

Esport Oilers valmennuslinja 2.1

OSA 5: PELIN TAVOITTEET JA VAIHEET

SISÄLLYSLUETTELO

OSA 1: IDEOLOGIA, IDENTITEETTI JA TOIMINTATAVAT

- Missio -mitä olemme ja mitä haluamme saavuttaa-
- Toimintakulttuuri
- Valmennusjärjestelmä
- Pelaajakehitys
- Valmentajakehitys

OSA 2: VALMENTAJIEN TOIMINTA

- Valmentamisen osa-alueet
- Opettamisen pedagogiikka
- Toiminnan suunnittelu

OSA 3: PELAAJAN PERUSVALMIUDET

- Tekniset valmiudet
- Fyysiset valmiudet
- Henkiset valmiudet

OSA 4: PELAAMISEN PERUSPERIAATTEET

- Hyökkäyspelaamisen periaatteet
- Puolustuspelaamisen periaatteet

OSA 5: PELIN TAVOITTEET JA VAIHEET

- Hyökkäys -ja puolustuspelin tavoitteet
- Hyökkäys -ja puolustuspelin vaiheet

OSA 6: MAALIVAHTIVALMENNUS

- Tekniset perusperiaatteet
 - Ikäluokkakokohtaiset oppimistavoitteet

PELAAMISEN PERUSPERIAATTEET

HYÖKKÄYSPELI

TILANTEENVAIHTO +

PUOLUSTUSPELI

TILANTEENVAIHTO -

Luodaan etutilanne

Hallitaan pelin rytmiä ja virtausta

Estetään vastustajan etutilanne

PELAAMISEN PERUSPERIAATTEET

Tilan optimointi
Tukipelaaminen
Tilan tekeminen
Tilan käyttäminen
Maalinteon uhka

PELAAMISEN PERUSPERIAATTEET

Tilan pienentäminen
Tukeminen
Paineistaminen
Maalinteon estäminen

HYÖKKÄYSPELIN VAIHEET

Pallonhallinta
Järjestäytynyt
hyökkääminen
Hyökkäysalueen
hyökkääminen

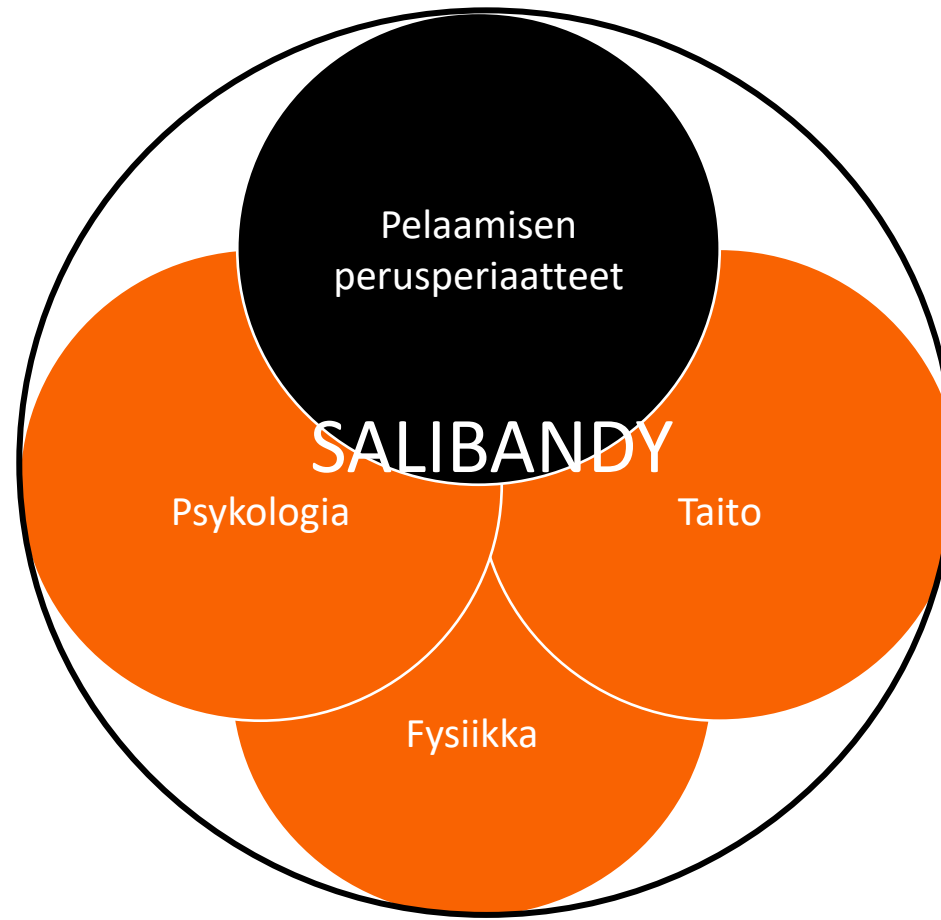
Nopea hyökkäys
Paineen purku

PUOLUSTUSPELIN VAIHEET

Ohjauspelaaminen
Paineistaminen
Puolustusalueen
puolustaminen

Välitön paineistaminen
Vaarallisen alueen
puolustaminen

PELI JA PELAAMISEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT



Hänninen, A. (5.7.2016) "Huippu-Urheilu Ei Vielä Ole Huippupeliä [blogikirjoitus]. Haettu osoitteesta <https://complexfloorball.blogs.com/my-blog/2018/07/huippu-urheilu-vs-huippupeli.html>

HYÖKKÄYSPELAAMISEN TAVOITTEET

RYTMIN JA PELIN VIRTAUKSEN HALLINTA

Hyökkäämisen ensimmäinen tavoite on hallita pelin rytmiä ja virtausta. Pelin rytmillä ja virtauksella tarkoitetaan kentällä vallitsevaa tempoa, sekä tilanteenvaihtojen määrää. Pelaajilla tulee olla ymmärrys kentällä vallitsevasta tilanteesta ja heidän tulee kyetä muuttamaan tarvittaessa pelin rytmiä ja kulkua omalla toiminnallaan.

Hyökkäyspelaamisen tuloksellisuus edellyttää järjestäytyneessä hyökkäämisessä tempon muuttamista etenemisessä tai murtautumisessa kohti vastustajan maalia, sekä tempon hidastamista laadukkaan pallonhallinnan varmistamiseksi.

Hyvin organisoidulla hyökkäyspelillä on keskeinen rooli myös tilanteenvaihtoihin, jotka ovat pelin tuloksen kannalta ratkaiseva tekijä. Organisoitu hyökkäyspeli takaa pelin eri vaiheissa hyvän puolustusvalmiuden ja mahdollisuuden jatkoprässiin. Lisäksi hyökkäyspelillä voidaan rytmittää peliä ja sitä kautta vähentää negatiivisten tilanteenvaihtojen määrä = pelin virtauksen hallinta.

Pidä yllä riittävä tilannekohtainen pelitempo

- Pystymme luomaan mahdollisuuksia etenemiselle ja murtautumiselle
- Yksilön taitotaso on aina suhteutettava pelitempoon
- Liian korkea tempo suhteessa taitoihin katkaisee pallonhallintavaiheen

Pelitempoa tulee kontrolloida pallonhallintavaiheessa ja vaikeuttaa puolustamista erirytmisellä pelaamiselle

- Hidastetaan tempoa kuljettamalla/vedättämällä tai syöttötempolla
- Nopeutetaan tempoa kuljettamalla eteenpäin / syöttämällä kovempaan, nopeammin tai diagonaalisesti.

[VIDEOKLIPPI 1](#) (virtauksen hallinta)

[VIDEOKLIPPI 2](#) (rytmin muuttaminen)

EDUN LUOMINEN

Hyökkäyspelaamisen toinen periaate on luoda kentälle etusuhteita. Edulla tarkoitetaan tilanteessa olevaa hyötysuhdetta vastustajaan nähden. Jos kentälle pystytään luomaan toistuvasti etusuhteita on joukkueella suurempi todennäköisyys luoda laadukkaita maalipaikkoja, jolloin pelin tehokkuus on korkeampi.

