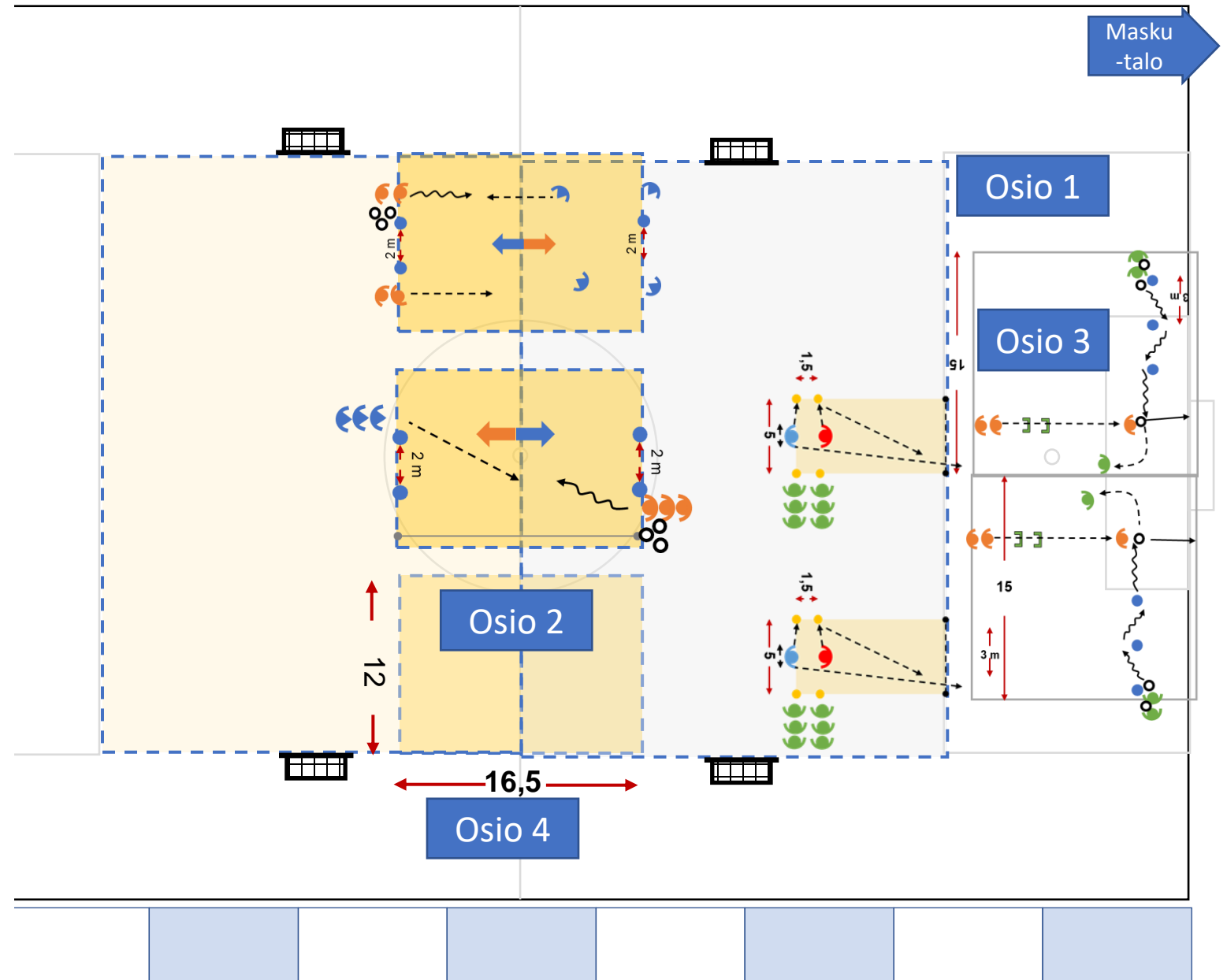


ke 31.5.23 ulkoharkat



- 4 ryhmää
- **Osio 1 syöttelyä valmentajille 6 min | 6 min**
 - Pelaajat syöttävä valmentajalle ja valmentaja syöttää takaisin.
 - Kaikki liikkuvat. Valmentajat antavat erilaisia syöttöä. Välillä voi pyytää syöttämään takaisin.
 - Jako rasteille
- **Osio 2 pienpelejä 18 min | 24 min**
 - Eri variaatioilla pienpelejä 1 v 1, 2 v 1, 2 v 2 ja 3 v 3 ...
 - Kolmella kentällä
 - Sopeudutaan tilanteeseen millaisia pelejä pelataan. Vaikuttavat mm. pelaajien määrä, taso, vireys, läpikäytävät asiat...
- **Osio 3 2 Tikkaat, kuljeta, lauo – Tehdään yhteistyötä + pohdiskelutuokio + hippasovellus, jos aikaa 18 min | 42 min**
 - Ryhmä jaetaan puoliksi kuljetusjonoon ja aitaohjaukseen. Kuljetusjono ja aitaohjaukseen lähtevät samaan aikaan. Kuljeta pallo pujotellen laukaisupisteeseen ja jätä siihen. Jatka terävällä juoksulla aitaohjaukseen perään. Juokse tikkaat ja laukaise pallo maaliin. Hae pallo ja siirry kuljetusjonoon.
