

ETUSIVU

*Koripallon sivut on tehty yhteistyössä **Suomen Koripalloliiton** kanssa.*

Koripallo tarjoaa koululiikuntaan mainion mahdollisuuden harjoitella joukkuepelaamista ja ryhmässä toimimista. Koripallo sopii hyvin kaiken ikäisille liikkujille, kunhan pallon koko, korinkorkeus ja säännöt ovat pelaajille sopivat. Koulupelinä koripallossa korostuvat erityisesti:

- o joukkue- ja syöttöpelaaminen, sillä peli vaatii kaikkien osallistumisen,
- o juokseminen, koska koripallossa kaikki pelaajat hyökkäävät ja puolustavat, sekä
- o taitavuus, sillä pelissä nousevat esille monipuoliset perusliikuntataidot ja hyvät pallonkäsittelytaidot.

Parhaimmillaan koripallo tarjoaa oppitunnin, jossa liikunnan riemu, oppimisen ilo ja hikikarjaloiden virta pääsevät valloilleen.

Lisätietoja:

Lisätietoa lasten ja nuorten koripallosta on luettavissa Koripalloliiton Internet-sivuilta >>> <http://www.basket.fi>. Sivuilta löytyy mm. valmiita harjoitusoppaita sekä tietoa koripallokouluista, -leireistä ja -kilpailuista.

VÄLINEET

Pallot

Koripallotunnin voi toteuttaa yhdellä tai useammalla pallolla. Pallon koolla ja materiaalilla ei ole varsinaisesti merkitystä, esimerkiksi lentopallot käyvät mainiosti. Kuitenkin mitä useampi pallo on käytettävissä, sitä mielekkäämmän tunnin pystyy järjestämään.

Kilpailutoiminnassa mikro- ja mini-ikäiset (alle 12-vuotiaat) pelaavat ns. minipallolla (koko 5). C-ikäiset (12-14-vuotiaat) sekä naiset pelaavat ns. C-pallolla (koko 6). A- ja B-pojat (yli 14-vuotiaat) sekä miehet pelaavat isolla pallolla (koko 7).

Koululiikuntaan suosittelemme minipallon käyttöä ala-asteilla ja C-pallon käyttöä yläasteilla. Ala-asteilla on hyvä hyödyntää myös muita oppimista helpottavia vaihtoehtoja, kuten lentopalloja tai muita pehmeämmästä materiaalista tehtyjä palloja.

Korit

Korin tekeminen on koripallon perusidea. Mitä useampi kori, sitä pienempiin ryhmiin oppilaat voidaan jakaa. Tämä taas lisää vaihtoehtoja mielekkäiden harjoitteiden toteuttamiseen.

Kilpailutoiminnassa mikro- ja mini-ikäiset (alle 12-vuotiaat) pelaavat 260 cm korkeisiin koreihin. Vanhemmat pelaavat 305 cm korkeisiin koreihin. Korien on siis hyvä olla säädeltäviä.

Koululiikuntaan suosittelemme matalia koreja 1.-6.-luokkalaisille ja korkeampia koreja yläasteesta alkaen. Alimmilla luokilla korien korkeutta voi jopa laskea mahdollisuuksien mukaan alemmaksikin. Alempien luokkien opetusta helpottamaan korit voivat olla eri korkeuksilla ja erikokoisia – vain mielikuvitus on rajana.

Pumppu

Vaikka pallon koolla ja materiaalilla ei ole varsinaista merkitystä, niin pallossa on oltava riittävästi ilmaa. Tyhjä pallo ei pompi, joten harjoittelu vaikeutuu. Jokaisen ohjaajan perusvarusteisiin kuuluu pieni, helposti mukana kulkeva pallopumppu.

Pilli

Pallojen pomputtaminen aiheuttaa melua, joten huomion herättäjänä pilli on erinomainen työväline opettajalle.

Kartiot

SUOMEN KORIPALLOLIITTO
Opetusmateriaali opettajille - **KORIPALLO**

Harjoitteiden ja alueiden rajaamisessa kartiot ovat hyviä apuvälineitä. Sopiva määrä on 4-16 kartiota. Kartion koolla ei ole väliä.

