

SCH D2 pojat

Joukkueen yleisiä sääntöjä:

- Koulunkäynti on meille tärkeintä!
- Tulemme harjoituksiin, peleihin ja muihin joukkueen tapahtumiin hyvällä mielellä ja sovittuna ajankohtana.
- Emme hauku ketään vaan kunnioitamme joukkuekavereita, vastustajia, valmentajia ja tuomareita.
- Kannustamme ja tsemppaamme toisiamme.
- Harjoittelemme ahkerasti ja hyvällä motivaatiolla joukkueen yhteisissä harjoituksissa.
- Harjoittelemme myös omalla ajallamme kehittyäksemme.
- Kuuntelemme aina valmentajan ohjeita ja toimimme ohjeiden mukaan.
- Yritämme aina parhaamme
- Opettelemme itse huolehtimaan varusteistamme. Osallistumme reippaasti yhteisiin tehtäviin kuten esimerkiksi laitojen laittoon ja purkamiseen
- Syömme terveellisesti
- Ilmoitan aina valmentajalla jos tunnen oloni sairaaksi tai loukkaannun harjoitusten tai pelien aikana. Tapahtumasta ei koskaan saa poistua ilman ilmoitusta valmentajalla
- Mikäli en noudata sääntöjä, minulle voidaan antaa varoitus, laittaa "jäähyllä" tai pahimmassa tapauksessa poistaa tapahtumasta

VANHEMPIEN SÄÄNNÖT

- Ilmoitamme lapsen tapahtumiin nimenhuudossa vähintään kaksi päivää ennen tapahtumaa.
- Huolehdimme lapsen ajoissa paikalle, ilmoitamme valmentajaa myöhästymisestä tai viimehetken poisjäänneistä.
- Kannustamme ja tuemme lapsia harrastuksessa
- Emme hauku ketään vaan kunnioitan pelaajia, valmentajia ja tuomareita.
- Annamme valmentajille työrauhan.
- Emme palkitse lasta tavaralla tai rahalla maalinteosta.
- Yhteistyöllä ja talkoohengellä takaamme lapsille jatkossakin mukavia ja antoisia kokemuksia, muistoja, elämyksiä ja kaikkea sitä mitä salibandy voi tarjota.

PELITAPAHTUMIEN SÄÄNNÖT

- Pelitapahtuma on joukkueen "omaa aikaa."
Pelitapahtuman alun ja lopun välinen aika on rauhoitettu peliin keskittymiselle ja tämän ajan joukkue on valmennuksen ja joukkueenjohdon huomassa. Toisin sanoen pelitapahtuman ajaksi vanhemmat ottavat katsojan ja kannustajan roolin.
- Pelitapahtuma alkaa ilmoitettuna ajankohtana joukkueen kokoontumisella
- Pelitapahtuman aikana syödään kevyesti ja terveellisesti. Kaikki makeiset, limpsat yms. sokeripitoiset herkut ovat kielletty pelitapahtuman aikana ja kyseisen päivän aikana ennen tapahtumaa. Nautitaan herkuista kohtuudella pelien jälkeen!
- Katsomo kannustaa, vaihtoalue ohjeistaa!

Salibandy pelinä

- Hyökätään ja puolustetaan viidellä pelaajalla
- Kaikki pelaajat eivät voi hyökätä. Hyökätessä vähintään kaksi pelaajaa pitää olla puolustustehtävissä.
- Salibandy nopeatempoinen yksinkertainen peli
 - Pelinopeus, avaus, suunnanmuutokset
 - 5vs5 pelissä yksilötaito korostuu
 - Maalit 1-5 sekunnissa pallonriistosta
 - Pelinlukutaito, ennakkovisio ja yksilötaito korostuvat
 - Tärkeää syöttää ja ottaa vastaan pallo vauhdissa
 - Maaleja tehdään nykyään paljon maalinedustalta, rebareista, pompuista ja suoraan ilmasta lyöden.
 - Pallo pelattava suoraviivaisesti kohti maalia
- Pelin sisällä tapahtuva kamppailu/pienpelit ovat kasvaneet
 - 1 vs 1 tilanne ja niiden voittaminen korostuu
 - Pelin nopea kääntäminen ja pelirohkeus tilanteissa
 - Riisto ja siitä suora hyökkäys
 - Ylivoimatilanteiden luominen pelin sisällä
- Irtopallojen pelaaminen korostuu: niiden voittaminen tuottaa yleensä alueellisen ylivoiman.
- Vaatii pelaajilta jatkuvaa reagointia, keskittyminen oltava pelissä.

Pelaajalta vaaditaan

- Pelaajan jatkuva liike on oltava terävää ja monipuolista
- Liike joukkueen pelitapaa palveleva
- Pelaajalla jatkuva reagointivaatimus
- Pelaajan rintamasuunta ja katse peliin
- Yksilön on kyettävä voittamaan 1vs1 kamppailuja
- Kyky tulla pallollisena keskustaan korostuu
- Maalit yleensä riistoista 1-5sek.

- Parhaalle vetosektorille keskelle pääseminen on tärkeää
- Vahva maalinedustapelaaminen
- Pelaajan on osattava lukea peliä
- Kyky syöttää ja vastaanottaa syöttöjä ahtaissa paikoissa
- Osattava pelata yhdellä kosketuksella eteenpäin
- Kyky rakentaa peliä liikkeestä, syötöt liikkuville pelaajille lapaan
- Löydettävä pallollisena pelaajana omat pelikaverit ja osattava tehdä fiksuja ratkaisuja (syötänpö maissa vai ilmassa, syötänpö maalipaikalle vai rauhoitanko peliä helpolla syötöllä esim. alaspäin yms.)
- Palloa pelattava suoraviivaisesti kohti maalia!
- Pidettävä pallollisena pelitempo ylhäällä.
- Halu harjoitella myös oheisharjoituksia.
- Salibandy ei ole pelkästään mailan ja pallon kanssa harjoittelua vaan siihen kuuluu myös mm. lihaskunto-, peruskunto-, voima- nopeusvoimaharjoittelua!
- Taito: Vauhdin ja välineen yhdistäminen. Kovasta vauhdista ahtaassa tilassa tehdyt perussyötöt, -laukaukset ja -kuljetukset. Katse pysyttävä ylhäällä!

