Valmennuslinja osa 3. Pelaamisen periaatteet ja pelaajaprofiilit

Pelaamisen periaatteet

SJK-juniorit:

- pelaa rohkeaa ja aktiivista hyökkäyspeliä
- murtautuu lähtökohtaisesti keskeltä
- pystyy tunnistamaan muuttuvat tilanteet pelissä
- hallitsee palloa enemmän kuin vastustaja
- on vahva tilanteenvaihdoissa
- puolustaa aggressiivisesti eteenpäin
- prässää vastustajaa mahdollisimman paljon
- tavoittelee voittoa peleissä, mutta ei millä tahansa keinoin
- pystyy katsomaan tulosten taakse

SJK-juniorit toteuttaa aktiivista, rohkeaa ja hyökkäysvoittoista jalkapalloa!

Pelitapa on suunniteltu siten, että se edesauttaa pelaajien kehittymistä optimaalisesti. Pelimuotojen 8v8 ja 11v11 tueksi on laadittu pelikirjat. Näitä pelikirjoja valmennus hyödyntää opettaessaan pelaajia.

Esimerkki 11v11 pelimuodon pelikirjan sisällysluettelo

Pelaamisessa tavoite on pitää palloa enemmän kuin vastustaja ja luoda enemmän kontrolloituja maalipaikkoja kuin vastustaja. Pallon ollessa meillä, siitä pidetään hyvää huolta. Tämä vaatii vahvaa teknis-taktista osaamista sekä urheilullisuuta että rohkeutta. Pallonmenetyksen hetkellä tavoite on riistää se mahdollisimman nopeasti takaisin omalle joukkueelle. Aktiivinen ja kokonaisvaltainen pelaaminen korostuu tavassamme pelata. Tavoittelemme peleissämme voittoa, mutta emme keinolla millä hyvänsä. Uskallamme katsoa tulosten taakse ja arvioida suorituksiamme suhteessa harjoiteltuihin asioihin. ***Harjoitukset ja pelit ovat pelaajien kannalta tärkeitä opetus- ja oppimistapahtumia.*** Analysoimme pelaamistamme ja teemme suorituksistamme johtopäätöksiä.

Esimerkki otteluanalyysistä

SJK-ILVES 2006

KUORTANE 26.1.2020

TAMMI-HELMIKUU

- PUOLUSTUSASENTO
- RIISTÄMINEN
- OHJAAMINEN
- VARTIOINTI
- SYÖTTÖ JA 1. KOSKETUS

PUOLUSTUSPELI

- KORKEA PRÄSSI
- MILLOIN ON HYVÄ HETKI ISKEÄ?
- YLIVOIMAN LUOMINEN PUOL.
- TV+ROOLIT
- ERIKOISTILANTEET

1v1 PUOLUSTAMINEN

- LIIKENOPEUS
- KIMMOISUUS
- VOIMA

- KESTÄVYYSPELIT

MAALIT

- ITSELUOTTAMUS
- AGGRESSIIVISUUS

Pääsääntöisesti pyrimme pelaamaan peliä pallonhallinnan kautta. Pelaajilla pitää olla kuitenkin myös kykyä sopeutua erilaisiin pelitilanteisiin ja ratkoa niitä. Tavoitteemme on oppia lukemaan peliä, jotta voimme ennakoida pelissä syntyvät tilanteet.

Hyökkäyspelissämme korostuu pallottomien pelaajien jatkuva ja yhtäaikainen liikkuminen pelattavaksi tilanteen vaatimalla tavalla. Pallollisella hyökkääjällä tulee olla pelitavassamme useita vaihtoehtoja. Kentän eri osa-alueilla myös pallolinjan alapuolella pitää olla pelaaja tai pelaajia tukemassa pallollista pelaajaa. Jos eteneminen ei ole järkevää tai mahdollista, voimme säilyttää pallonhallinnan joukkueella ja etsiä toista reittiä etenemiselle. Lisäksi tämä mahdollistaa sen, että pallonmenetyksen hetkellä pelaajia on valmiiksi oikeassa paikassa valmiina tilanteenvaihtoon, jolloin voimme riistää pallon välittömästi takaisin joukkueellemme. Kun voitamme pallon takaisin joukkueellemme haluamme edetä nopeasti, mikäli vastustaja ei ole organisoitunut.

Hyökkäyspelaamisessa pyritään aina hallittuihin ratkaisuihin. Syötöt ovat erimittaisia ja kontrolloituja, maata pitkin tai ilmassa. Syötöillä on tarkoitus päästä vastustajan pelaajien sekä linjojen ohi, jolloin päästään etenemään. Hyökkäyspelimme on rohkeaa ja uskallamme ohittaa vastustajia myös kuljettamalla ja harhauttamalla.

Puolustuspelissä pyrimme tilanteen mukaan riistämään pallon mahdollisimman korkealla vastustajan kenttäpuoliskolta, tällöin matka oman hyökkäyksen päättämiseksi on lyhyt. Pyrimme nopeaan tilanteenvaihtoon hyökkäyksestä puolustukseksi ja riistämään palloja luomalla alueellisen ylivoiman pallolliseen nähden.

