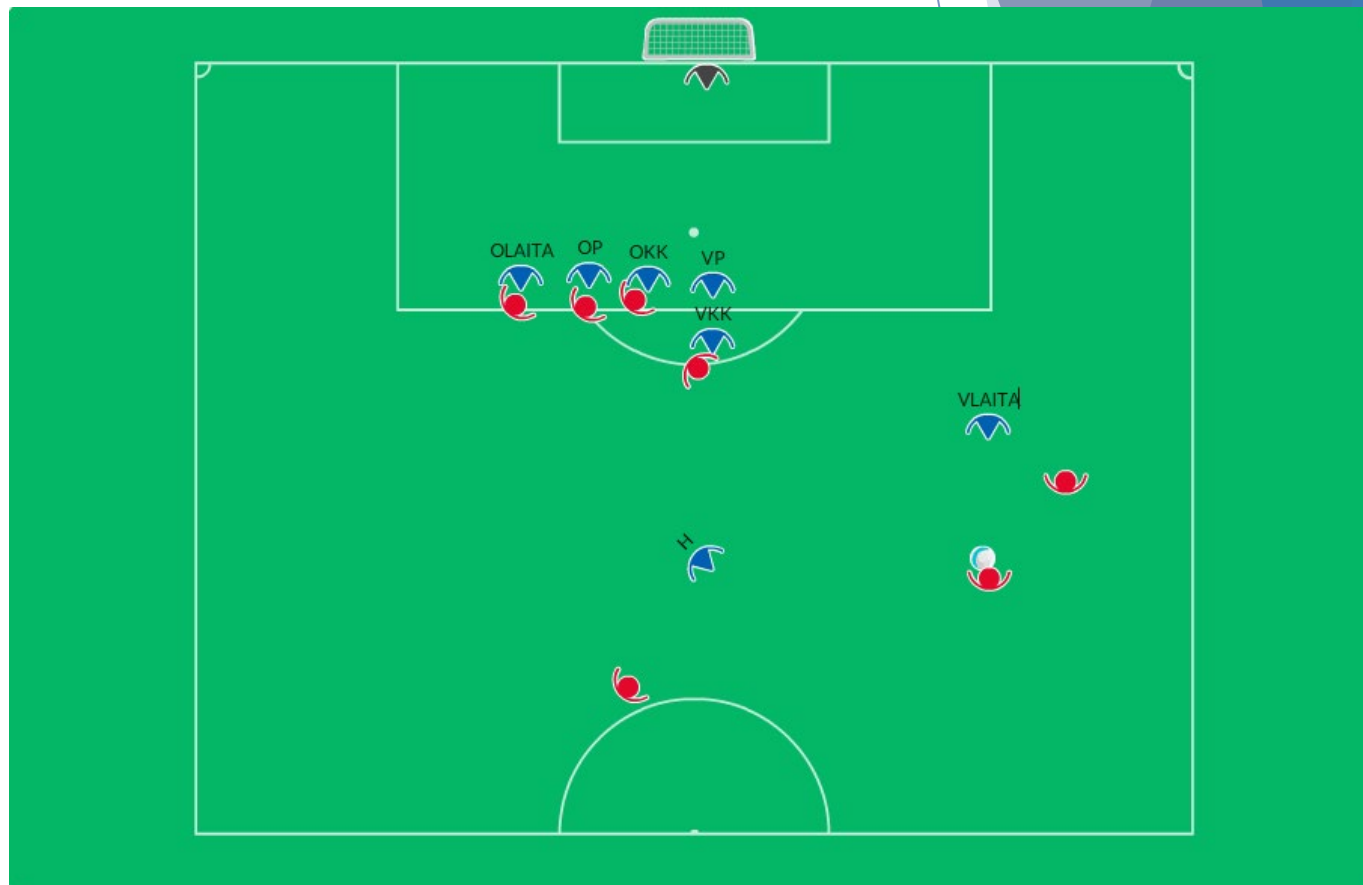
Keskikentällä tai alemmaa omalla puolella, puolustajat antavat vapaapotkun pelinavaamisen mallin mukaisesti lyhyenä.