Pelaajan ominaisuudet joita kehitetään

- Pelikäsitys itse pelistä
- Taito-ominaisuudet (kuljetus, syöttö, laukaus, harhautus, maalinteko)
- Erityisesti kovavauhtiset suoritukset
- 1vs1, 2vs2, erilaiset pienpelit
- Fysiikkatreenit (koordinaatio, voima, nopeus ja kestävyys)

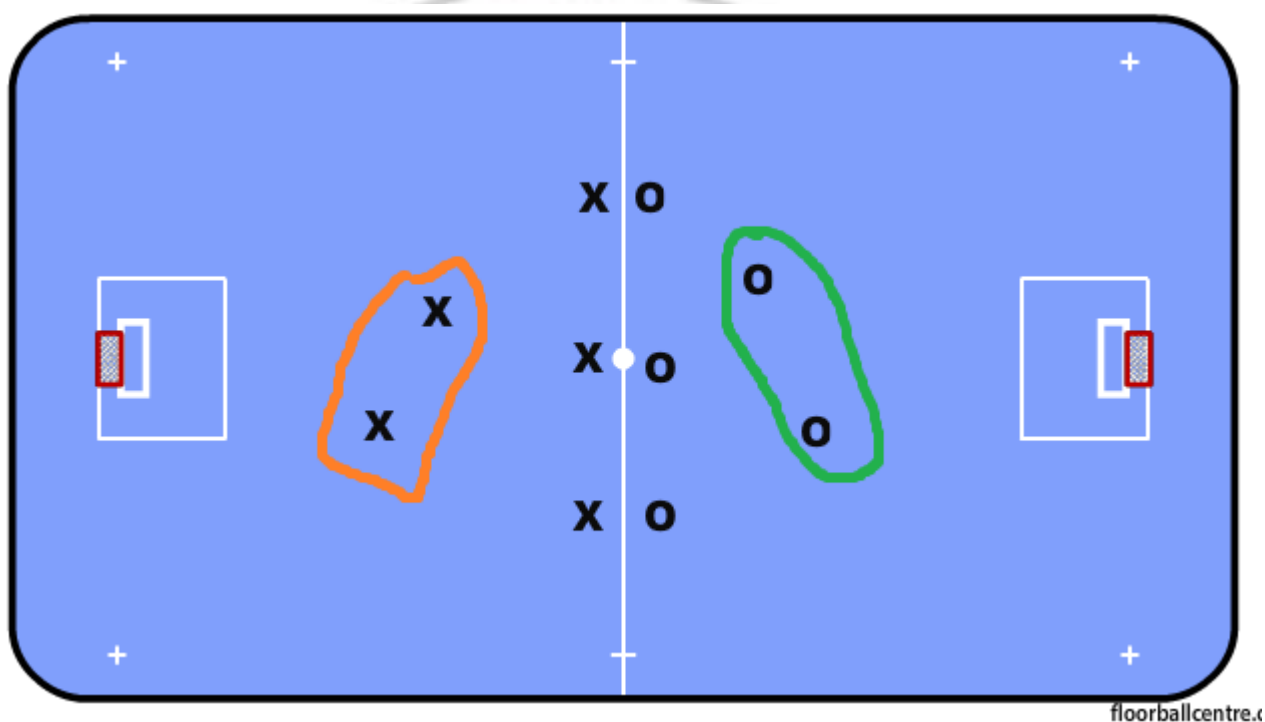
- Fyysiset ominaisuudet riitettävä kovatempoisen pelin ylläpitämiseen!
- Epäonnistuminen kuuluu asiaan, "ensikerralla menee"
- Pelirohkeuden lisääminen
- Pelitaktiikan toteuttaminen, sitoutuminen, kunnioitus ja luottamus.

Joukkueen tavoitteet

- Kehittää pelaajien henkilökohtaista taitoa, niin laji-fyysisteknisiä ominaisuuksia!
- Palloa ei roiskita paniikissa vaan pois, vaan jokaisella syötöllä on osoite, ja se osoite on oman pelaajan lapa!
- Opimme kauden aikana harjoittelemaan entistä tehokkaammin ja monipuolisemmin. Harjoituksiin tullaan harjoittelemaan ja kehittymään, ei leikkimään ja säheltämään!
- Kehittää pelaajien pelinymmärrystä taktisella puolella.
- Opitaan ajattelemaan ja reagoimaan erilaisissa tilanteissa pelitilanteissa mahdollisimman fiksusti niin pallollisena kuin pallottomana.
- Peleissä ja harjoituksissa jokaisessa yksittäisessä tilanteessa jokainen pelaaja tekee kentällä kaikkensa, eikä luovuta missään nimessä. Luovuttaminen erottaa häviäjät ja voittajat toisistaan!
- Lähdemme voittamaan jokaista yksittäistä ottelua kentälle. Vastustajan on ansaittava voitto olemalla meitä astetta parempi!

Seuraavaksi kuvia pelikuvioista:

1. Aloituksessa porrastetaan puolustajia niin, että toinen on lähempänä aloittajaa (3 m päässä) ja toinen taaempana. Näin ollaan valmiina jos vastustaja pääsee heti aloituksesta läpi. Pelaajat peliasennossa ja valmiina peliin!