- **Pohdiskelutuokio:**
 - **Harhauttamisesta.** 1) Luo etu, 2) hyödynnä etu. Vie vastustaja vastustajan tuen puolelle → tilaa toiselle puolelle. Riittävän isosti. Huijaa. Liikkeet, katse, asennot, nopeuden vaihtelu...
 - **Etenemisestä.** Syötä mikäli eteneminen ei ole mahdollista. Syötä mikäli kanssa pelaaja on paremmassa asemassa.
 - **Puolustamisesta.** Pallo takaisin omalle joukkueelle. Välitön paine ja harkittu riisto yritys. Ei suinpäin riistoyritystä, jos vastustajalla pallo hyvin hallussa. Iske, jos: pallo pomppii, irti jalasta, huono 1. kosketus, hidas syöttö. Syötön peittäminen ja vastustajan ohjaaminen. Peliasento ja lähestymisen suunta.
- **Osio 4 Loppupelit 16 min | 58 min**
 - Kahdella kentällä ~5 v 5 peliä. Jaot liivien mukaan.



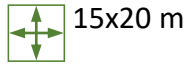
Hyppää, kuljeta, lauo – Tehdään yhteistyötä



Mazzantini, M & Baombardieri, S. Youth Academy Training Program U5-U8. s. 64.