Jotta etutilanteita voidaan luoda on pelin rakenteen (=viisikon sijoittuminen) oltava kunnossa. Pallottomien pelaajien on sijoitettava pallolliseen ja vastustajaan nähden niin, että se mahdollistaa pelin eri vaiheiden tehokkaan toteuttamisen.

Sijoittuminen suhteessa vastustajaan ja edun luominen voidaan jaotella kahteen etutilanteeseen. Etutilanteista on tärkeää ymmärtää, että ne ovat läheisesti kytköksissä toisiinsa. Positionaalisen edun luominen on pelaamisen kulmakivi, mutta laadukkaan maalipaikan luomiseksi etutilanne tulee saada muutettua laadulliseksi eduksi.

Etutilanne jaetaan kahteen alatyyppiin:

Positionaalinen etu

- Joukkueen pelaajat ovat sijoittuneet tietyllä kentän alueella paremmin kuin vastustajan pelaajat.

Laadullinen etu

- Vastaanottava(t) pelaaja(t) on paremmassa asemassa suhteessa puolustavaan pelaajaan.

POSITIONAALINEN ETU

Positionaalisella edulla tarkoitetaan, että joukkueen pelaajat ovat sijoittuneet hyökkäämisen / etenemisen kannalta tärkeimmällä alueella paremmin kuin vastustajan pelaajat.

Pelaajien tavoitteena on sijoittua alueella vastustajan muodon väleihin, sisälle tai selustaan niin, että he ovat paremmassa asemassa suhteessa lähimpiin vastustajiin ja pelaajan saadessa pallon on hänellä mahdollisuus ohittaa vastustajan taso tai mahdollisuus edistää peliä.

Tehokkaan hyökkäyspelaamisen edellytys on, että positionaalisia etutilanteita luodaan pallonhallintavaiheesta siirryttäessä järjestäytyneeseen hyökkäykseen tai hyökkäysalueen hyökkäyspelaamiseen ja maalipaikan luomiseen.

Pelaajien ja viisikon on tärkeää tunnistaa, milloin kentän osa-alueille on luotu positionaalisia etutilanteita ja heidän tulisi pystyä hyödyntämään nämä tilanteet mahdollisimman tehokkaasti edetessä pelin seuraavaan vaiheeseen. Tilanteiden rakentaminen edellyttää useasti tilan tekemisen ja käyttämisen peruseriaatteen laadukasta toteuttamista

[OPETUSVIDEO](#)
[VIDEOKLIPPI 1](#)
[VIDEOKLIPPI 2](#)



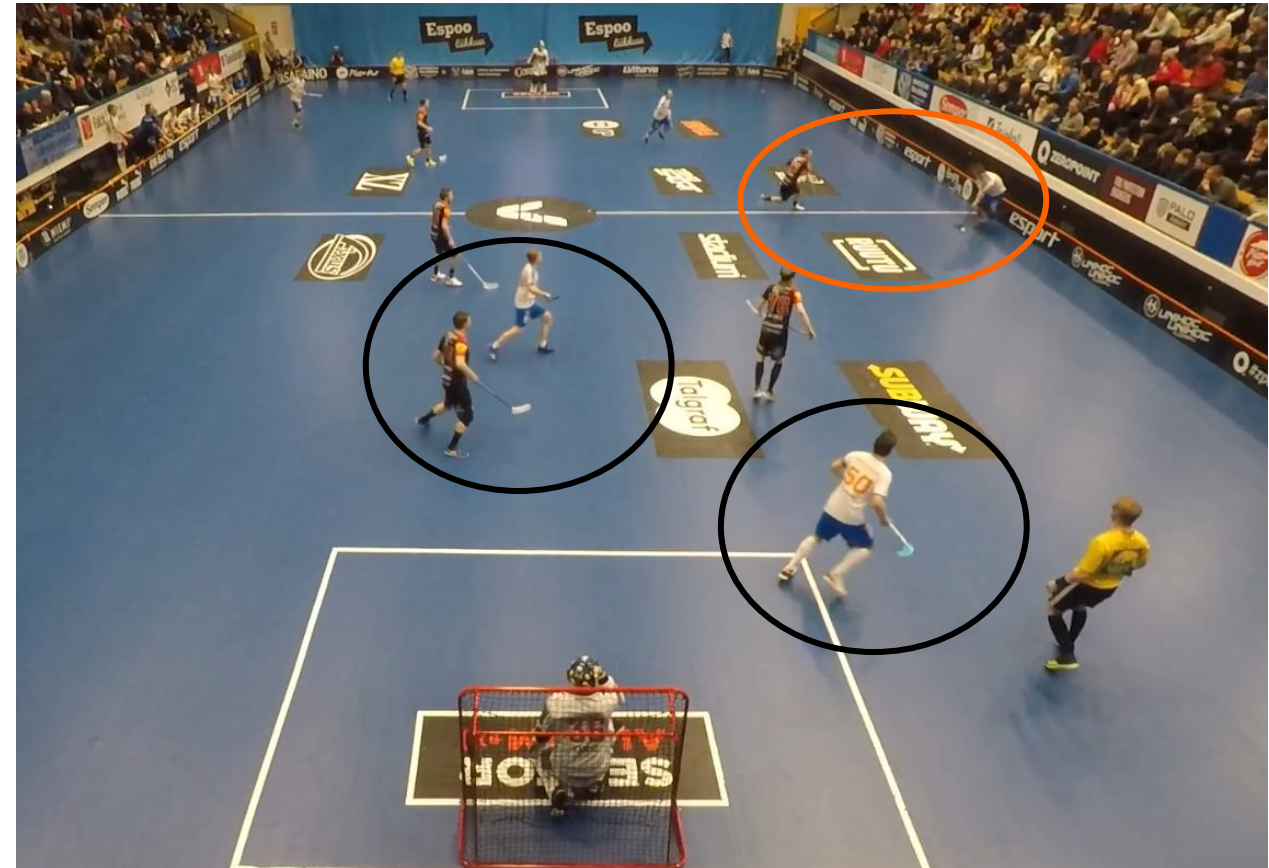
LAADULLINEN ETU

Laadullisella edulla tarkoitetaan, että vastaanottava(t) pelaaja(t) on paremmassa asemassa suhteessa puolustavaan pelaajaan. Vastaanottavalla pelaajalla tarkoitetaan hyökkäyspelissä pallottomia pelaajia (PTR2).

Pelaajan tulee luoda omassa pelitilassa sijoittumisellaan (rintamasuunta ja pelivalmius) ja etäisyydellään edullisempi asemassa suhteessa vastustajaan (=tilan optimointi). Näin ollen hänellä on seuraavaan toimintoonsa suurempi onnistumistodennäköisyys vastustajaan nähden.

Laadullisen edun luominen on tärkeää jokaisessa pelin vaiheessa edetäkseen seuraavaan vaiheeseen tai murtautuessa maalipaikkaan.

[OPETUSVIDEO](#)
[VIDEOKLIPPI 1](#)
[VIDEOKLIPPI 2](#)



PUOLUSTUSPELAAMISEN TAVOITTEET

RYTMIN JA PELIN VIRTAUKSEN HALLINTA

Puolustuspelin ensimmäinen tavoite on hallita pelin rytmiä ja virtausta. Pelin rytmillä ja virtauksella tarkoitetaan kentällä vallitsevaa tempoa, sekä tilanteenvaihtojen määrää. Pelaajilla tulee olla ymmärrys kentällä vallitsevasta tilanteesta ja heidän tulee kyetä muuttamaan tarvittaessa pelin rytmiä ja kulkua omalla toiminnallaan.

Puolustuspelaamisen tuloksellisuus edellyttää vahvaa organisointia ja yhteistyötä viisikolta. Joukkueella tulee olla kyky ja valmius puolustaa kaikilla kentän osa-alueilla (puolustus-, keski- ja hyökkäysalue). Järjestäytyneessä puolustuspelaamisessa pelin tempoa pyritään kasvattamaan paineistaessa ja madaltamaan ohjatesa vastustajaa.