A diagram of a square circuit on a blue background. The circuit consists of a battery at the bottom, represented by a white circle with a vertical line through it. The top wire contains a resistor, represented by a rectangle with diagonal hatching. The left and right vertical wires are labeled 'D' at their top ends. The bottom wire is labeled 'F' at its center. There are two '+' signs in the top corners and two tick marks on the bottom edge of the blue area.

ustajajat suojaavat maalinedustan ja kulmat
ushyökkääjä suojaa keskustan

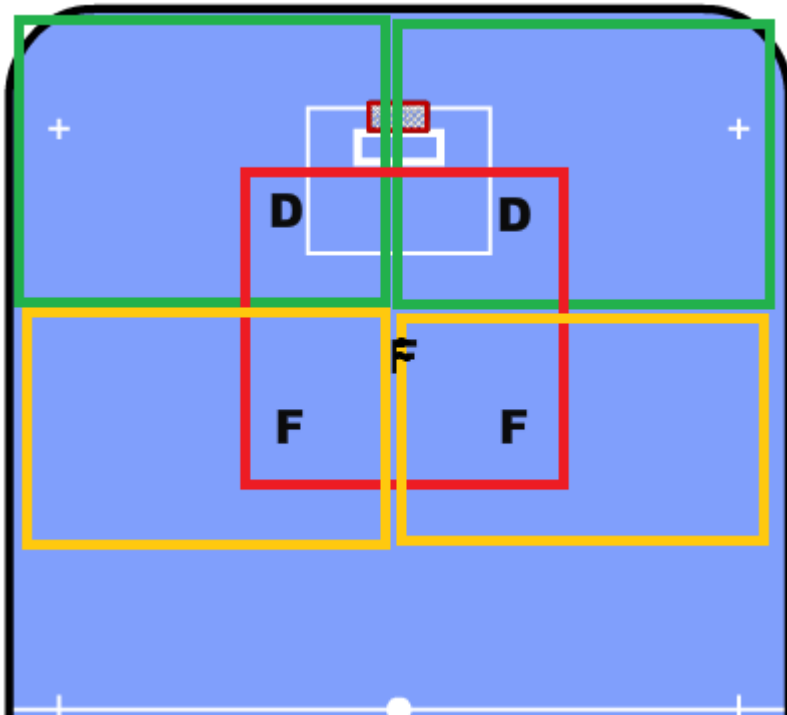
ustajat suojaavat maalinedustan ja kulmat

ushvöökkääjiä suojaa keskustan

hyökkäöitä suojaavat alueet laidoilta keskilinjan

3. Puolustuspään vastuualueet.

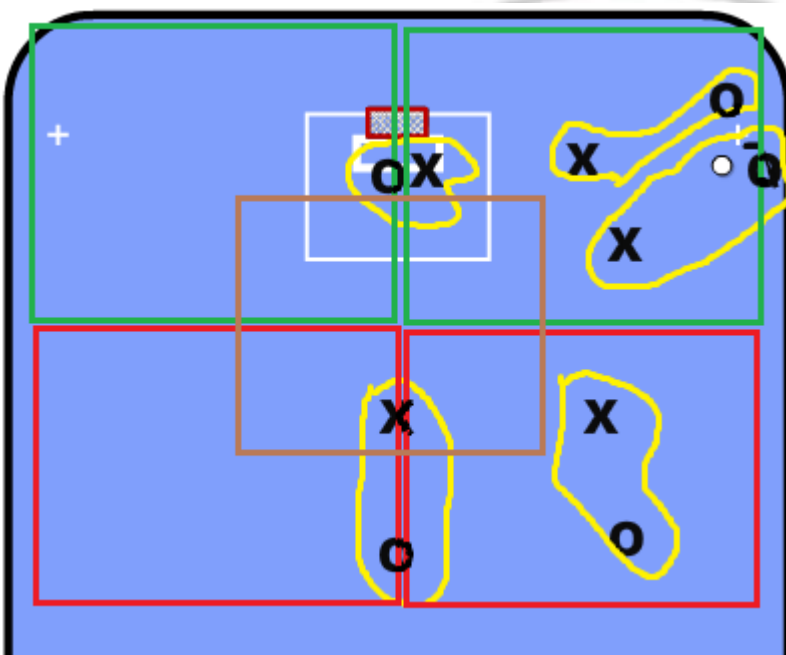
Puolustuspäässä jokaisella pelaajalla on oma päävastuu alue mitä puolustetaan. (velvollisuus auttaa muita pelikavereita) Kun jokainen hoitaa oman alueensa hyvin on meitä vastaan hankala tehdä maaleja.



4. Vastustajan vapaalyönti kulmassa

Oikea puolustaja menee ottamaan vastaan.
Keskushyökkääjä siirtyy peittämään keskilinjaa. Vasen puolustaja pitää maalin ja laitahyökkääjät pitävät vastustajan pakit.

Kaikki omat pelaajat sijoittuvat pallolliselle kenttäpuoliskolle.
Valmius palata nopeasti takaisin noppa viisi asetelmaan.

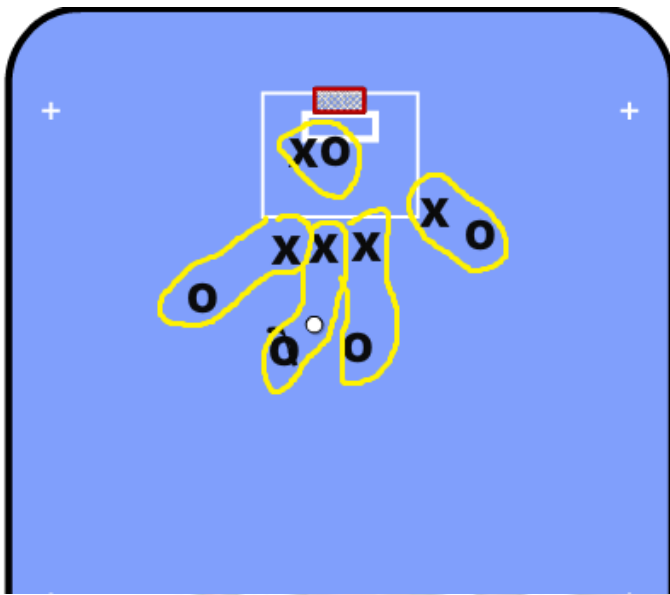


Puolustetaan 1vs1 tilanteita kentällä. Aina puolustettaessa sijoitutaan vastustajan ja oman maalin väliin.

