

"Ota kuljettaja kiinni"




Teema

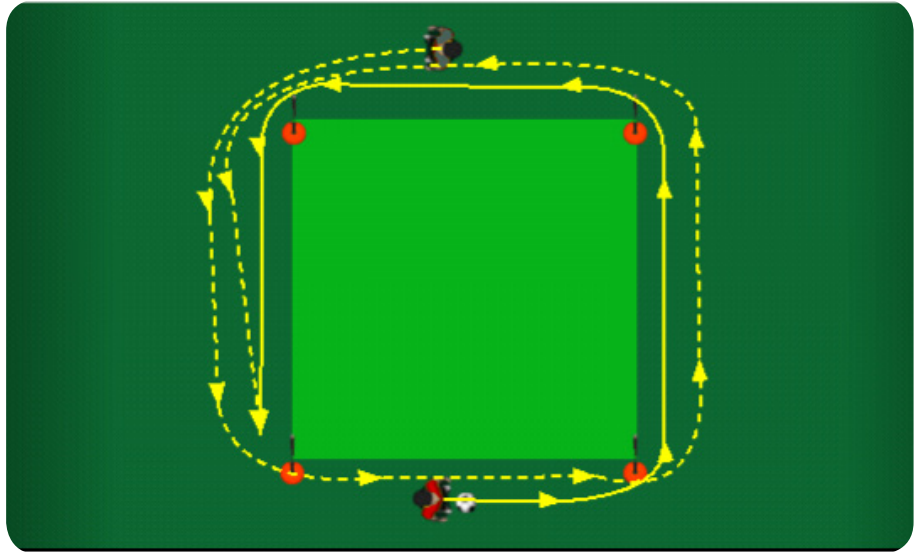
Kuljettaminen.

Välineet

Palloja sekä kartiot alueen merkitsemistä varten.

Symbolit

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



Organisointi ja harjoitteen kuvaus

5 m neliö, pallollinen ja palloton pelaaja vastakkaisilla sivuilla. Pallollinen lähtee kuljettamaan neliön ympäri, palloton yrittää ottaa kiinni. Kuinka monta sivua pallollinen onnistuu kuljettamaan, ennen kuin palloton ottaa kiinni. Jos pallo karkaa neliön sisälle tai osuu kartioon, suoritus lasketaan pallottoman voitoksi. Kisa voidaan järjestää myös siten, että molemmat kuljettavat palloa. Tällöin voidaan kisata esimerkiksi siitä, että kumpi kiertää neliön ensiksi viisi kertaa.

Huomioitavaa

Kisa kannattaa järjestää molempiin suuntiin, niin kummatkin jalat tulevat huomioitua.

Avainasiat

Pallo ei saa olla kuljettaessa koko ajan yhtä lähellä jalkoja (sivuilla kauempana, käänöksissä lähellä).

Helpottaminen

Alueen pienentäminen, kiinniottajan pitää kantaa palloa sylissään.

Vaikeuttaminen

Palloa saa kuljettaa vain jalan tietyllä osalla.