Liivit tai nauhat

Pelien ja leikkien toteuttamisessa liivit ja nauhat ovat tehokkaita apuvälineitä. Niitä tarvitaan varsinkin joukkuejakoja varten. Liivejä / nauhoja on hyvä olla useampaa väriä, kuitenkin vähintään 5 kpl samaa väriä.

SÄÄNNÖT

Alla ovat lyhennelmä koripallon virallisista säännöistä. Kouluopetuksessa sääntöjä kannattaa toteuttaa soveltaen. Sääntöjen osaaminen ei ole onnistuneen oppitunnin edellytys.

PELI

Koripallopeli

Koripalloa pelaa kaksi joukkuetta, joilla kummallakin on viisi pelaajaa. Kumpikin joukkue yrittää heittää pallon vastustajansa koriin ja estää toista joukkuetta tekemästä koria.

Joukkueella voi olla sarjasta riippuen 5-15 pelaajaa ottelupöytäkirjassa. Ottelu on aloitettava aina viidellä pelaajalla. Ottelun edetessä pelaajamäärä voi pienentyä kahteen pelaajaan.

Ottelun voittaa joukkue, joka on tehnyt enemmän pisteitä peliajan päättyessä. Pisteet kertyvät kahden- tai kolmenpisteen pelitilanneheitoista sekä yhden pisteen vapaaheitoista.

Pelikenttä

Pelikenttä on suorakulmainen ja tasapintainen, kovalla lattiapäällysteellä varustettu ja esteistä vapaa. Kenttä on 28 m pitkä ja 15 m leveä.

Korin korkeus on 305 cm lattiasta. Nuorten ikäluokissa pelataan koreihin, jotka ovat 260 cm lattiasta.

Ottelun tai erän aloitus ja päättyminen

Ensimmäinen erä alkaa, kun ylösheitossa jompikumpi hyppääjistä koskettaa palloa sääntöjen mukaisesti. Kaikki muut erät alkavat, kun pallo koskettaa sääntöjen mukaisesti pelaajaa kentällä erän aloittavan sisäänheiton jälkeen.

Ylösheitto

Ylösheitossa erotuomari heittää pallon ilmaan keskiympyrässä kenen tahansa kahden vastapelaajan välissä ensimmäisen erän alussa.

Kyseessä on kiistapallo, kun yhdellä tai useammalla vastakkaisen joukkueen pelaajalla on yhdellä tai molemmilla käsillään niin luja ote pallosta, ettei kumpikaan pelaaja voi saada palloa haltuunsa ilman liiallista kovakouraisuutta.

Vuorohallinta

Vuorohallinta on menettelytapa, jolla pallo saatetaan eloon sisäänheitolla ylösheiton sijaan.

Ylösheittotilanteissa joukkueet saavat vuorotellen pallon haltuunsa sisäänheittoa varten lähinnä sitä kohtaa, jossa ylösheittotilanne syntyi.

Se joukkue, joka ei saa palloa haltuunsa ensimmäisen erän aloittavan ylösheiton jälkeen, saa ensimmäisessä ylösheittotilanteessa hallintavuoron. Joukkue, joka erän päättyessä oli hallintavuorossa, aloittaa seuraavan erän sisäänheitolla keskirajan jatkeen kohdalta vastapäätä toimitsijapöytää.

Pallon pelaaminen

Pelin kuluessa palloa saa pelata vain käsin. Sitä saa syöttää, heittää, lyödä, vierittää tai kuljettaa.

Kuljetuksen aikana pallo voidaan heittää ilmaan, kunhan pallo osuu lattiaan tai toiseen pelaajaan, ennen kuin kuljettava pelaaja koskee sitä uudestaan kädellään.

Askelten määrää, jotka kuljettaja saa ottaa silloin, kun pallo ei kosketa hänen kättään, ei ole rajoitettu.