Hyvin organisoidulla puolustuspelillä on keskeinen rooli myös tilanteenvaihtoihin, jotka ovat pelin tuloksen kannalta ratkaiseva tekijä. Organisoitu puolustuspeli takaa pelin eri vaiheissa hyvän hyökkäysvalmiuden ja mahdollisuuden nopeaan hyökkäykseen. Lisäksi puolustuspelillä voidaan vähentää vastustajan laadukkaiden tilanteenvaihtojen määrä = pelin virtauksen hallinta.

Pidä yllä riittävä tilannekohtainen pelitempo

- Pystymme luomaan mahdollisuuksia etenemiselle ja murtautumiselle
- Yksilön taitotaso on aina suhteutettava pelitempoon
- Liian korkea tempo suhteessa taitoihin katkaisee pallonhallintavaiheen

Pelitempoa tulee kontrolloida pallonhallintavaiheessa ja vaikeuttaa puolustamista erirytmisellä pelaamisella

- Hidastetaan tempoa kuljettamalla/vedättämällä tai syöttötempolla
- Nopeutetaan tempoa kuljettamalla eteenpäin / syöttämällä kovempaan, nopeammin tai diagonaalisesti.

[VIDEOKLIPPI](#)

VASTUSTAJAN ETUSUHTEEN ESTÄMINEN

Puolustuspelaamisen tavoitteena on estää vastustajan etusuhteita. Edulla tarkoitetaan hyökkäysalueelle siirryttäessä olevaa hyötysuhdetta vastustajaan nähden. Etusuhde estetään kun syötön vastaanottavalla pelaajalla tai hyökkäysalueelle siirtyvällä pallollisella pelaajalla ei ole puolustavaan pelaajaan nähden edullisempaa asemaa eikä alueellista ylivoimatilannetta. Näin ollen puolustavalla pelaajalla on suurempi onnistumistodennäköisyys rajoittaa vastustajan seuraavia toimintoja.

Jotta vastustajan etutilanteita voidaan estää on pelaamisen rakenteiden oltava kunnossa (hyökkäys ja puolustuspelaaminen). Rakenteisiin liittyvät vahvasti viisikon saumaton pelin vaiheiden toteuttaminen ja laadukas peruspelaamisen toteuttaminen.

Etutilanne jaetaan kahteen alatyyppiin:

Positionaalinen etu

- Pelaajaa on sijoittunut vastustajaan ja omaan maaliin nähden niin, ettei vastustajalla ole mahdollisuutta päästä välittömästi ohi kuljettamalla tai syötönvastaanotettua.
- Pelaajat ovat sijoittunut niin, ettei muodon sisään ole syntynyt vastustajalle alueellista ylivoimatilannetta.

Laadullinen etu

- Pelaajaa on sijoittunut vastustajaan ja omaan maaliin nähden niin, ettei vastustajalla ole mahdollisuutta päästä välittömästi ohi kuljettamalla tai syötönvastaanotettua.
- Pelaajan peliasento, valmius ja etäisyys suhteessa vastustajaan on sellainen, että hänellä on vastustajaa todennäköisempi mahdollisuus onnistua tilanteen mukaisessa tavoitteessa.

PUOLUSTUSPELAAMISEN YLEISET LAINALAISUUDET

YLEISET LAINALAISUUDET

- 1. Perustuu 1v1 pelaamiseen viisikon muoto huomioiden**
- 2. Estetään pelaaminen muodon sisään**
- 3. Ohjataan / työnnetään, jotta saavutetaan etu**
- 4. Paineistetaan / riistetään, kun saavutetaan etu**

[VIDEOKLIPPI](#)

tee tästä opetusklippi

Perustuu 1v1 pelaamiseen viisikon muoto huomioiden

1. Jokaisella on oma vartioitava pelaaja (pelaajaorientaatio)
2. Pelaaja ei häviä omaa 1v1 tilannetta (tasapelin ymmärtäminen)
3. Pelaaja huomioi oman sijoittumisen suhteessa vartioitavaan pelaajaan ja omaan viisikkoon
 - Mitä vaarallisemmalla alueella / lähempänä omaa maalia vartioitava pelaaja sen lähempää puolustaa
 - Huolehtii sijoittumisellaan, että viisikon muoto säilyy
4. Muodosta pyritään pitämään kiinni vaihtamalla vartioitavia pelaajia EI JUOSTA VARTIOITAVAN PELAAJA PERÄSSÄ!
 - Kommunikointi, pelaajan saattaminen

Estetään pelaaminen muodon sisään

1. **Estetään pelaaminen muodon sisään**
 1. Estetään syöttäminen ja kuljettaminen sekä vaikeutetaan palloton liikkuminen muodon sisään
 - Pallottomien liikkeiden hidastaminen
 2. Pyritään pitämään vastustaja muodon ulkopuolella (laidoilla / kehällä)
 3. Jokainen pelaaja huolehtii omalla sijoittumisella, ettei muodon sisään voida pelata
 4. Sijoitu vartioitavan pelaajan ja oman maalin väliin

Ohjataan / työnnetään, kunnes saavutetaan etusuhde

1. Ohjataan / työnnetään, kunnes saavutetaan etusuhde
 1. Työnnetään vastustajaa kauemmaksi maalilta
 2. Ohjataan vaarattomalle alueelle poispäin maalilta (määritellyt alueet = laidat ja kulmat)
 - Piorisoidaan suunta kätisyyden mukaisesti

Paineistetaan / riistetään, kun saavutettu etusuhde

1. Paineistetaan / riistetään, kun saavutettu etusuhde

1. Pallollista puolustavan saavuttaessa etutilanteen tavoitellaan riistoa, syötön katkoa / pakotetaan vaikeampaan ratkaisuun
2. Lähin / lähimmät tukipelaajat voi luoda myös alueellisen ylivoimatilanteen → omasta 1v1 tilanteesta luopuminen

PELIN VAIHEET

ORGANISOITU PUOLUSTUSPELI

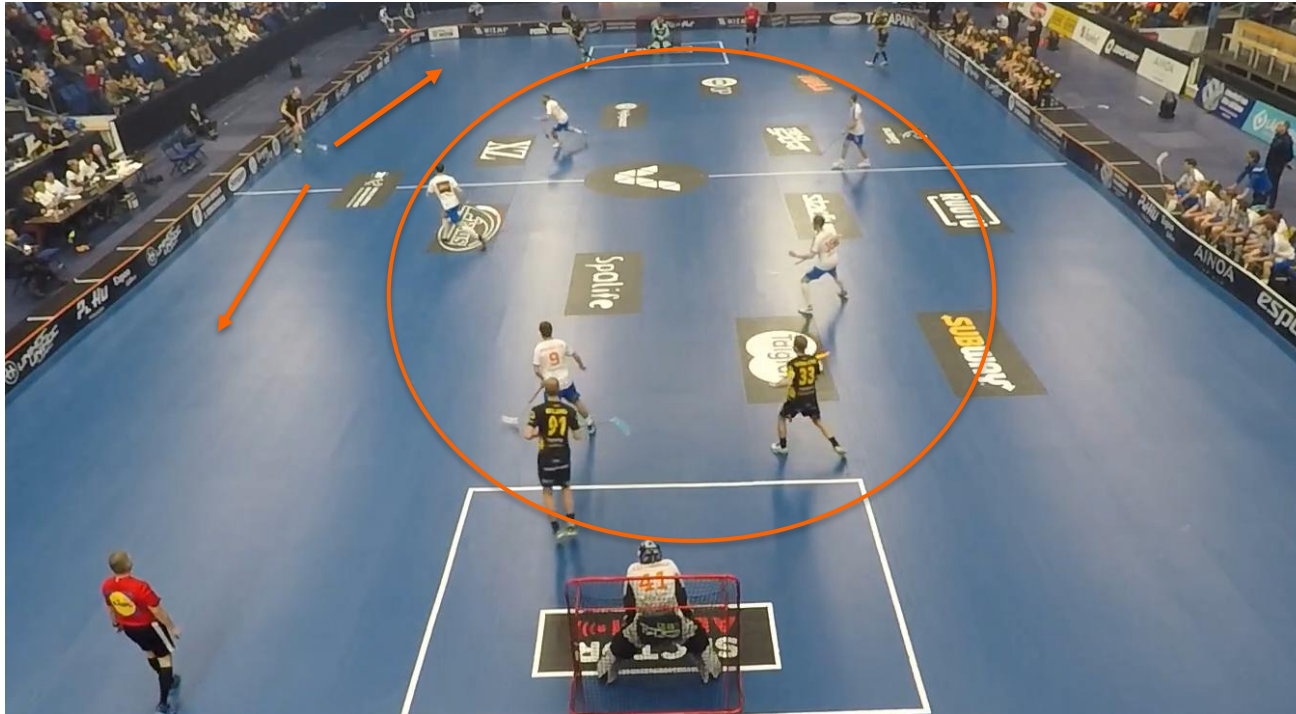
OHJAUSPELAAMINEN

Ohjauspelaaminen on kollektiivisesti toteutettavan puolustuspelin tapa, jossa pallo on vastustajan hallinnassa. Ohjauspelaamisella pyritään rauhoittamaan pelin rytmiä ja ensisijaisena tavoitteena on ohjata vastustaja epäedulliseen tilanteeseen tai kauemmas maalintekoalueelta, jotta pelin seuraava vaihe on mahdollista.