5. Puolustuspään vapaalyönti keskeltä.

Muodostetaan 2 pelaajan muuri pallon ja maalin väliin (3 metrin päähän)

Vapaalyönnissä ei saa pelätä palloa vaan pitää olla valmis ottamaan osumaa. Tarkoitus on peittää suora veto ja iskeä heti nopeasti vastustajaan kiinni (jottei laukausta ehditä tehdä)



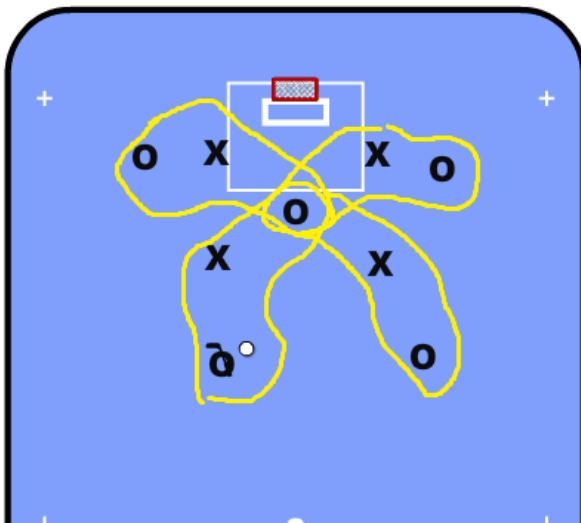
Vapaalyönnissä on jokaisen kenttäpelaajan oltava heti valmiina puolustamaan omaa maalia. (pelin lukeminen)

Muurin oltava tiivis ja valmis liikkumaan.

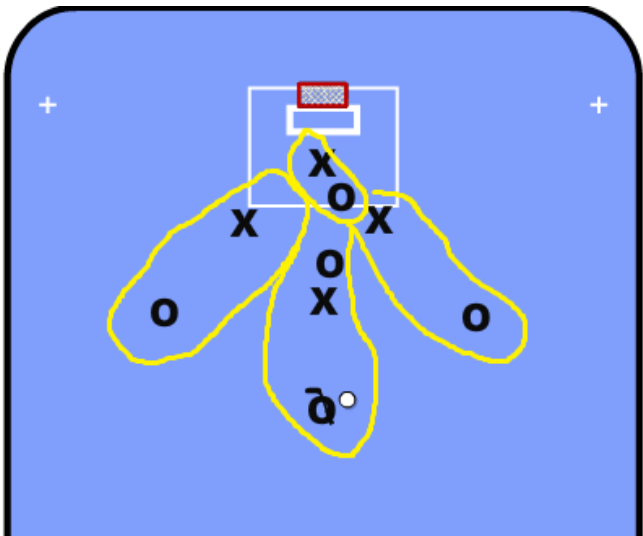
Maalineduspelaaminen tärkeässä roolissa = ei irtopalloja vastustajalle.

6. Alivoima

Alivoima neliöllä



Alivoima salmiakki

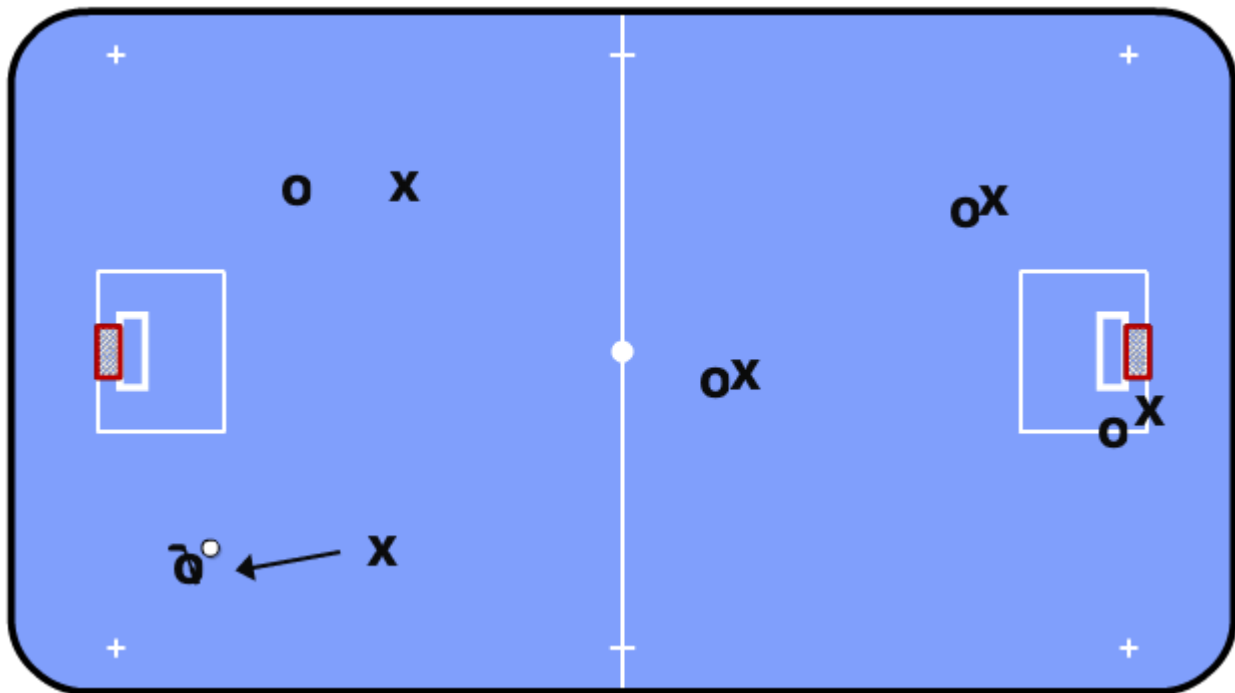


Vasen kuvio kun vastustajalla 2 pelaajaa alakerrassa ja oikea kuvio kun vastustajalla 3 pelaajaa alakerrassa.