Sisäänheitto

Sisäänheittäjällä on viisi sekuntia aikaa pallosta vapautumiseen. Hän ei saa astua kentälle pallo kädessään, eikä liikkua ennen pallosta vapautumistaan kuin metrin matkan sivusuunnassa yhteen suuntaan erotuomarin osoittamasta sisäänheittopaikasta. Rajalta saa kuitenkin liikkua kohtisuoraan taaksepäin niin kauas kuin olosuhteet sallivat.

Korin jälkeisessä sisäänheitossa pelaaja saa liikkua vapaasti päätyrajan takana.

Kukaan muu pelaaja ei saa olla edes osaksi yli rajan, ennen kuin pallo on heitetty rajan yli, eikä olla metriä lähempänä sisäänheittäjää, kun sisäänheittopaikassa rajojen ulkopuolella oleva vapaa alue on kahta metriä kapeampi.

Aikalisä

Aikalisällä tarkoitetaan valmentajan tai apuvalmentajan pyytämää keskeytystä peliin. Aikalisä kestää minuutin.

Aikalisämahdollisuus alkaa, kun erotuomari viheltää pilliin tai aikalisää pyytäneen joukkueen vastustaja tekee pelitilannekorin.

Kumpikin joukkue voi käyttää milloin tahansa ensimmäisellä puoliajalla kaksi aikalisää; milloin tahansa toisella puoliajalla kolme aikalisää sekä milloin tahansa kussakin jatkoerässä yhden aikalisän. Käyttämättömiä aikalisia ei voida siirtää seuraavalle puoliajalle eikä jatkoeraan.

Pelaajavaihto

Pelaajavaihto on vaihtopelaajan pyytämä keskeytys peliin.

Vaihtomahdollisuus alkaa, kun erotuomari viheltää pilliinsä tai vaihtoa pyytäneen joukkueen vastustaja tekee pelitilannekorin neljännen erän tai minkä tahansa jatkoerän kahden viimeisen minuutin aikana.

Vain vaihtopelaajalla on oikeus pyytää vaihtoa. Hänen tulee olla välittömästi valmis pelaamaan.

RIKKOMUKSET

Rikkomukset

Rikkomus on sääntöjen vastainen teko.

Askelsääntö

Askeleet eli askelrikkomus tapahtuu, kun pelaajalla on pallo hallussaan kentällä ja hän siirtää tukijalkaansa. Palloa kentällä hallussaan pitävä pelaaja voi ottaa toisella jalallaan yhden tai useampia askeleita mihin suuntaan hyvänsä, jos hän pitää toista jalkaansa, tukijalkaa, kiinni lattiassa samassa paikassa.

Tukijalan valinta pelaajan saadessa pallon haltuunsa:

Pelaaja seisoo molemmat jalat lattiassa:

- Kun jompikumpi jalka nousee ensimmäisen kerran irti lattiasta, tulee toisesta jalasta tukijalka.
- Jos yksi jalka on lattiassa, tulee tästä jalasta tukijalka
- Jos molemmat jalat ovat ilmassa ja pelaaja palaa lattiaan yhdelle jalalle, niin tämä jalka on tukijalka. Jos pelaaja ponnistaa ilmaan tällä jalalla ja palaa lattiaan tasajalkaa, niin sen jälkeen kumpaakaan jalkaa ei voi valita tukijalaksi.

Pallon kanssa eteneminen, kun pelaaja on valinnut tukijalkansa:

- Kuljetukseen lähdetessä tukijalka ei saa nousta, ennen kuin pallo on irronnut kädestä.
- Syötössä tai koriinheitossa pelaaja voi ponnistaa tukijalaltaan ja palata lattiaan yhdelle jalalle tai tasajalkaa, mutta sen jälkeen kumpikaan jalka ei saa palata lattiaan ennen pallon irtoamista kädestä.
- Syötössä tai koriinheitossa toinen tai molemmat jalat saavat nousta ilmaan, mutta eivät palata lattiaan ennen pallon irtoamista kädestä.

Kaatuva tai lattialla makaava tai istuva pelaaja

Pelaajan on sallittua kaatua lattialle pallo hallussaan tai lattialla maatessaan tai istuessaan saada pallo haltuunsa. On rikkomus, jos pelaaja sen jälkeen liukuu, pyörii tai yrittää nousta seisomaan pitäen palloa käsissään.