Ohjauspelaamiseen liittyvät pelin perusperiaatteet tilan pienentäminen, tukeminen ja maalinteon estäminen. Laadukas peruspelaamisen hallinta ja ohjaaminen epäedulliseen / alueelliseen alivoimatilanteeseen antaa mahdollisuuden paineistamiseen ja pallonriistoon.

OHJAUSPELAAMINEN

Ohjauspelaamisella pyritään rauhoittamaan pelin rytmiä ja ensisijaisena tavoitteena on ohjata vastustaja epäedulliseen tilanteeseen tai kauemmas maalintekoalueelta, jotta pelin seuraava vaihe on mahdollista.



OHJEISTUS

- Jokainen viisikon jäsen huolehtii rakenteesta ja sopivista etäisyyksistä toisiinsa
- Paineistava ja lähimmät tukipelaajat ohjaavat vastustajan haluttuun suuntaan
- Tavoitteena luoda etusuhde paineistamiselle

TOIMINTAMALLIT

- Paineistava ja lähimmät tukipelaajat ohjaavat vastustajaa haluttuun tilaan omalla sijoittumisella
- Kauimmat pelaajat huolehtivat viisikon etäisyyksistä, ettei muodon sisään tai väleihin synny tilaa
- Vastustajan vaihtaessa omaa pelitilaa, pyritään huolehtimaan rakenteesta ja vaihtamaan pelaajaa

[OPETUSVIDEO](#)
[VIDEO](#)

PAINEISTAMINEN

Paineistaminen on kollektiivisesti toteutettavan puolustuspelin tapa, jossa pallo on vastustajan hallinnassa. Paineistaminen tapahtuu pääsääntöisesti keski- ja hyökkäysalueella.

Pelitalanteessa pallo on vastustajan hallinnassa, mutta olemme saavuttaneet etusuhteen vastustajaan. Paineistamiselle pyritään nostamaan pelin tempoa ja tavoitteena on työntää vastustaja kauemmas maalintekoalueelta, sekä riistää pallo.

Paineistamiseen liittyvät pelin peruseriaatteen tilan pienentäminen, tukeminen ja paineistaminen. Laadukas peruspelaamisen hallinta antaa mahdollisuuden saavuttaa etutilanne ja hakea pallonriistoa

PAINEISTAMINEN

Paineistaminen on kollektiivisesti toteutettavan puolustuspelin tapa, joka toteutetaan pääsääntöisesti keski -ja hyökkäysalueella. Pelitilanteessa pallo on vastustajan hallinnassa, mutta olemme saavuttaneet etusuhteen vastustajaan



OPETUSVIDEO

VIDEO (puolustusalueella)

VIDEO (keskialueella)

VIDEO (hyökkäysalueella)

OHJEISTUS

- Jokainen viisikon jäsen huolehtii rakenteesta ja sopivista etäisyyksistä toisiinsa
- Paineistava ja lähimmät tukipelaajat työntävät vastustajan kauemmaksi maalintekoalueelta
- Tavoitteena luoda etusuhte ja mahdollinen ylivoimatilanne
- Etutilanteessa siirrytään alueellisesta miehestä aluepeliin.

TOIMINTAMALLIT

- Paineistavan tavoitteena työntää pallollinen kauemmas maalintekoalueelta ja rajoittaa ratkaisumalleja
- Lähin / lähimmät tukipelaajat huolehtivat sopivasta etäisyydestä ja luovat mahdollisuuden mukaan ylivoimatilanteen
- Kauin / kauimmat pelaajat kontrolloivat pelitilaa ja ennakoivat / katkaisevat syötön.
- Etusuhteen luotu pienennetään etäisyyksiä ja pyritään riistämään / katkaisemaan syöttö

PUOLUSTUSALUEEN PUOLUSTAMINEN

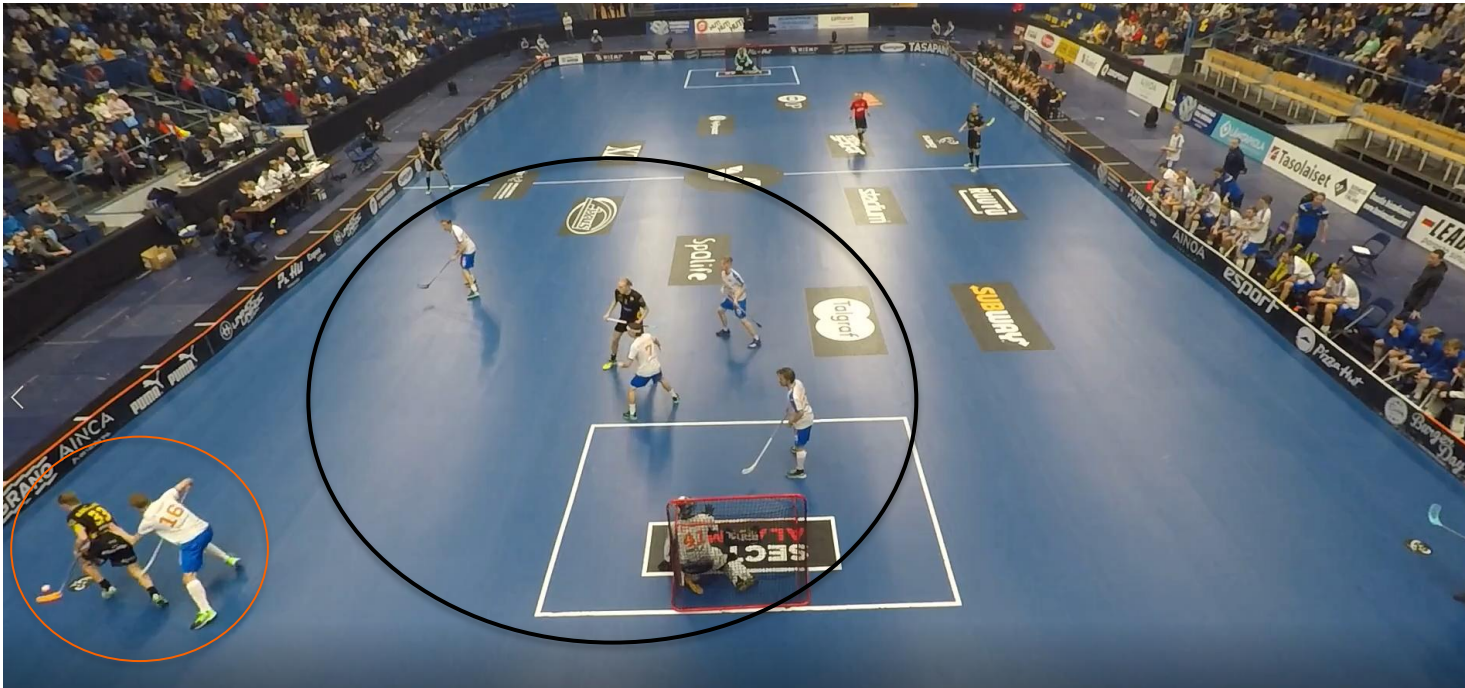
Puolustusalueen puolustuspeli toteutetaan kollektiivisesti omalla puolustusalueella, jossa pallo on vastustajan hallinnassa. Puolustusalueen puolustuspelaamisessa pyritään sijoittumaan vastustajan pelaajien ja maalin väliin, niin ettei muodon sisään, väleihin tai selustaan jää tiloja murtautumiselle (pallollisena tai pallottomana) maalintekoon.