Molemmissa pidetään paketti tiiviinä eikä päästetä vastustajaa ykkösmalintekosektorille. Ei karata keskiviivalle!

Alivoimalla ei ole tarkoitus hyökätä vaan puolustaa. Palloa suojataan ja pidetään omalla joukkueella niin pitkään kuin mahdollista. Turvallista on lyödä pallo vastustajan päätyyn, mutta se pitää tehdä kunnolla!

7. Karvaaminen ja pallonriisto



Pelitilanteessa asetutaan puolustuksesta tuttuun kuvioon noppa viisi, jossa jokaisella pelaajalla on oma vastustajan pelaaja. Karvaamisessa laitahyökkääjät iskevät kiinni vastustajaan "täysillä" pakottaen tekemään huonoja syöttöjä, jolloin päästään tekemään pallon riisto.

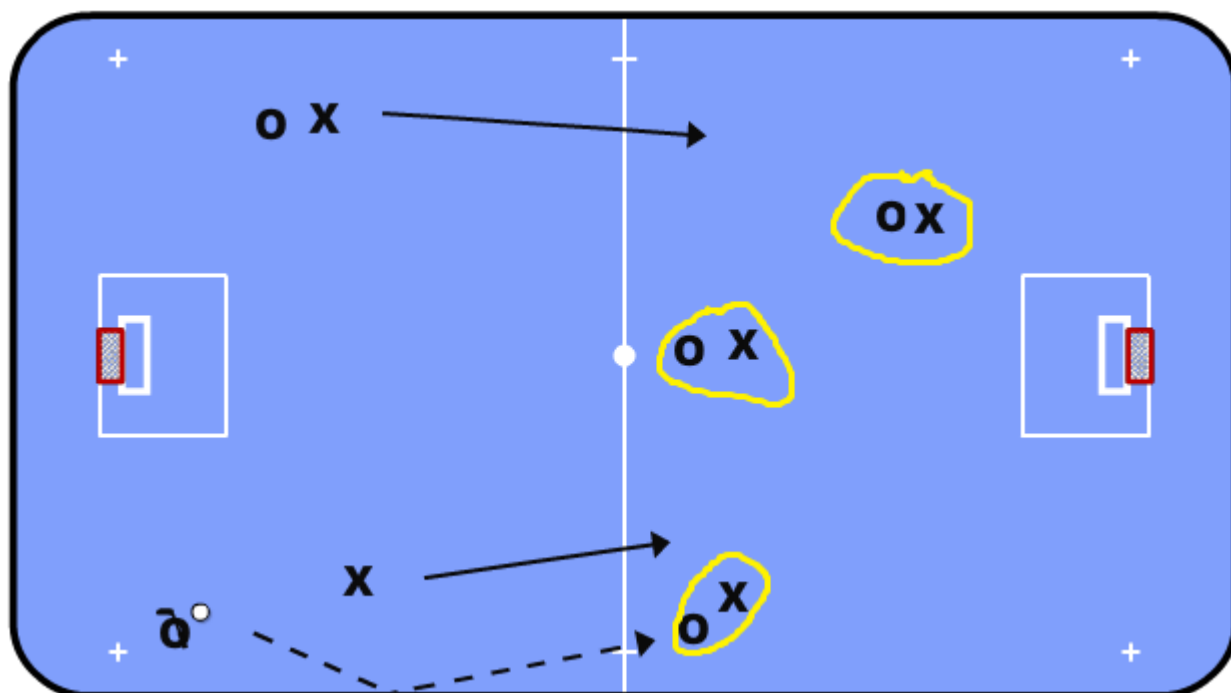
Tai vastaavasti karvataan niin, ettei vastustaja pääse antamaan helppoja syöttäjiä! Muut omat pallottomat pelaajat pyrkivät puolustamaan omat 1vs1 tilanteet jolloin syöttötilaa ei kentällä ole!

Karvaamisessa ei kuitenkaan koskaan saa pelata itseään yli/ohi vastustajasta. Eli vastustaja ei saa tulla meidän pelaajasta ohi maalia kohti!

Karvaus

- Karvauksen perusidea:
 - Estää vastustajaa saamasta ylivoimahyökkäys
 - Tuottaa hyviä riistopaikkoja (vastahyökkäys)
 - Saada keskikaista haltuun (lyhyt tie puolustukseen ja hyökkäykseen)
- Kulmakivet:
 - AKTIIVISUUS/PUHE!
 - 1vs1 aina vähintään tasapeli
 - Takakarvaa!
 - Pallolle paine/maalin taakse
- Pysyttävä pelin puolella
 1. Pakottaa vastustaja valitsemaan puoli
 2. Pakottaa vastustaja huonoihin syöttöihin
 3. Riistettävä pallo
- Hyökkäysvalmius

