

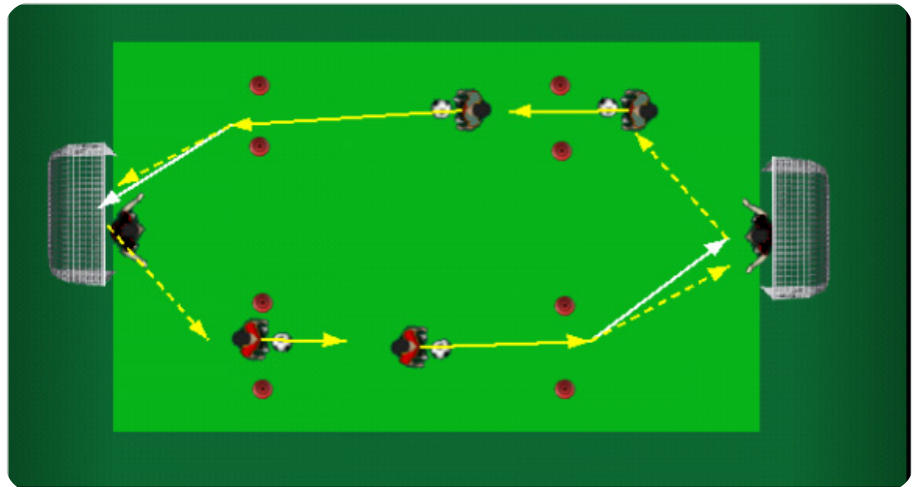
# Laukaisukaruselli

## Teema




Laukominen omasta kuljetuksesta.

## Välineet

Maalit, "tötsiä" alueen merkitsemistä varten.



## Symbolit

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

## Organisointi ja harjoitteen kuvaus

6-8 pelaajaa 40x20 m suorakaiteen muotoisella alueella. Alueen molemmissa päissä maalit. Pallolliset kuljettavat 20 m pitkän kuljetusalueen läpi. Pelaajan tulee yrittää maalintekoa välittömästi ylitettyään kuljetusalueen. Laukauksen jälkeen pelaajat vaihtavat paikkaa. Kuka tekee 5 minuutissa eniten maaleja?

## Huomioitavaa

Terävät kuljetukset, huolelliset laukaukset. Pelaajien tulee seurata muita pelaajia ja ajoittaa oma kuljetuksensa siten, että ei synny turhaa ruuhkaa.

## Avainasiat

Puhdas nilkkapotkun tekniikka: tukijalka pallon viereen, potkaisevan jalan nilkka ojennettuna ja jännitettynä. Potkuhetkellä katse pallossa. Voimakas potkuliike (jalan heilahdus aluksi taakse, sen jälkeen luja mutta rento potkuliike "pallon läpi"). Osumakohta pallon keskipisteeseen. Juoksuliike jatkuu laukauksen jälkeen; näin vartalo pysyy pallon "päällä" ja laukaus pysyy matalana.

## Helpottaminen

Suuremmat maalit, laukominen lähempää.

## Vaikeuttaminen

Pienemmät maalit, laukominen kauempaa. Laukaukset vain huonommalla jalalla.