Puolustusalueen pelaamiseen siirrytään pääsääntöisesti ohjauspelaamisen vaiheesta, jossa vastustaja on saatu ohjattua haluttuihin tiloihin laitasektoriin tai kulmiin.

Puolustusalueella ensisijaisena tavoitteena on estää vastustajan etutilanne. Viisikon täytyy ymmärtää vastustajan toiminta ja muoto. Tämä tarkoittaa sitä, että viisikon jokaisen pelaajan täytyy tiedostaa puolustettava pelaaja ja sijoittuminen suhteessa omaan viisikkoon, sekä heille tulee olla perusymmärrys tukemisen ja paineistaminen perusperiaatteet ja tilanteiden etusuhteista. Laadukas peruspelaamisen hallinta antaa mahdollisuuden luoda etusuhteita pallonriistolle.

PUOLUSTUSALUEEN PUOLUSTAMINEN

Puolustusalueen puolustuspeli toteutetaan kollektiivisesti omalla puolustusalueella, jossa pallo on vastustajan hallinnassa. Puolustusalueen puolustuspelaamisessa pyritään sijoittumaan vastustajan pelaajien ja maalin väliin, niin ettei muodon sisään, väleihin tai selustaan jää tiloja murtautumiselle (pallollisena tai pallottomana) maalintekoon.



[OPETUSVIDEO](#)
[VIDEO](#)

OHJEISTUS

- Puolustusalueella tavoitteena pienentää tiloja muodon sisään, väliin ja selustaan.
- Vastustajan etusuhdetta pyritään estämään pallollisen paineistamisella, sekä lähimmän/lähimpien tukipelaajien toiminnalla
- Vastustajan muuttaessa omaa pelitilaa pyritään säilyttämään rakenne ja vaihtamaan puolustettavaa pelaajaa tarvittaessa

TOIMINTAMALLIT

- Paineistavan tavoitteena on ohjata kauemmaksi maalintekoalueelta ja rajata vaihtoehtoja pallolliselta pelaajalta.
- Pallottomia puolustavat huolehdi omasta puolustettavasta pelaajasta, etäisyydestä häneen ja omaan viisikkoon.
- Lähin tukipelaaja luo ylivoimatilanteen, kun saavutamme etusuhteen

Toimintamalli

- Alueellinen 1v1
 - Laitahyökkääjät pyrkivät pelaamaan ylimpänä ja huolehtimaan siten viisikon rakenteesta
 - Puolustettava pelaajan liikkessa yli alueen → ensisijaisesti saatetaan alueelta ja vaihdetaan uuteen pelaajaan → jos ei mahdollista puolustetaan tilanne loppuun saakka yli alueen
 - Keskushyökkääjät ja puolustajat pelaavat voimakkaammin 1v1 yli aluerajojen
- Viisikon etäisyydet pysyvät tiiviinä
 - Kauimmat puolustavat pelaajat huolehtivat, että viisikon etäisyydet pysyvät riittävän pieninä.
 - Sijoittuminen vastustajaan ja omaan viisikkoon suhteutetaan pelitilanteen ja puolustettavan pelaajan vaarallisuuden mukaan
 - Maalintekoalueen lähelle olevat läheltä
 - Maalintekoalueen ulkopuolella olevat keskustan kautta ja lähempänä omaa viisikkoa
- Ohjataan vastustajaa kauemmaksi maalintekoalueelta
 - Vältetään päästämistä maalin taakse
 - Ohjauspelaamisessa priorisoidaan kätisyyden mukaisesti
 - Laitureiden valmius työntää eteenpäin
- Estetään pallolliset ja pallottomat murtautumiset maalintekoalueelle
- Ylivoimatilanteen luominen, kun saavutetaan etusuhde
 - Pallollista puolustavan saavuttaessa etutilanteen, voi lähin tukipelaaja luoda alueellisen ylivoimatilanteen → omasta 1v1 tilanteesta luopuminen

PELAAMISEN PERUSPERIAATTEET



HYÖKKÄYSPELIN PAINOTUS IKÄLUOKITTAIN

TASO / IKÄLUOKKA	ORGANISOITU HYÖKKÄYSPELI			TILANTEENVAIHTO +	
	Pallonhallinta	Järjestäytynyt hyökkääminen	Hyökkäysalueen hyökkääminen	Nopea hyökkäys	Paineen purku
Taso 1 / U8					
Taso 2 / U10	Perehtyminen	Perehtyminen			
Taso 3 / U12	Perehtyminen	Perehtyminen			
Taso 4 / U14	Painotus	Painotus	Perehtyminen		
Taso 5 / U16	Painotus	Painotus	Painotus	Perehtyminen	Perehtyminen
Taso 6 / U18 →	Painotus	Painotus	Painotus	Painotus	Painotus

PUOLUSTUSPELIN PAINOTUS IKÄLUOKITTAIN

TASO / IKÄLUOKKA	ORGANISOITU PUOLUSTUSPELI			TILANTEENVAIHTO -	
	Ohjaus pelaaminen	Paineistaminen	Puolustusalueen puolustaminen	Välitön paineistaminen	Vaarallisen alueen puolustaminen
Taso 1 / U8-juniorit					
Taso 2 / U10-juniorit	Perehtyminen	Perehtyminen			
Taso 3 / U12-juniorit	Perehtyminen	Perehtyminen			
Taso 4 / U14-juniorit	Painotus	Painotus	Perehtyminen		
Taso 5 / U16-juniorit	Painotus	Painotus	Painotus	Perehtyminen	Perehtyminen
Taso 6 / U18-juniorit →	Painotus	Painotus	Painotus	Painotus	Painotus

PELIN VAIHEET

ORGANISOITU HYÖKÄYSPELI

PALLONHALLINTA

Pallonhallinta on kollektiivisesti toteutettava hyökkäyspelin lähtökohta vastustajan organisoitua puolustuspeliä vastaan koko kentän alueella. Pallonhallinnalla pyritään rauhoittamaan pelin rytmiä ja luomaan laadukkaita etenemistilanteita pelin seuraavaan vaiheeseen.

Pallonhallinnan varmistamiseksi alueelle pyritään muodostamaan pääsääntöisesi alueellinen ylivoima pallonhallinnan turvaamiseksi. Etenemisessä pelin seuraavaan vaiheeseen alueellinen ylivoima, tulee muuttua positionaaliseksi eduksi. Etu saadaan aikaiseksi luomalla kentälle tilaa tai vastustajan pelaajan / pelaajien irrotessa puolustusmuodosta, jolloin muodon sisään tai väliin syntyy tilaa.

Kentälle syntyneitä tiloja käytetään pelin seuraaviin vaiheisiin edetessä hyökkäysalueelle tai murtautumiseen maalipaikalle.

Pallonhallintaa ilman korkean riskin suorituksia ja/tai ilman hyökkäämispyrkimyksiä voidaan käyttää myös taktisena työkaluna puolustamiseen → pallolla puolustaminen.

Pallonhallintaan liittyvät pelin peruseriaatteet tilan optimointi, tukipelaaminen, tilan tekeminen ja käyttäminen. Laadukas peruspelaamisen hallinta ja alueellisten ylivoimatilanteiden rakentaminen antaa mahdollisuuden jatkuvaan pallonhallinnan säilyttämiseen, joka lisää tuntuvasti etenemismahdollisuutta.