Karvauksesta puolustukseen

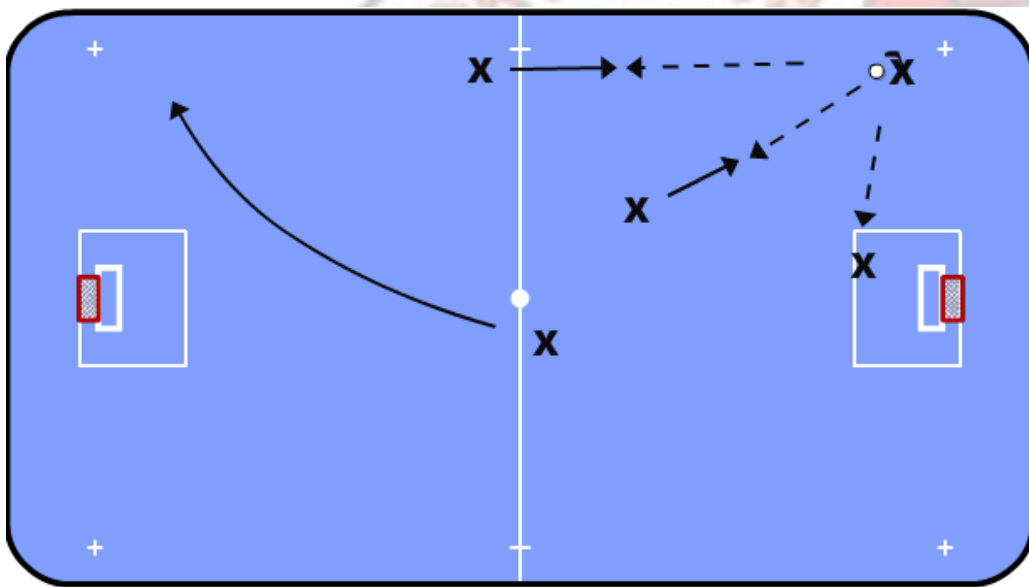


Hyvästä karvaamisesta huolimatta joskus pallo tulee läpi syötöllä tavoittaen vastustajan hyökkääjän. Tällöin meidän karvaajat tulevat täysillä alas puolustustamaan ja asetutaan noppa viisi puolustuskuvioon.

Avaaminen omasta päästä

Pallon riiston jälkeen ryhmitytään hyökkäykseen. Pallon ollessa puolustajalla laitahyökkääjä ja keskushyökkääjä tulevat hakemaan palloa alhaalta.

Voidaan antaa seinäsyöttöjä, joilla saadaan rakennettua tilaa syötöille. Vastaavasti toinen laituriliikkuu vastustajan sen puolen kulmaan jonne pallo on tarkoitus laittaa. Tämä tapahtuu muutamalla syötöllä nopeasti.



Hyökkääminen

- erilaisia hyökkäysmuotoja ovat:

NOPEA HYÖKKÄYS

Riistämme vastustajalta pallon ja lähdemme suoraviivaisesti kohti vastustajan maalia. Pallon riiston jälkeen pyrimme 1-5 sekunnissa maalipaikalle!

HIDAS HYÖKKÄYS

Yritämme syötöillä murtaa vastustajan viisikkopuolustuksen! Pyrimme hallitusti koko ajan kohti maalia, mutta annamme ainoastaan sellaisia syöttöjä jotka menevät omille pelaajille.

ERIKOISTILANTEET

- Ylivoima:

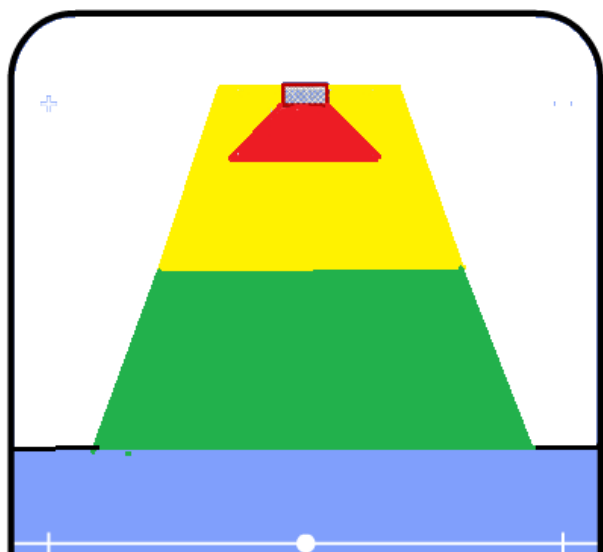
Vastustaja on saanut jäähyn ja pelaamme mies ylivoimalla. Pyrimme hyödyntämään meidän ylimääräisen pelaajan kentällä ja yritämme tehdä maalin.

VAPAALYÖNTI

Hyökkäyspäässä saadut vapaalyönnit ovat aina erikoistilanteita ja hyviä maalipaikkoja. Tuomarin viheltäessä pilliin katse tuomariin heti kumpiko joukkue jatkaa peliä.

Mikäli on meidän vapaalyönti ja on mahdollisuus laittaa pallo nopeasti peliin, syötöllä tai laukauksella niin näin pitää toimia. Ei haittaa mikäli vapaalyönnit annettaisiin hiukan väärästä paikasta, tällöin tuomari laittaa pelin poikki ja saamme yrittää uudestaan.

Maalintekosektorit



Punainen = maalintekosektori 1

Sektorilla yksi lauotaan aina kun se on mahdollista!

Keltainen = maalintekosektori 2

Sektorilta kaksi on hyvä pyrkiä laukaukseen aina kun se on mahdollista mutta mikäli vieressä on kätisyyden mukaan sopiva pelaaja saa myös syöttää, mutta syötön on syytä mennä perille!

Vihreä = maalintekosektori 3

Sektorilla kolme lauotaan mikäli pääset yrittämään suoraan syötöstä laukasta tai maalin edessä on maskipelaajia! Muuten syöttö ja pallon pitäminen omalla joukkueella on parempi ratkaisu.

