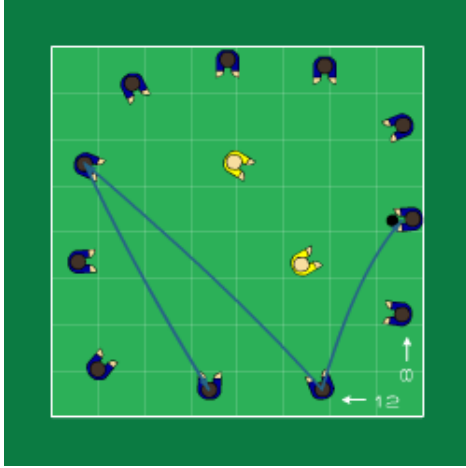


## Fun games with ball - Ball control

(Age group: > 14 and upwards) **Perushöynä, Autio**



### Organisation:

Pallonpitoharjoitus 6-14 pelaajalle. Jos laidalla olevat saavat peräkkäin 15 syöttöä pallo otetaan käteen, keskimmäsille annetaan aploidit ja he joutuvat riistämään palloa yhden ekstrakierroksen.

### Learning:

Pallollinen syöttötyöskentely, haltuunotot sekä oikeiden syöttövalintojen tekeminen. Pallottomana pelaajana syötönkatkot ja riistot. Joukkuehenki ja yhdessä tekeminen.

### Variations:

Harjoituksen vaikeusasteen säätäminen:

- 1.) Kosketusrajoitukset
  - kaksi kosketusta
  - pakolliset kaksi kosketusta
  - yksi kosketus
  - kaksi kosketusta joka toisella syöttäjällä
- 2.) Kieltämällä syöttäminen takaisin edellisen syötön antaneelle pelaajalle.
- 3.) Kieltämällä syöttäminen viereiselle pelaajalle
- 4.) Joka neljännen/viidennen syötön antaneen pelaajan täytyy juosta höynäringin ympäri heti syöttönsä jälkeen ja kyseinen pelaaja voi jatkaa syöttelyä vasta kun on palannut omalle paikalle.
- 5.) Jalkapohjakosketusten kieltäminen