PALLONHALLINTA

Pallonhallinnalla pyritään hallitsemaan pelin rytmiä ja ensisijaisena tavoitteena on luoda positionaalisia etuja tai saada vähintään yksi pelaaja irtoamaan vastustajan puolustusmuodosta, jolloin syntynyttä etua/tilaa käytetään edetessä hyökkäysalueelle tai hyökätessä suoraan maalia kohden. Pallonhallintaa ilman korkean riskin suorituksia ja/tai ilman hyökkäämispyrkimyksiä voidaan käyttää myös taktisena työkaluna puolustamiseen = pallolla puolustaminen



[OPETUSVIDEO](#)
[OPETUSVIDEO](#)

[VIDEO](#) (pallonhallinta)
[VIDEO](#) (pallonhallinta + eteneminen)

OHJEISTUS

- Halutulle alueelle luodaan pallollinen ylivoimatilanne
- Hyökkäysalueelle siirryttäessä tulee olla vähintään tasavoimainen tilanne (pelaajia hyökkäysalueella vastustajaan nähden) ja syöttöä vastaanottavalla pelaajalla etutilanne.
- Voidaan hyökätä suoraan maalia kohden tai jatkaa hyökkäysalueen hyökkäyspeliä

TOIMINTAMALLIT

Pallollinen pelaaja (PTR1)

- Luo tiloja liikkumalla pallon kanssa tai houkuttelee vastustajaa irtoamaan viisikosta
- Syötä vain edulliseen asemaan
- Tunnista tilanteet hyökkäämiselle kohti vastustajan maalia

Palloton pelaaja (PTR2)

- Varmista alueellinen ylivoimatilanne
- Varmista syvyyden, leveyden ja keskustan hyödyntäminen
- Säilytä tilanteeseen sopivat etäisyydet suhteessa omaan viisikkoon, palloon, kenttään ja vastustajaan.
- Sijoitu niin, että pallollisella on syöttölinja vapaana ja voit jatkaa peliä (syöttämällä/kuljettamalla) paineettomassa tilanteessa
- Tunnista tilanteet hyökkäämiselle kohti vastustajan maalia.

JÄRJESTÄYTYNYT HYÖKKÄÄMINEN

Järjestäytynyt hyökkääminen (avauspelaaminen) on kollektiivisesti toteutettava hyökkäyspelin toinen vaihe, jossa pallo on meidän joukkueen hallinnassa. Järjestäytynyt hyökkääminen toteutetaan vastustajan puolustusmuodon alla pallonhallinnan periaatteiden mukaisesti.

Järjestäytyneessä hyökkäämisessä viisikon täytyy ymmärtää vastustajan toiminta, muoto ja kenttätasapaino. Tämä tarkoittaa sitä, että pelaajilla on oltava kyky tunnistaa tilanteet ja perusymmärrys tilanteiden etusuhteista (positionaalinen tai laadullinen etu). Etenemisessä kohti hyökkäyssuuntaa pelin rytmiä on muutettava selkeästi nopeammaksi pallonhallintavaiheesta, jotta vastustajan viisikon väliin tai sisälle syntyneet tai luodut tilat voidaan hyödyntää.

JÄRJESTÄYTYNYT HYÖKKÄÄMINEN MATALAA PRÄSSIÄ VASTAAN

= Tavoitteena on luoda tilaa vastustajan muodon väliin, sisälle tai selustaan jota hyödynnetään etenemisessä hyökkäyssuuntaan.

JÄRJESTÄYTYNYT HYÖKKÄÄMINEN KORKEAA PRÄSSIÄ VASTAAN

= Pallollisen ja pallottomien tulee tunnistaa kollektiivisen prässin väleistä tilaa, jota hyödyntämällä pyritään pääsemään nopeasti isoon tilaan ja laadulliseen- ja/tai numeraaliseen ylivoimaan.

Eteneminen hyökkäyssuuntaan voidaan jakaa kahteen toimintamalliin jotka ovat:

1. SUORA HYÖKKÄYS

Hetki jolloin vastustajan viisikon väliin, sisälle tai taakse syntyy tilaa, jota hyödynnetään murtautumiseen maalintekopaikkaan → laadullinen tai positionaalinen etu → hyödynnetään suoraan maalintekoyritykseen

2. HYÖKKÄYSALUEEN HYÖKKÄYSPELAAMINEN

Sama määritelmä, mutta laadullinen tai positionaalinen etu ei ole riittävän laadukas → varmistetaan pallonhallinta ja hyökkäyspelin jatkuminen

JÄRJESTÄYTYNYT HYÖKKÄÄMINEN (matala prässä)

Järjestäytynyt hyökkääminen matalaa prässää vastaan = Tavoitteena on luoda tilaa vastustajan muodon väliin, sisälle tai selustaan jota hyödynnetään etenemisessä hyökkäyssuuntaan.



OHJEISTUS

- Tavoitellulle kentän osa-alueelle luodaan etutilanne etenemiselle.
- Hyökkäysalueelle siirryttäessä tulee olla vähintään tasavoimainen tilanne (pelaajia hyökkäysalueella vastustajaan nähden) ja syöttöä vastaanottavalla pelaajalla etutilanne.
- Voidaan hyökätä suoraan maalia kohden tai jatkaa hyökkäysalueen hyökkäyspeliä

TOIMINTAMALLIT

- Pallollinen pelaaja liikuttaa tai houkuttelee vastustajaa, jotta tavoitellulle kentän alueelle syntyy tilaa → palloton pelaaja käyttää tilaa niin, että voi edetä vastustajan tason ohitse (positionaalinen etu) tai edistää peliä syöttämällä laadulliseen etuun.
- Liikutetaan vastustajaa syöttöketjuilla niin, että tavoitellulle kentän alueelle syntyy tilaa → palloton pelaaja käyttää tilaa, niin että voi edetä vastustajan tason ohitse tai edistää peliä syöttämällä laadulliseen etuun.

[OPETUSVIDEO](#)

[OPETUSVIDEO](#)

[VIDEOKLIPPI 1](#) (suora hyökkäys)

[VIDEOKLIPPI 2](#) (hyökkäysalueen hyökkäys jatkumo)

JÄRJESTÄYTUNYT HYÖKKÄÄMINEN(korkea prässä)

Avauspelaaminen korkeaa prässää vastaan = Avaamisvaiheessa tulee tunnistaa kollektiivisen prässin väleistä tilaa, jota hyödyntämällä pyritään pääsemään nopeasti isoon tilaan ja etutilanteeseen.



OHJEISTUS

- Tavoitteena päästä pienestä tilasta isoon tilaan
- Pallottomien pelaajien tulee tunnistaa tyhjät tilat vastustajan muodon välistä tai keskeltä
- Pallollisella pelaajalla tulee olla uskallus ja tilaa kuljettaa

TOIMINTAMALLIT

Syöttämällä

- Vastustajan muodon välisiä tiloja hyödynnetään oikea-aikaisella tukiliikkeellä
- Pallollinen pelaaja pitää huolen pallosta ja odottaa syöttölinjan aukeamista
- Pallottomat pelaajat tekevät pallolliselle tilaa

Kuljettamalla

- Pallollinen pelaaja haastaa paineistavan pelaajan tai hyödyntää muodon välisiä tiloja rytmin- ja suunnanmuutoksella

[OPETUSVIDEO](#)
[OPETUSVIDEO](#)

[VIDEOKLIPPI 1](#) (suora hyökkäys)
[VIDEOKLIPPI 2](#) (hyökkäysalueen hyökkäys jatkumo)

HYÖKKÄYSALUEEN PELAAMINEN

Hyökkäysalueen hyökkäyspelaaminen on kollektiivisesti toteutettava hyökkäyspelin kolmas vaihe, jossa pallo on meidän joukkueen hallinnassa. Hyökkäysalueen hyökkäyspelaaminen toteutetaan vastustajan puolustusalueella pääsääntöisesti puolustusmuodon ulkokehällä ja päädyssä. Tavoitteena on luoda tiloja murtautumiselle (pallollisena ja pallottomana) maalintekoon vastustajan muodon väleihin, sisälle tai selustaan.

Hyökkäysalueen pelaamiseen siirrytään pääsääntöisesti järjestäytyneen hyökkäämiseen vaiheesta. Tämä edellyttää laadukasta tilan optimointia ja positionaalista –ja/tai laadullista etutilannetta, jotta pallollisella pelaajalla on vaihtoehtoja jatkaa peliä (=pelin jatkumot).