Kolmen sekunnin sääntö

Pelaaja ei saa olla kerrallaan kolmea sekuntia kauempaa vastustajan kolmen sekunnin alueella silloin, kun pallo on hänen joukkueensa hallussa etukentällä ja pelikello käy.

Tarkasti vartioitu pelaaja

Palloa kentällä hallussaan pitävä pelaaja on tarkasti vartioitu, kun vastustaja on aktiivisessa puolustusasennossa korkeintaan metrin etäisyydellä. Tarkasti vartioidun pelaajan on syötettävä, heitettävä tai kuljetettava palloa viiden sekunnin kuluessa.

Kahdeksan sekunnin sääntö

Kun pelaaja saa pallon haltuunsa takakentällään, hänen joukkueensa on tuotava pallo kahdeksan sekunnin kuluessa etukentälleen.

Sama kahdeksan sekunnin jakso jatkuu jäljellä olevasta lukemasta, kun joukkueelle, jolla aiemmin oli pallo hallussaan, myönnetään sisäänheitto takakentältä kun pallo on joutunut ulos pelikentältä, tai oman joukkueen pelaaja on loukkaantunut tai syntyy ylösheitto-tilanne tai tuomitaan kaksoisvirhe.

24 sekunnin sääntö

Kun pelaaja saa elossa olevan pallon haltuunsa kentällä, hänen joukkueensa on yritettävä koriinheittoa 24 sekunnin kuluessa siitä.

Koriinheittoyrityksessä pallon tulee irrota heittäjän käsistä, ennen kuin 24 sekunnin äänimerkki kuuluu ja irrottuaan pelaajan käsistä pallon tulee osua korirenkaaseen tai mennä koriin.

Pallon palautuminen takakentälle

Pallon katsotaan sääntöjen vastaisesti palautuneen palloa hallussaan pitäneen joukkueen takakentälle, kun tämän joukkueen pelaaja on viimeksi koskettanut palloa etukentällä, ja sitten saman joukkueen pelaaja koskettaa palloa ensimmäisenä takakentällä.

VIRHEET

Virheet

Koripallopelissä, kun 10 pelaajaa liikkuu vauhdikkaasti rajoitetulla alueella, ei henkilökohtaisia kosketuksia voida välttää.

Virhe on sääntöriike, jossa pelaaja on aiheuttanut pelaajakosketuksen vastustajaan ja/tai on käyttäytynyt epäurheilijamaisesti.

Pelaaja voi saada viisi virhettä, minkä jälkeen hänet poistetaan pelistä välittömästi.

Joukkueen virheet ovat täynnä, kun sen pelaajille on tuomittu neljä virhettä. Tämän jälkeen rikottu joukkue saa kaksi vapaaheittoa, ellei kyseessä ole ankarampi rangaistus tai pallo oli virheen tapahtumahetkellä rikkoneen joukkueen hallussa.

Kosketusvirhe

Kosketusvirhe on pelaajan virhe, joka käsittää sääntöjen vastaisen kosketuksen vastapelaajaan. Pelaaja ei saa pitää kiinni, sulkea, työntää, törmätä, kampata tai estää vastustajansa etenemistä ojentamalla kättään, käsivarttaan, kyynärpäätänsä, olkapäätänsä, lantiotaan, jalkaansa, polveaan tai jalkateräänsä; ei liioin taivuttamalla vartaloaan epänormaalisti eikä käytä kovakouraista tai väkivaltaista pelitapaa.

Törmääminen

Törmääminen on sääntöjenvastainen henkilökohtainen kosketus, jolla pallollinen tai palloton pelaaja ryntää tai työntyy päin vastustajan vartaloa.

Estäminen

Estäminen on sääntöjen vastainen pelaajakosketus, joka estää vastustajan etenemistä pallon kanssa tai ilman palloa.

Vastustajan koskettaminen käsin tai käsivarsin

Kyseessä on sääntöjenvastainen käsien tai ojennetun käsivarren käyttö, kun puolustaja puolustusasemassa asettaa ja jättää käden tai kätet kiinni pallolliseen tai pallottomaan vastustajaan estääkseen hänen etenemisensä.