Pidämme linjojen ja pelaajien väliset etäisyydet lyhyinä niin leveys- kuin syvyyssuunnassa. Samalla kontrolloimme omaa ympärillämme olevaa aluetta ja siellä olevia vastustajan pelaajia. Kun puolustamme, jokainen pelaaja osallistuu puolustustyöskentelyyn riippumatta pelaajan pelipaikasta. Toteutamme asioita yhdessä kentällä.

Pelaajaprofiilit

Seuraaville dioille on koottu tietyillä pelipaikoilla vaadittavia tärkeimpiä ominaisuuksia, joita haluamme pelaajapolkumme varrella kehittää.

Nuoremmissa ikäluokissamme pelipaikkojen tulee vaihdella, jotta pelaaja pääsee kokeilemaan eri pelipaikkoja ja sitä kautta myös oppimaan pelaamista laajemmin.

Erikoistuminen tietylle pelipaikalle on yksilöllistä, mutta yleensä se tapahtuu vasta 11v11 pelimuodon vaiheessa. Lapsuusvaiheessa on tärkeää oppia peruspelaamisen lainalaisuuksia eri pelipaikoilla, mikä auttaa osaltaan myöhemmin tietylle pelipaikalle erikoistumisessa.

MAALIVAHTI

FYYSINEN	TEKNINEN	TAKTINEN	PSYYKKINEN
Liiketaidot eri suuntiin	Torjuntatekniikat	Sijoittuminen	Päätöksenteko
Ketteryys	Pallonkäsittely	Pelin avaaminen ja tukeminen	Itseluottamus
Räjähtävyys	Syöttövalikoima	Puolustuslinjan tukeminen ja rangaistusalueen kontrollointi	Johtajuus ja kommunikointi

LAITAPUOLUSTAJA

FYYSINEN	TEKNINEN	TAKTINEN	PSYYKKINEN
Nopeuskestävyys	1v1 - puolustaminen	Sijoittuminen, pelin lukeminen, tukeminen	Päätöksenteko
Räjähtävyys	Pääpeli	Tilanteenvaihto-pelaaminen	Sinnikkyys
Hyvä aerobinen kestävyys	Syöttövalikoima ja pallonkäsittelytaidot	Vartiointi ja kontrollointi	Kommunikointi ja johtajuus

KESKUSPUOLUSTAJA

FYYSINEN	TEKNINEN	TAKTINEN	PSYYKKINEN
Räjähtävyys	1v1- puolustaminen	Vartiointi ja kontrollointi	Johtajuus ja kommunikointi
Ketteryys	Pääpeli	Sijoittuminen ja pelin lukeminen	Voitontahto
Kamppailuvoima	Syöttövalikoima ja pallonkäsittelytaidot	Tilanteenvaihto-pelaaminen	Päätöksenteko

ALEMPI KESKIKENTTÄ

FYYSINEN	TEKNINEN	TAKTINEN	PSYYKKINEN
Hyvä aerobinen kestävyys	Peliasennot ja 1. kosketus	Sijoittuminen ja pelin lukeminen, tukeminen	Päätöksenteko
Liiketaidot ja dynaamisuus	Syöttövalikoima ja pallonkäsittelytaidot	Tilanteenvaihto-pelaaminen	Päättäväisyys
Kamppailuvoima	1v1- puolustaminen ja pääpeli	Pelin rytmittäminen	Itseluottamus

YLEMPI KESKIKENTTÄ

FYYSINEN	TEKNINEN	TAKTINEN	PSYYKKINEN
Ketteryys	1v1- hyökkääminen	Pelikäsitys	Päätöksenteko
Anaerobinen nopeuskestävyys	Syöttövalikoima ja luovat ratkaisut	Tilanteenvaihto-pelaaminen	Rohkeus ja itseluottamus
Liiketaidot ja dynaamisuus	Viimeistely- ja pallonkäsittelytaidot	Sijoittuminen ja ajoitukset	Sinnikkyys

LAITAHYÖKKÄÄJÄ

FYYSINEN	TEKNINEN	TAKTINEN	PSYYKKINEN
Anaerobinen nopeuskestävyys	1v1- pelaaminen	Ajoitukset ja tilan luominen	Päätöksenteko
Liiketaidot ja dynaamisuus	Syöttövalikoima	Tilanteenvaihtopelaaminen	Tunteiden hallinta, sinnikkyys
Räjähtävyys	Viimeistely- ja pallonkäsittelytaidot	Sijoittuminen, tukeminen	Itseluottamus

HYÖKKÄÄJÄ

FYYSINEN	TEKNINEN	TAKTINEN	PSYYKKINEN
Kamppailuvoima	Viimeistelytaidot	Sijoittuminen ja kombinaatio-pelaaminen	Itseluottamus
Räjähtävyys	Suojaaminen ja 1. kosketus	Tilanteenvaihto-pelaaminen	Keskittyminen
Anaerobinen nopeuskestävyys	1v1- hyökkääminen	Prässin aloittaminen	Tunteiden hallinta, sinnikkyys