Hyökkäysalueella ensisijaisena tavoitteena on luoda maalipaikka. Viisikon täytyy ymmärtää vastustajan toiminta, muoto ja kenttätasapaino. Tämä tarkoittaa sitä, että viisikolla tulee pystyä luomaan ja käyttämään tilaa, sekä pelaajalla tulee olla kyky tunnistaa tiloja ja tilanteita, sekä perusymmärrys tilanteiden etusuhteista. Laadukas peruspelaamisen hallinta ja alueellisten etutilanteiden rakentaminen antaa mahdollisuuden maalipaikkaan tai murtautumiseen maalipaikalle. Maalipaikan rakennusvaiheessa (pallonhallinta) pelin rytmin voi olla matalampi, jotta syöttöjen laatu ja ajoitus varmistetaan. Luotujen tilojen hyödyntämiseen pelin rytmiä on kuitenkin muutettava selkeästi nopeammaksi, jotta vastustajan viisikon väliin tai sisälle syntyneet tai luodut tilat voidaan hyödyntää maalintekoon.

Hyökkäysalueen hyökkäyspelaamisen kaksi keskeisintä toimintatapaa ovat:

MAALINTEON UHKA

Pallollisen ja pallottomien pelaajien sijoittuminen ja pelivalmius suhteessa vastustajaan ja maaliin on jatkuvasti sellainen, että maalinteko on mahdollista.

MURTAUTUMINEN

Hetki jolloin vastustajan viisikon väliin tai sisälle syntyy tilaa, jota hyödynnetään pallollisen tai pallottoman liikkeellä → hyödynnetään maalintekoyritykseen

HYÖKKÄYSALUEEN HYÖKKÄYSPELAAMINEN

Hyökkäysalueen hyökkäyspelaaminen toteutetaan vastustajan puolustusalueella pääsääntöisesti puolustusmuodon ulkokehällä ja päädyssä. Tavoitteena on luoda tiloja murtautumiselle (pallollisena ja pallottomana) maalintekoon vastustajan muodon väleihin, sisälle tai selustaan.



OHJEISTUS

- Hyökkäysalueella optimoidaan tila (syvyys-leveys-keskusta).
- Pallollisella ja pallottomalla pelaajilla on maalinteon uhka ja positiivinen pelivalmius
- Pallollisella tulisi olla jatkuvasti syöttömahdollisuus hyökkäys –ja puolustusuuntaan tarjolla
- Tyhjiä tiloja murtautumiselle pyritään luomaan aktiivisesti pallollisen tai pallottoman liikkeillä

TOIMINTAMALLIT

Pallollinen (PTR1)

- Pidä maalinteon uhka päällä
- Murtaudu, haasta tai tee tilaa (liikkumalla tai houkuttelemalla)
- Priorisoi valinnat (syöttö, laukaus, kuljetus, haastaminen)

Palloton (PTR2)

- Pidä huoli rakenteesta ja maalinteon uhkasta
- Liiku tyhjiin tilaan (tuelle, maalintekoon tai tehdäksesi tilaa)
- Ennakoi yhden tilanteen yli vaihtoehdot

[OPETUSVIDEO](#)
[VIDEOKLIPPI 2](#)

[VIDEOKLIPPI 1](#)
[VIDEOKLIPPI 3](#)

HYÖKKÄYSALUEEN PELAAMINEN (murtautuminen)

Murtautuminen = Hetki jolloin vastustajan viisikon väliin tai sisälle syntyy tilaa, jota hyödynnetään pallollisen tai pallottoman liikkeellä → hyödynnetään maalintekoyritykseen



OHJEISTUS

- Vastustajan muodon sisälle tai väliin luodaan tilaa pallollisen tai pallottomien liikkeellä
- Pallottomien liikkeet heikentävät hetkellisesti kenttätasapainoa, jonka johdosta pallovastuu on oltava hyökkäysalueella korkealla tasolla

TOIMINTAMALLIT

- Pallollinen pelaaja liikuttaa tai houkuttelee vastustajaa, jotta haluttuun paikkaan syntyy tilaa → palloton pelaaja käyttää syntynyttä tilaa
- Palloton pelaaja tekee pystysuunnan liikkeitä liikuttaakseen puolustavia pelaajia pois halutusta paikasta → syntynyttä tilaa voidaan käyttää pallollisen tai seuraavan pallottoman liikkeellä
- Murtautumispaikka voidaan luoda myös nopeasti pelinpainopistettä siirtämällä, jolloin muodon sisään tai väliin voi muodostua tiloja

[VIDEO](#)

HYÖKKÄYSALUEEN HYÖKKÄÄMINEN maalinteon uhka

Maalinteon uhka = Pallollisen ja pallottomien pelaajien sijoittuminen ja pelivalmius suhteessa vastustajaan ja maaliin on jatkuvasti sellainen, että maalinteko on mahdollista.

[VIDEO](#)



OHJEISTUS

- Pallollisen ja vähintään kahden pallottoman pelaajan tulee olla sijoittunut tai liikkumassa hyökkäysalueen kolmannekselle väli- tai keskikaistalle.
- Pallollisen pelaajan valmius (rintamasuunta ja pallonhallinta) tulee mahdollistaa jatkuvan maalinteon tai syötön maalipaikkaan.

TOIMINTAMALLIT

- Pallollinen luo uhkaa kämmenenkäytöllä ja pelivalmiudella → valmius ratkaista
- Sijoitu suhteessa vastustajaan ja pallolliseen pelaajaan niin että diagonaalinen syöttö on mahdollista
- Ennakoi syntyviä tiloja vastustajan selän taakse pallollisen ollessa päädyssä
- Salaa ratkaisumalli tai liike

PELIN VAIHEET

POSITIIVINEN TILANTEENVAIHTO

VASTAHYÖKKÄYS

Positiivinen tilanteenvaihto on puolustuspelin jälkeinen hetki, kun vastustaja menettää pallon. Pelisuunnan muuttuessa ensisijainen tavoite on luoda nopea hyökkäys vastustajan organisoituessa puolustuspelaamiseen. Tehokkaimmillaan vastahyökkäys tulisi toteuttaa seuraavien 3-5 sekunnin sisällä maalipaikaksi.

Laadukkaan maalipaikan rakentaminen edellyttää hyvin organisoitua ja kollektiivista puolustus- tai hyökkäyspelaamista, jotta pelinrakenteet ovat riittävällä tasolla toteuttaa pelin seuraavaa vaihetta.

Positiivinen tilanteenvaihto saadaan aikaiseksi organisoidun puolustuspelin jälkeisestä riistosta / vastustajan laukauksesta tai omasta hyökkäyspelin jälkeisestä paineistamisesta.

VASTAHYÖKKÄYS

Positiivinen tilanteenvaihto on puolustuspelin jälkeinen hetki, kun vastustaja menettää pallon. Pelisuunnan muuttuessa ensisijainen tavoite on luoda nopea hyökkäys vastustajan organisoituessa puolustuspelaamiseen



OHJEISTUS

- Tavoitteena päästä pienestä tilasta isoon tilaan vastustajan seuraavan tason ohi mahdollisimman nopeasti
- Pallottomien pelaajien tulee tunnistaa tyhjät tilat mahdollisimman nopeasti vastustajan muodon välistä, keskeltä ja selustasta
- Isossa tilassa varmista syötön laatu ja tarkkuus

TOIMINTAMALLIT

- Syötä tai kuljeta nopeasti isompaan tilaan
- Vähintään yksi pelaajaa tarjoaa syöttövaihtoehtoa syvyyteen ja leveyteen
- Muut pelaajat tarjoavat tukea tyhjiin tiloihin
- Pyri hyödyntämään tilanteenvaihdon ensimmäiset sekunnit maalipaikkaan pääsemiseksi

[VIDEO 1](#)

VIDEO 2 etsi toinen klippi ja lisää youtube

PALLONHALLINTA / ORGANISOITUMINEN

Positiivisessa tilanteenvaihdossa vastustajan ollessa hyvin organisoitunut tulee pelaajien tunnistaa tilanteen hyöty-riskisuhde ja organisoitua pallonhallintavaiheeseen.

Mikäli tilanteenvaihdossa ei ole mahdollisuutta päästä nopeasti etutilanteeseen käynnistetään pallonhallintavaihe. Pallonhallintavaihe edellyttää pääsääntöisesti paineen alta pääsemistä, jotta hyökkäyspeli voidaan organisoida.

