

# MAALIVAHTIPELAAMINEN

---

**TERMINOLOGIA JA LAATUTEKJITÄ**  
**OPPIMISTAVOITTEET**  
**OPETUSVIDEOT**

# TERMINOLOGIA JA LAATUTEKIJÄT

---

# MAALIVAHDIN PELIASENTO

**Valmiusasento**  
**Torjunta-asento**  
**Ei perusasentoa**

# VALMIUSASENTO

- Tilanteesta riippuva asento
- Veto vs syöttö (torjuminen vs liikkuminen)
- Valmius pelaajien uhkien mukaan
- Tasapainoinen asento mahdollistaa eri vaihtoehdot
- Viiveetön liikkuminen
- Energiapotentiaali (kropassa on ladattua energiaa)



# TORJUNTA-ASENTO

- Tilannekohtainen
- Peittopeli korostuu
- Jalkojen painotus
- Keskivartalon pelikulmat
- Käsien asennon optimointi

# LIKKUMISTEKNIIKAT

- Polviaskel
- Käsituetu (polviaskel)
- Työntö
- Kuopaisu

# MAALIVAHTIPELIN LAATUTEKIJÄT

- Valmiusasento
- Syvyyspeli
- Rintamasuunta
- Polvien linja

# LAATUTEKIJÄT - SYVYYSPELI

- Lähtötilanteessa maltilla
- Syvyys maalivahdin alueen sisällä
- Maltillinen pelaaminen ei ole passiivista
- Oikea-aikaiset vastaantulot
- Liiallinen vastassa pelaaminen kasvattaa matkaa uudelle sijoittumislinjalle



# LAATUTEKIJÄT - RINTAMASUUNTA

- Tilanteen salliessa kohti keskustaa (vaarallisia pelaajia)
- Pallo kuitenkin aina ensisijaisesti tärkein
- Rintamasuunnan optimoinnilla halutaan välttää vartalon kiertoliikettä poikittaisliikkumisessa

# LAATUTEKIJÄT – POLVIEN LINJA

- Maaliviivan suuntaisesti (tilanteen salliessa)
- Pyritään tiputtamaan takatolpan puoleista polvea taaksepäin
- Polvien tason optimointi on selkein tapa helpottaa maalivahdin sivuttaisliikkumista

# OPPIMISTAVOITTEET

---

| TASO /<br>IKÄLUOKKA             | PELIPAIKKAKOHTAISUUS                                                                                                                                                                                                        | TEKNIikka JA LIIKEMALLIT                                                                                                                                                                                                         | PELITILANTEET                                                                                                                    |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Taso 1</b><br><b>P7-P8</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Kokeillaan maalivahdin pelipaikkaa</li> </ul>                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>Torjunta-asentoon tutustuminen</li> </ul>                                                                                                                                                 |                                                                                                                                  |
| <b>Taso 2</b><br><b>P9-P10</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Tutustutaan maalivahtina pelaamiseen</li> <li>Innokkaimmille tarjotaan mahdollisuuksia olla maalivahtina enemmissä määrin</li> <li>Ei täysin kiinnittymistä maalivahdiksi</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Peliasentoihin tutustuminen: valmiusasento, torjunta-asento</li> <li>Liikkumistekniikoihin tutustuminen: polviaskel, työntö, kuopaisu</li> </ul>                                          |                                                                                                                                  |
| <b>Taso 3</b><br><b>P11-P12</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Harjoittelun osittaista eriyttämistä viikoittain</li> <li>Säännöllisiä maalivahtiharjoituksia</li> <li>Kiinnitytään maalivahdiksi</li> </ul>                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Peliasentoihin tutustuminen: valmiusasento, torjunta-asento</li> <li>Käsitukeen tutustuminen</li> <li>Liikkumistekniikoiden oppiminen</li> <li>Symmetrisyys</li> <li>Tasapaino</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Laatutekijät tutuiksi: valmiusasento, syvyyspeli, rintamasuunta, polvien linja</li> </ul> |

| TASO /<br>IKÄLUOKKA             | PELIPAIKKAKOHTAISUUS                                                                                                                                                                    | TEKNIikka JA LIIKEMALLIT                                                                                                                                              | PELITILANTEET                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Taso 4</b><br><b>P13-P14</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Harjoittelun osittaista eriyttämistä viikoittain</li> <li>• Säännöllisiä maalivahtiharjoituksia</li> <li>• Sitoudutaan pelipaikkaan</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valmiusasennon vahvistaminen</li> <li>• Käsituen oppiminen</li> <li>• Polviaskel pääsääntöinen liikkumistekniikka</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laatutekijöiden oppiminen</li> </ul>                                                                                                                      |
| <b>Taso 5</b><br><b>P15-P16</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eriytetään laji- ja fyysistä harjoittelua</li> </ul>                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valmiusasento käytössä</li> <li>• Aktiivinen käsituki</li> <li>• Sujuva liikkuminen polviaskeleella</li> </ul>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laatutekijät sisäistetty pelaamisessa</li> <li>• Pelinymmärryksen kehittäminen</li> <li>• Yhteistyö kenttäpelaajien kanssa</li> </ul>                     |
| <b>Taso 6</b><br><b>P17-P18</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Henkilökohtainen tekninen ja fyysinen harjoittelu</li> </ul>                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tekniikoiden soveltaminen pelitilannemuuttujista riippuen</li> </ul>                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelinymmärryksen vahvistaminen</li> <li>• Valintatilanteiden oppiminen</li> <li>• Yhteistyön kehittäminen</li> <li>• Ennakointi ja pelirohkeus</li> </ul> |
| <b>Taso 7</b><br><b>P19-</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Henkisten ominaisuuksien kehittäminen</li> </ul>                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vahva perusteltu suunnitelmallisuus kaikessa tekemisessä ja kaikissa valinnoissa</li> </ul>                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yhteistyön merkitys korostuu</li> <li>• Valintatilanteiden tunnistaminen</li> <li>• Ennakoinnin aikaikkuna</li> </ul>                                     |



# OPETUSVIDEOT

- Valmius- ja torjunta-asento
- Liikemallit: pallo maalin takana
- Liikemallit: poikittaisjuoksu
- Liikemallit: syöttö kulmasta etupuolelle
- Liikemallit: syöttö kulmasta keskustaan
- Liikemallit: syöttö kulmasta ylipuolelle

[Katso tästä: Oilers YouTube](#)