6-12



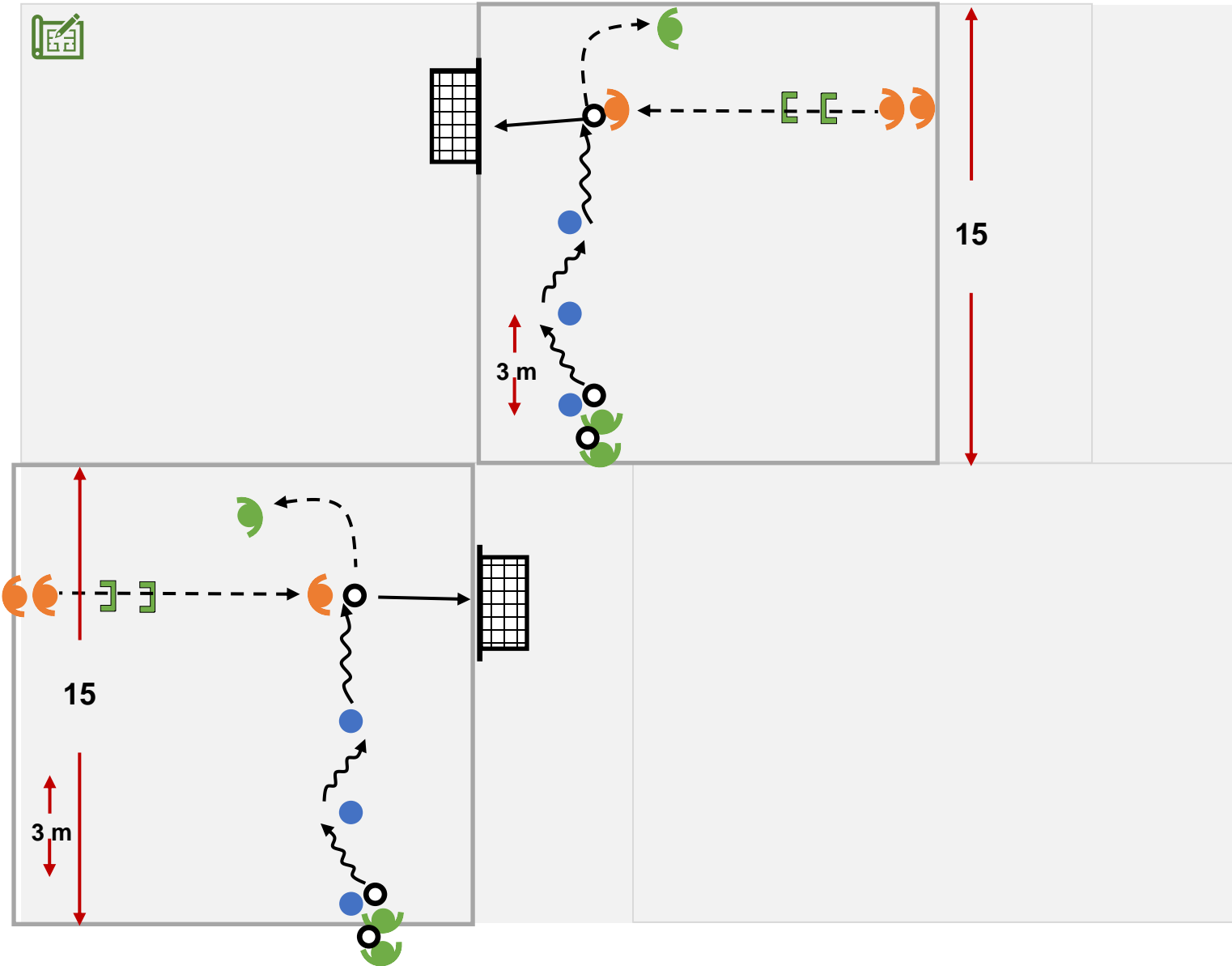
15x20 m



10 min



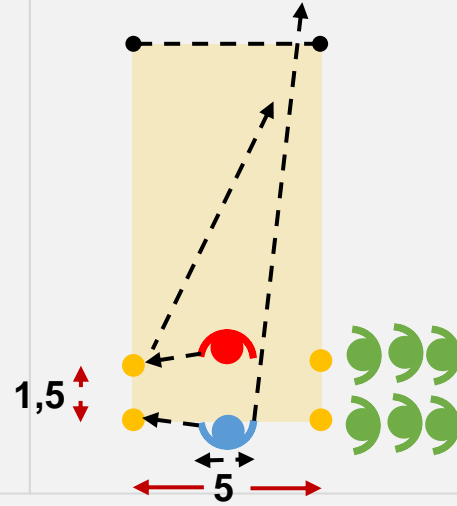
- Lähtötilanne
- Ryhmä jaetaan puoliksi kuljetusjonoon ja aitahyppyjonoon
- Toiminta
- Kuljetusjono ja aitahyppyjono lähtevät samaan aikaan.
- Kuljeta pallo pujotellen laukaisupisteeseen ja jätä siihen. Jatka terävällä juoksulla aitahyppyjonon perään
- Hyppää aitojen yli ja laukaise pallo maaliin. Hae pallo ja siirry kuljetusjonoon.
- Variaatiot
- Aitajuoksu väli 3-6 m
- **Tikkaat**
- Kuperkeikkoja



Huijaa ja juokse karkuun



- Sininen yrittää päästä turva-alueelle ja punainen yrittää ottaa kiinni.
- Sininen koskettaa jomman kumman reunan tötsää ja lähtee tämän jälkeen juoksemaan kohti turva-alueita. Punaisen kosketettava saman puolen tötsää, jonka jälkeen saa yrittää ottaa kiinni.
- Sininen harhauttaa punaista omien tötsiensä välillä ennen tötsän koskettamista, jotta saa etua karkumatkalle.



<https://twitter.com/i/status/1663521204848713730>