Pelisuunnan muuttuessa pallo pelataan ensimmäisenä isoon tilaan, jonka jälkeen toimitaan pelitilanteen mukaisesti (vastahyökkäys – pallonhallinta).

PALLONHALLINTA / ORGANISOITUMINEN

Positiivisessa tilanteenvaihdossa vastustajan ollessa hyvin organisoitunut tulee pelaajien tunnistaa tilanteen hyöty-riskisuhde ja organisoitua pallonhallintavaiheeseen.



OHJEISTUS

- Ensimmäinen syöttö pienestä tilasta isoon tilaan
- Varmista kenttätasapaino
- Lähimmät tukipelaajat huolehtivat sopivasta etäisyydestä pallolliseen
- Kauimmat tukipelaajat huolehtivat syvyydestä ja leveydestä

TOIMINTAMALLIT

- Ensimmäinen syöttö pyritään syöttämään tai kuljettamaan nopeasti isompaan tilaan
- Huolehditaan pallosta ja varmistetaan syötön laatu ja suunta
- Vähintään yksi pelaajaa tarjoaa syöttövaihtoehtoa syvyyteen ja leveyteen
- Muut pelaajat tarjoavat tukea tyhjiin tiloihin ja varmistavat kenttätasapainon
- Luo tarvittaessa pallolliselle pelaajalle tilaa

[OPETUSVIDEO](#)

[VIDEO 1](#)

[VIDEO 2](#)

PELIN VAIHEET

NEGATIIVINEN TILANTEENVAIHTO

VÄLITÖN PAINEISTAMINEN

Negatiivinen tilanteenvaihto on hyökkäyspelin jälkeinen hetki, kun menetämme pallon. Pelisuunnan muuttuessa ensisijainen tavoite on paineistaa välittömästi ja estää sitä kautta vastahyökkäys. Mikäli vastustajan puolustuspeli on ollut epätasapainoinen, voidaan negatiivisesta tilanteenvaihdosta saada myös pallonriisto.

Paineistaminen tilanteenvaihdossa edellyttää hyvin organisoitua ja kollektiivista hyökkäyspelaamista, jotta pelinrakenteet ovat riittävällä tasolla toteuttaa paineistamisen vaihetta.

Negatiivinen tilanteenvaihto voi tulla hyökkäyksen jälkeisestä irtopallosta, ohilaukauksesta tai muusta pallonmenetyksestä.

VÄLITÖN PAINEISTAMINEN

Negatiivinen tilanteenvaihto on hyökkäyspelin jälkeinen hetki, kun menetämme pallon. Pelisuunnan muuttuessa ensisijainen tavoite on paineistaa välittömästi ja estää sitä kautta vastahyökkäys



OHJEISTUS

- Tavoitteena pitää vastustaja pienessä tilassa paineen alla.
- Tukipelaajien tulee huolehtia rakenteen ja sopivien etäisyyksien säilymisestä
- Riisto pyritään saamaan ensisijaisesti pallollisen vaikeasta ratkaisusta (syötön katko tai välitön paineistaminen)

TOIMINTAMALLIT

- Lähin puolustava pelaaja huolehtii paineistamisesta
- Lähimmät tukipelaajat huolehtivat etäisyyksistä ja rakenteesta
- Kauimmat tukipelaajat kontrolloivat pelitilaa
- Vastustajan vaihtaessa pelitilaa pyritään säilyttämään rakenne ja katkoa syöttö / riistää pallo

[OPETUSVIDEO](#)
[VIDEO](#)

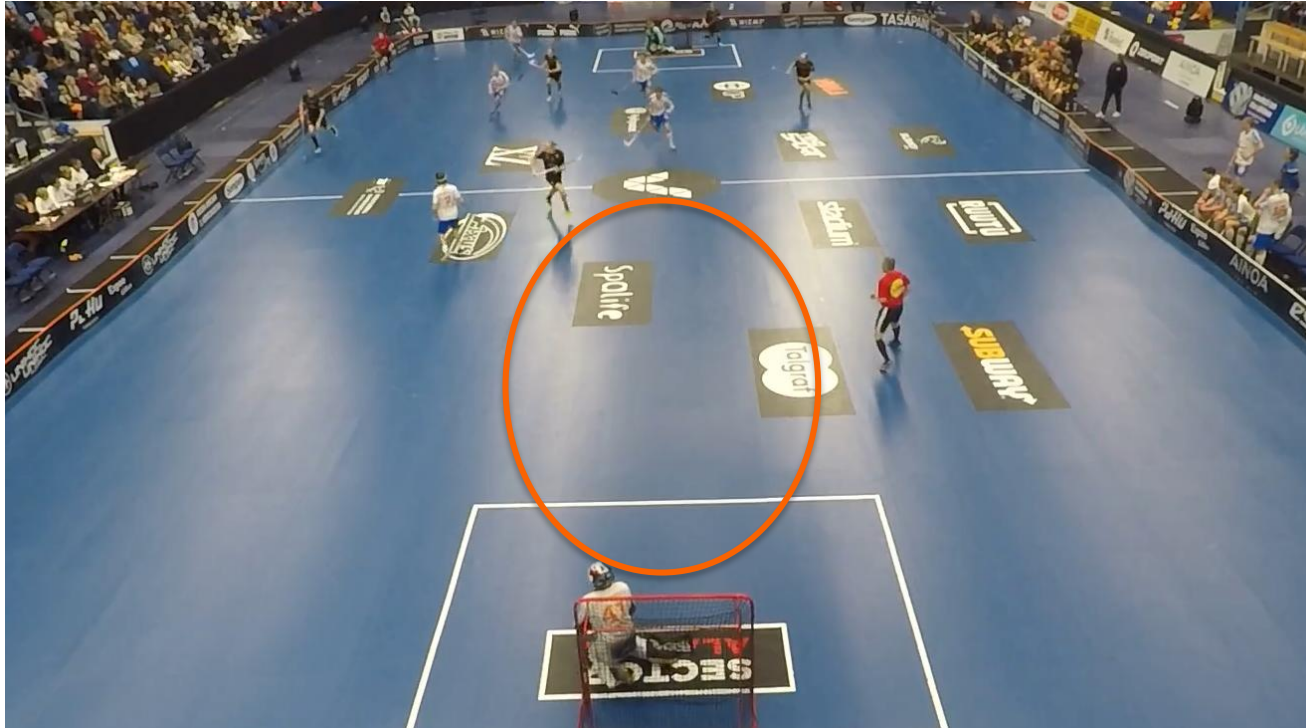
VAARALLISEN ALUEEN PUOLUSTAMINEN

Negatiivisessa tilanteenvaihdossa vastustajalla ollessa etusuhde tai pelin tilanne edellyttää, puolustetaan ensisijaisesti vaarallisinta aluetta ja pyritään sitä kautta estämään / hidastamaan vastustajan nopea eteneminen maalintekoon

Vastustajan saama etusuhde syntyy pääsääntöisesti epäorganisoidusta hyökkäyspelistä tai pallonmenetyksestä keski- tai puolustusalueella.

VAARALLISEN ALUEEN PUOLUSTAMINEN

Negatiivisessa tilanteenvaihdossa vastustajalla ollessa etusuhde tai pelin tilanne edellyttää, puolustetaan ensisijaisesti vaarallisinta aluetta ja pyritään sitä kautta estämään / hidastamaan vastustajan nopea eteneminen maalintekoon



OHJEISTUS

- Tavoitteena estää vastustajan nopeimmat etenemistilat (syöttämällä / kuljettamalla) maalintekoon.
- Pallollisen toimintaa pyritään hidastamaan ohjaamalla / rajoittamalla pelitilaa ja valintoja.
- Viisikon tavoitteena organisoitua mahdollisimman nopeasti puolustuspeliin

TOIMINTAMALLIT

- Lähin puolustava pelaaja rajaa / hidastaa omalla sijoittumisella pallollisen pelaajan valintoja
- Pallon yläpuolella olevat pyrkivät takakarvaamaan
- Pallon alapuolella olevat pyrkivät estämään nopeimmat etenemistilat maalintekoon omalla sijoittumisella

[OPETUSVIDEO](#)
[VIDEO](#)