# Vapaapotku puolustaminen



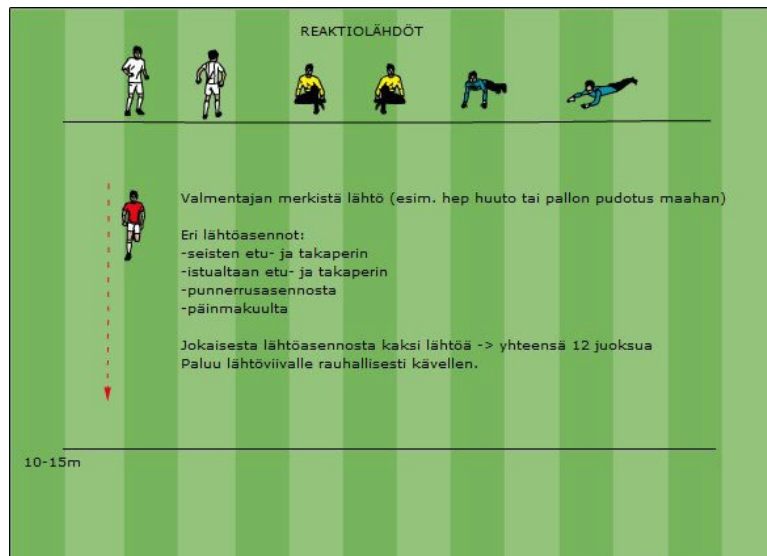
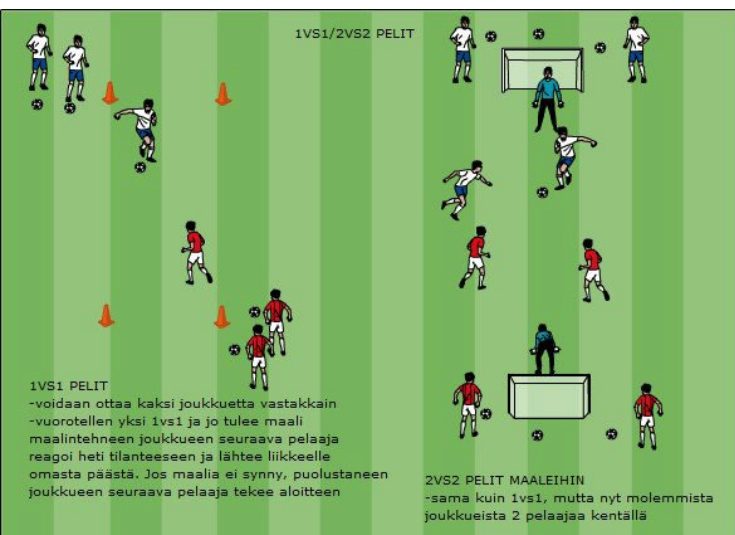
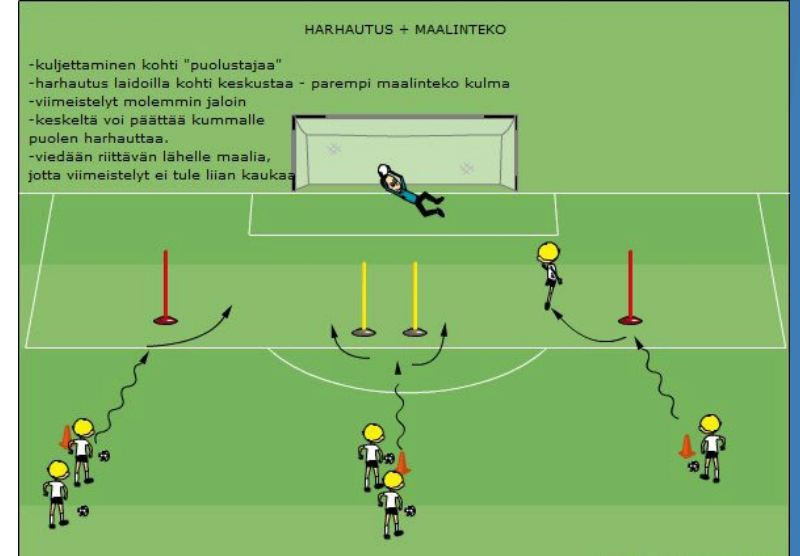
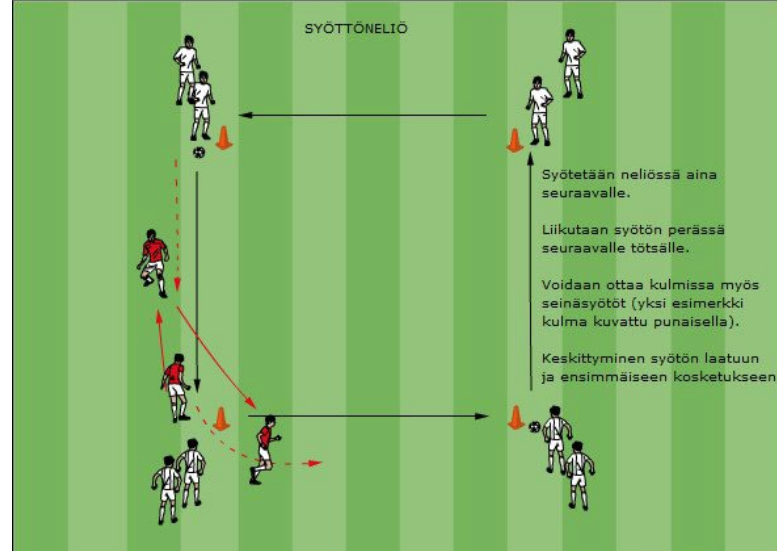
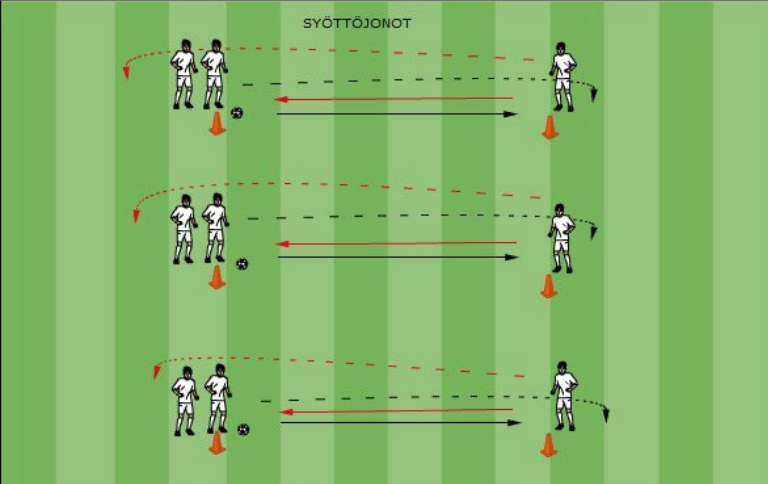
Pelaajat kiinni maalin puolelta.  
Ollaan ensimmäisenä irtopalloilla.  
Uskalletaan mennä vetojen eteen ja  
puretaan pallo tarvittaessa. (Hyökkääjä  
kohdepelaaja)  
Muuriin tarvittaessa 1-4 pelaajaa (Vkk, Okk,  
H, Vlaita/Olaita) Veskari asettaa muurin.





