

## 4v2 -pallonhallinta




### Teema

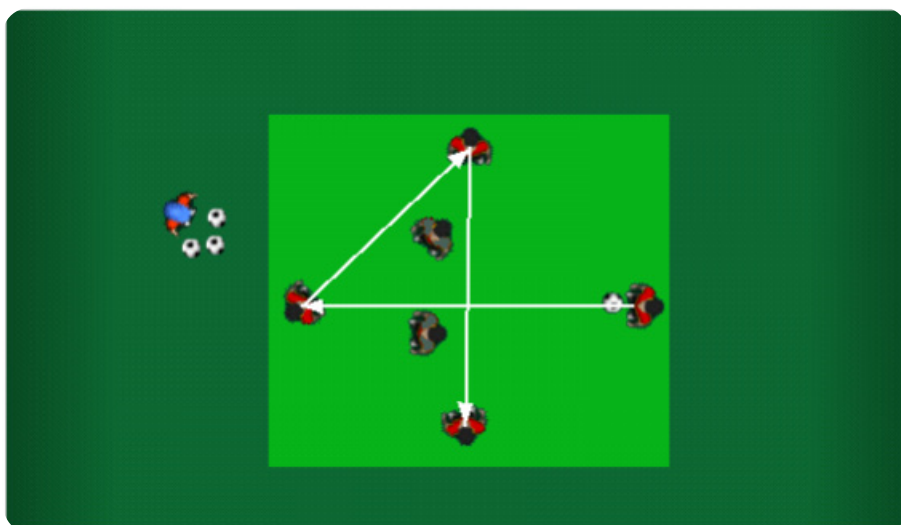
4v2 -ylivoiman hyödyntäminen, pallonhallinta, riistäminen.

### Välineet

Pallo, liivit, "tötsät"/kartiot alueen merkitsemistä varten.

### Symbolit

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



### Organisointi ja harjoitteen kuvaus

12-15 m neliö, pelataan 4v2 -pallonhallintapeli. Aluksi vapailla kosketuksilla. Keskellä olevat pelaajat ovat keskellä joko tietyn ajan, tai sitten keskellä olevat pelaajat vaihtuvat aina katkosta/riistosta. Voidaan pelata myös siten, että riiston jälkeen keskellä olevien pelaajien tulee kuljuttaa pallo pois alueelta, tai heidän täytyy syöttää pallo alueen ulkopuolella olevalle valmentajalle. Taidon karttuessa kosketusten määrää voi vähentää, tai sitten pelaajien on pakko ottaa tietty määrä kosketuksia.

### Huomioitavaa

**Pallollinen ryhmä:** sijoittuminen neliön sivujen keskelle, mikä maksimoi käytettävän tilan.

**Keskellä olevat pelaajat:** valmentajan tulee kannustaa ryhmää pallollisen ryhmän virheiden ennakkoimiseen. Puolustajien on tehtävä tiivistä yhteistyötä keskenään (puhe) ja pyrittävä peittämään syöttösuuntia mahdollisimman tehokkaasti.

### Avainasiat

Syöttöjen tarkkuus ja OIKEA AJOITUS (ei liian aikaisin, ei liian myöhään). Syöttöjen rytmitys; välillä syötöt reunoilla, välillä poikki alueen puolustajien välistä. Pallottoman pelaajan OIKEA-AIKAINEN liikkuminen pois syöttövarjosta. Pallollisen ja pallottoman pelaajan yhteistyö (katsekontakti, puhe). Pallottomien pelaajien valmius (päkiöillä!).

### Helppottaminen

Suurennetaan aluetta.

### Vaikeuttaminen

Kosketusrajoitukset, pelataan vain huonommalla jalalla, haltuunotto tietyllä tavalla. Pienennetään aluetta.