Valkoinen = maalintekosektori 4

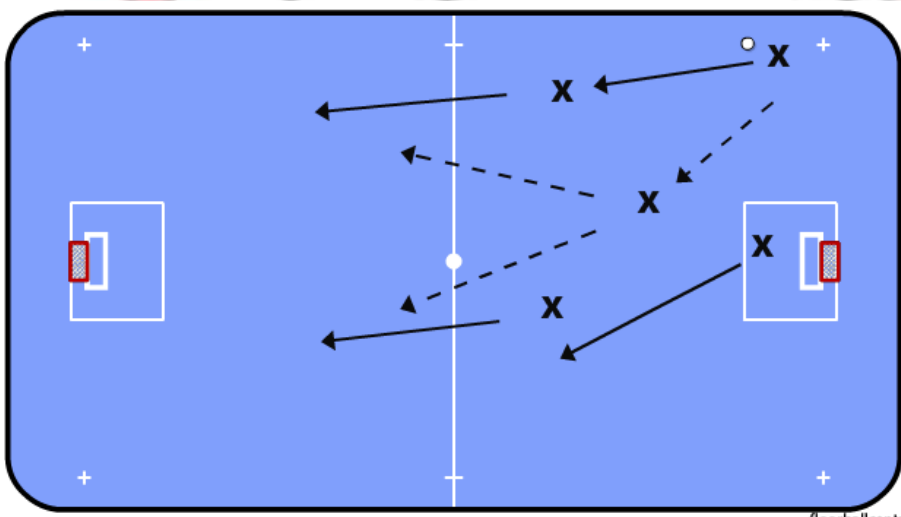
Tältä alueelta pelaajan on paras pyrkiä syöttämään omalle joukkueelle jolloin vastustaja ei pääse palloon käsiksi ja näin ollen sen on lähes mahdoton tehdä maali kun pallo on meidän joukkueella!

Muistakaa, hyökkäämisen perusideahan on tehdä maali! Helpon maalinteko onnistuu kun pääsemme tarpeeksi lähelle vastustajan maalia:

Vastaisku pallonriistosta

Kun voitetaan pallo kulmassa lähdetään ripeästi vastahyökkäykseen. Pää ja katse ylhäällä! Erityisen tärkeää on syöttää pallo nopeasti omalle joukkuepelaajalle. Sokkosyötöt ja roiskaisut ovat kiellettyjä.

Kuvan puolustaja syöttää keskushyökkääjälle joka kuljettaa palloa/syöttää palloa edelleen laitahyökkääjille. Puolustajat lähtevät mukaan hyökkäykseen (eivät jää kävelemään alas) On tärkeää saada kaikki 5 pelaajaa mukaan hyökkäykseen.

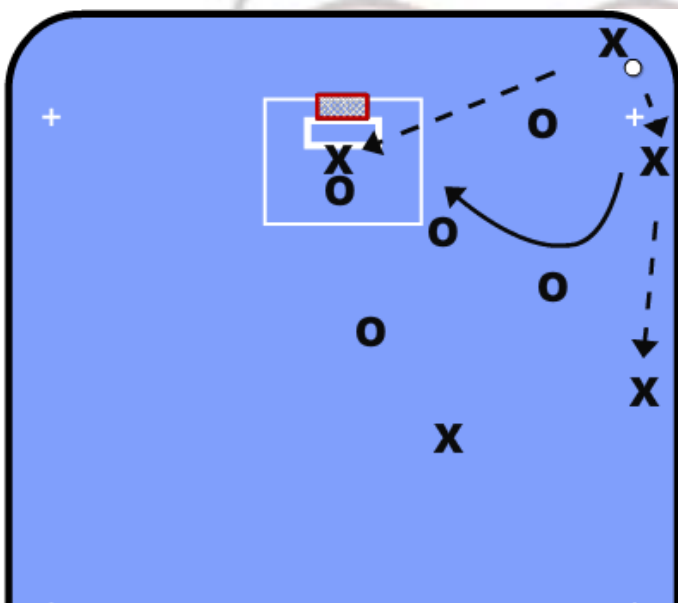


Puolustuspään noppa viisi – pallonriistosta nopeasti hyökkäykseen.

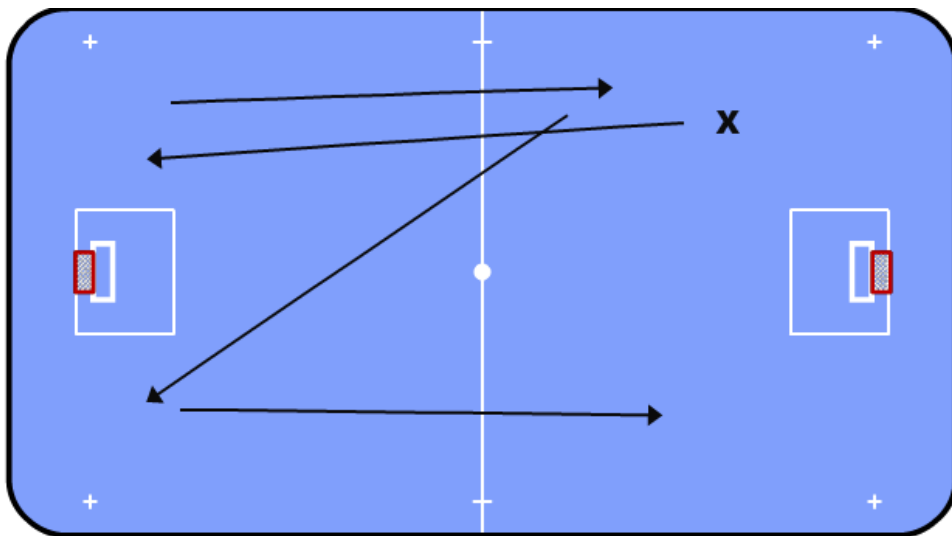
Hyökkäyspään sisäänlyönti

Syöttö maalin eteen pelaajalle jos se on vapaa, muuten annetaan syöttö lyhyenä vieressä olevalle tai suoraan puolustajalle.