# Lämmittely ennen ottelua

- ▶ Pelaajien saapuessa ohjeistaa heidät aloittamaan kuljettamalla, tekemällä harhautuksia, syöttelemällä kaverin kanssa. Maaliin potkiminen vasta, kun tehnyt lämmittelyä 5-10min
- ▶ ALKUJUOKSUT, joissa polvennostoa, kanta-pakara, sivulaukkaa, ristiaskelta, takaperinjuoksua jne.
- ▶ Aktivoinnit dynaamiset (Ei staattisia) venyt/liikkeet esim. eläinliikkeet
- ▶ KULJETUS- / SYÖTTÖJONOT (tuntuman hakeminen)
- ▶ **Tilan mukaan**
- ▶ 1v1-2v2 pelit tötsämaalit
- ▶ Aluepeli 3 joukkueella 1 riistävänä 2 väriä pitää palloa
- ▶ Maalintekoharjoite harhautuksella/seinällä
- ▶ Syöttöneliö / Syöttökolmio / Rondo
- ▶ JUURI ENNEN PELIÄ LYHYET 5-10m spurtit 1-3kpl / Askellukset ja spurtit



# Otteluun valmistautumisen aikataulu



- ▶ Kokoon tuleminen 45-60min ennen ottelua. → Vieraspelissä 60min on suotavaa
- ▶ Nuorempien PT10 PT11 kanssa voi miettiä ajan käyttöä 30-45min näkökulmasta
- ▶ Jos mahdollisuus käyttää pukukoppeja, hyödynnetään niitä. (Koppikulttuuri)
- ▶ Vapaata oleskelua ja kentälle ”leirytyminen” → Varusteiden vaihto ja tarkistus → Tässä välissä viimeistelyt kokoonpanoon
- ▶ Palaveri - pelipaikat - teemat n. 10min max
- ▶ Lämmittelyt edellisen päivän mukaan valita mikä sopiva
- ▶ Noin 5min ennen pelin alkua, pelikamujen tarkistus (korut, suojat ja pelipaitojen numerot)
- ▶ Lyhyet spurtit/askellukset
- ▶ Kapteenin johdolla kentälle ja huuto!
- ▶ Turnauksessa n. 20-30min ennen ensimmäiset kolme kohtaa

# Ottelun aikana



- ▶ Kannusta itseohjautuvuuteen → Ei liikaa suoria ohjeita kentälle
- ▶ Älä ohjaa pallollista pelaajaa → Tilanteen jälkeen voidaan käydä läpi mitä olisi voinut tehdä ja mitä tapahtui → tai videolta
- ▶ Teeman mukaan esim. prässi tai pallon riisto. Mitä tapahtuu kun... Mitkä ovat prässi sovitut prässitriggerit? → Huono tatsi, pelaaminen muodon sisään, negatiivinen peliasento etc.
- ▶ Pelinavaus - Ohje - Kenelle - Miten
- ▶ Ohjaa kysymyksiin
- ▶ Jaa rooleja valmentajien kesken → Esim. yksi ohjeita kentälle, toinen vinkit vaihtomiehille
- ▶ Kannusta ja vahvista onnistuneita hienoa suorituksia!

”Mahtava harhautus Tupu!” ”Hieno yritys mennä ohi Lupu!” ”Mahtavasti huomattu vapaa pelaaja Hupu!”



# Ottelun jälkeen



- ▶ Kättelyt vastustajan kanssa (Myös koutsit!)
- ▶ Loppuverkka jos mahdollista esim. 5-10 min hölköttelyä ilman kenkiä
- ▶ Käydään läpi pelaajien fiilikset - Miksi hyvä - Miksi huono
- ▶ Kerrataan teemat
- ▶ Miten teemoissa onnistuttiin? Miten onnistuimme teemassa 1? Entä toteutuiko teema 2?
- ▶ Valmentajan oma näkemys - Tämä onnistui - Tämä vaatii kehittämistä
- ▶ Pelin onnistujat jos ja kun sellaisia on → Valitaan joukkueesta pelin jälkeen yksi seriffi. Edellisen pelin seriffi valitsee uuden seriffin seuraavassa pelissä. Jos seriffi ei paikalla, valitsee uuden seriffin kapteeni.
- ▶ Aikaa tähän 5-10min. Ei liian pitkään - Positiivisen kautta
- ▶ Jatko-ohjeet jos turnaus miten toimitaan ja miten jatkuu tai jos yksittäinen peli miten huolletaan keho ja tankkaus. → Pidemmät venyt 2-3h pelin jälkeen ja heti kotona hyvä tankkaus iltaruoka tai iltapala. Ajoissa nukkumaan!