Väärä takaapäin vartiointi

Väärä takaapäin vartiointi on henkilökohtainen kosketus, jonka puolustaja aiheuttaa vastustajaan takaapäin. Pelkästään se seikka, että puolustaja yrittää tavoitella palloa, ei anna hänelle oikeutta koskettaa vastustajaansa takaa.

Kiinnipitäminen

Kiinnipitäminen on henkilökohtainen kosketus, jolla rajoitetaan vastustajan liikkumisvapautta. Tämä kosketus (kiinnipitäminen) voidaan aiheuttaa millä ruumiinosalla tahansa.

Työntäminen

Työntäminen on henkilökohtainen kosketus, jolla pelaaja millä ruumiinosalla tahansa voimaa käyttäen siirtää tai yrittää siirtää pallollista tai pallotonta vastustajaa paikoiltaan.

Kaksoisvirhe

Kaksoisvirhe on tilanne, jossa kaksi vastapelaajaa kutakuinkin samanaikaisesti tekevät keskenään kosketusvirheet.

Epäurheilijamainen virhe

Epäurheilijamainen virhe on pelaajan tekemä kosketusvirhe, jossa erotuomarin näkemyksen mukaan ei luontevasti yritetä pelata palloa sääntöjen hengen ja tarkoituksen mukaisesti.

Pelistä erottamiseen johtava virhe

Mikä tahansa räikeän epäurheilijamainen pelaajan, vaihtopelaajan, valmentajan, apuvalmentajan tai joukkueen avustajan käyttäytyminen on pelistä erottamiseen johtava virhe.

Tekninen virhe

Pelaajan tekninen virhe on epäurheilijamaisesta käytöksestä tuomittu virhe, joka ei sisällä kosketusta vastapuolen pelaajaan; esimerkiksi, jos pelaaja puhuttelee erotuomareita, komissaaria, toimitsijoita tai vastustajia halveksivasti, käyttää loukkaavaa kieltä tai eleitä, jotka saattavat loukata tai yllyttää yleisöä tai ärsyttää vastustajaa.

Tappelu

Tappelu on kahden tai useamman vastustajan väkivaltainen keskinäinen yhteenotto

Vapaaheitot

Kun pelaajaa rikotaan heittotilanteessa tai rikkovan joukkueen joukkuevirheet ovat täynnä, seuraa 1-3 vapaaheittoa.

Heittotilanne alkaa, kun pelaaja aloittaa jatkuvan liikkeen, joka tavallisesti edeltää pallon irrottamista käsistä, ja kun hän erotuomarin näkemyksen mukaan on aloittanut yrityksen tehdä korin heittämällä, tippaamalla tai donkkaamalla pallon kohti vastustajan korin. Heittotilanne päättyy, kun pallo irtoaa pelaajan käsistä, ja jos pelaaja on ilmassa, hänen molemmat jalkansa ovat palanneet lattiaan.

SUOMEN KORIPALLOLIITTO
Opetusmateriaali opettajille - **KORIPALLO**

Vapaaheittäjän tulee asettua puoliympyrän sisälle vapaaheittoviivan taakse. Hän saa käyttää mitä heittotapaa tahansa siten, että pallo menee yläpuolelta koriin tai osuu korirenkaaseen. Hänen tulee heittää viiden sekunnin kuluessa siitä, kun erotuomari luovuttaa pallon hänen käyttöönsä. Heittäjä ei saa koskettaa vapaaheittoviivaa tai kolmen sekunnin aluetta, ennen kuin pallo on mennyt koriin tai koskettanut korirengasta. Heittäjä ei saa harhauttaa vapaaheitossa.

LUOKAT 1-2

Näiltä sivuilta saa vinkkejä 1.–2. luokkalaisten koripallotunneille. Harjoitteita linkin alta löydät ikäkauteen sopivia osia, joiden avulla mielekkään ja liikunnallisen tunnin kokoaminen on helppoa.