Jos annetaan vapari lyhyenä viereen, lähtee hyökkääjä haastamaan kohti keskustaa pyrkien kiertovedolle kohti maalia. Jos tämä estetään on pelaajan suojattava palloa ja syötettävä omalle pelaajalle. Syöttänyt pelaaja muistaa tehdä itsensä pelattavaksi = liiku tyhjään tilaan annettuasi syötön!



Seuraavaksi käsittelemme aihetta vaihtaminen:



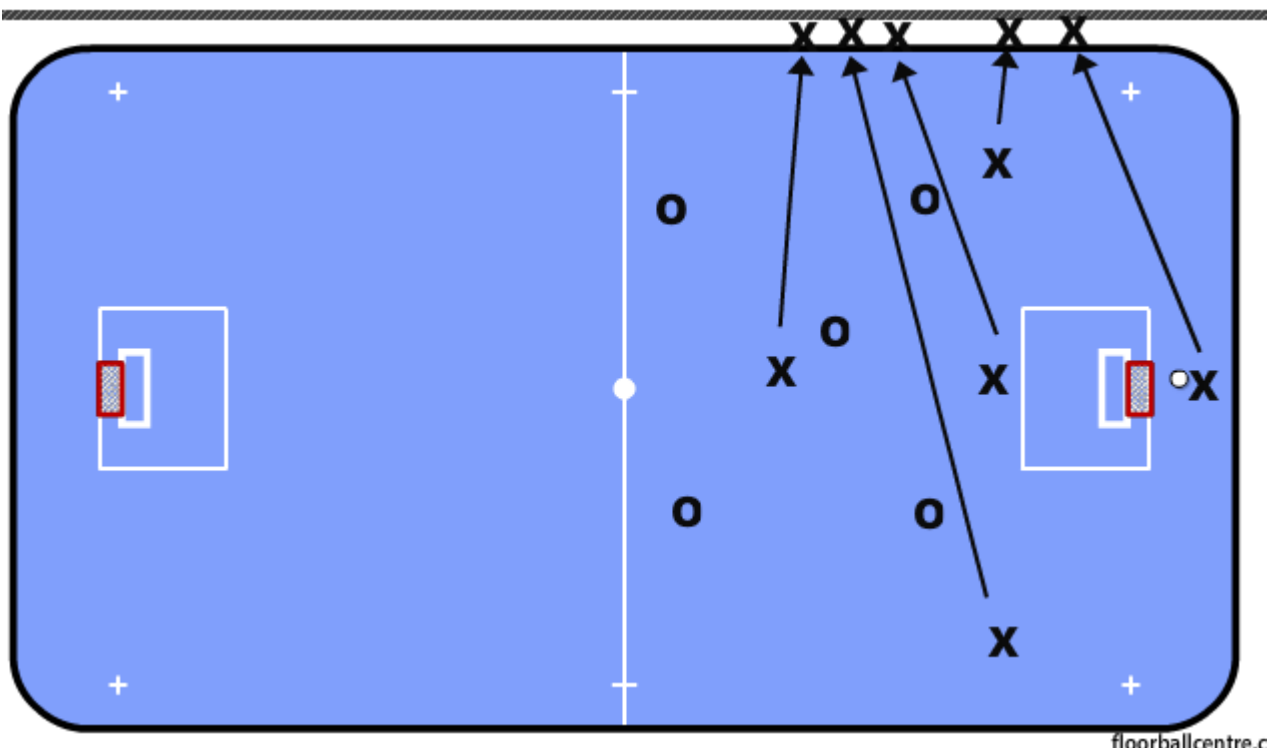
Yhden kentällisen vaihdon pituus on noin 45-60 sekuntia. Tämä aika on tehokasta tekemistä kentällä ja se mennään aina täysillä.

Kahdenlaista vaihtamista:

1. Pelin ollessa seis, peli on vihelletty vapaalyönti yms
2. Mikäli valmentaja huutaa pelaajille "vaihto" huudon, jokainen kentällä olijä tulee täysillä juosten vaihtoon. Kentältä ei kävellä tai lönkötellä vaihtoon, vaan juostaan täysillä.

- Uusi pelaaja hyppää kaukaloon vasta kun vanha on ehtinyt pois. Uudet pelaajat menevät myös täysillä juosten kentälle ja ottavat omat pelipaikkansa.

Vaihtaminen lennosta



Mikäli vaihto on venynyt ja valmentaja huutaa kyseisen huudon, pyritään rauhoittamaan pallo oman maalin taakse.

- Pelaajat tulevat yksitellen vaihtoon, niin kuitenkin että pallollista pelaajaa ei jätetä yksin pulaan.
- Koko ajan pitää olla vähintään yksi syöttösuunta tarjolla, mielellään kaksi.
- Kun vaihdamme pelaajia, oman maalin edustalla täytyy olla yksi pelaaja varmistamassa mikäli vastustaja onnistuu pallon ryöstössä
- Pelaaja kuka tulee vaihtoon tulee aina vaihtoon täysillä juosten, ei hölkötellen, katse kuitenkin kentälle mikäli siellä tapahtuu jotain odottamatonta!
- Jälleen uusi pelaaja kentälle vasta kun edellinen on tullut kokonaan kentältä pois!

- Kun ensimmäinen pelaaja on saatu vaihdettua, hän menee hakemaan pallon sitä pitävältä pelaajalta ja päästää puolustajan vaihtoon. Vasta tämän jälkeen vaihtavat muut.

Vielä kertausta

- Paras ja joukkueelle mukavin tapa puolustaa on pitää palloa omalla joukkueella!
(tällöin vastustajan on vaikea tehdä maali)
- Kovalla treenillä ja harjoittelemisella kehitytään ja myös menestytään
- Vapaa-ajalla treenaaminen on erityisen tärkeää. Silloin voi harjoitella esim. mailatekniikkaa, laukauksia, syöttöjä, pihapelejä. (muistakaa tämä!)
- Vain harjoittelemalla tulee mestareita ja mestarit harjoittelevat aina!