Pelimuotoja linkin alta löytyy tämänikäisille sopivia viitepelejä. Vinkeistä taas löytyy apua niihin erityispiirteisiin, joita kannattaa ottaa huomioon tämänikäisten koripallotunneilla.

Harjoitteet ja pelimuodot on suunniteltu etenevän periaatteella helposta kohti vaikeampia. Ikäluokan opettajan on hyvä lukea myös ylempien luokkien ohjeita oppilaiden osaamistasosta riippuen.

LUOKAT 1-2; Harjoitteita

Viivahippa

- Pallolliset oppilaat juoksevat hippoja karkuun kaikkia kentän viivoja pitkin kuljettamalla
- Hipat ottavat kuljettajia kiinni juoksemalla
- Kiinni saatuaan kuljettaja ja hippa vaihtavat rooleja

Haarahippa

- Pallolliset oppilaat juoksevat hippoja karkuun vapaasti kuljettamalla
- Hipat ottavat kuljettajia kiinni juoksemalla
- Kiinni jäätyään pallolliset oppilaat jäävät paikoilleen ja pyörittävät palloa vartalonsa ympäri jalat haarallaan
- Vapautuminen tapahtuu, kun toinen oppilas pompauttaa pallon kiinni jääneen jalkojen välistä

Kapteeni käskee

- Opettaja toimii kapteenina
- Harjoitellaan tunnistamaan koripallokentän rajoja ja alueita
- Opettaja käskee esimerkiksi: "Kapteeni käskee vapaaheittoviivalle!"
- Oppilaat liikkuvat palloa kuljettamalla ja ottavat pallon käteen käsketyssä paikassa

Suoraa johtajaa parin kanssa

- Molemmilla oppilailla on pallo
- Toinen oppilaista on ensin johtaja, jota toinen oppilas seuraa
- Johtaja etenee tekemällä erilaisia koripallonomaisia temppuja liikkumalla eri suuntiin, eri vauhdilla ja eri tavoin mielikuvitusta hyväksi käyttäen
- Opettajan merkistä oppilaat vaihtavat rooleja

Pareittain syöttöä istualleen

- Oppilaat istuvat jalkapohjat vastakkain lattialla syötellen tai ojentaen palloa toiselleen
- Kuuden onnistuneen peräkkäisen syötön jälkeen oppilaat peruuttavat noin puoli metriä taaksepäin ja yrittävät uudestaan peräkkäisiä syöttöjä
- Jos pallo osuu syöttöjen aikana maahan, joutuvat oppilaat palaamaan alkuun ja aloittamaan syöttelyn alusta
- Tavoitteena on päästä mahdollisimman kauas syötteleämään

2p.-1p. heittokisa ryhmissä

- Ryhmän jäsenet ovat jonossa korin läheisyydessä esimerkiksi vapaaheittoviivalla

- Ryhmällä on käytössään ainakin kaksi palloa
- Vuorotellen oppilaat kuljettavat heittoetäisyydelle, josta he yrittävät kaksi kertaa tehdä korin
- Jos pallo menee ensimmäisellä yrityksellä koriin, saat heitosta kaksi pistettä
- Toisella heitolla pisteitä saa yhden
- Maksimissaan sama pelaaja voi siis kerralla kolme pistettä
- Heittoyritysten jälkeen heittäjä palauttaa pallon jonossa seuraavalle, jolla ei ole palloa. Tämä saa aloittaa oman suorituksensa välittömästi
- Ryhmän kaikki pisteet lasketaan yhteen
- Heittokisa voidaan käydä esimerkiksi ryhmien välisenä parannuskisana, jossa voittaja ryhmä on se, joka parantaa eniten tulostaan ensimmäiseltä kierrokselta toiselle (tämä luonnollisesti kerrotaan vasta ensimmäisen kierroksen tulosten jälkeen)

LUOKAT 1-2; Pelimuotoja

A. Syöttöpeli

Pelin tarkoitus

Syöttöpelissä harjoitellaan yhdessä toimimista, syöttämistä, pallon vastaanottamista ja liikkumista koripallokentällä. Pelissä ei saa kuljettaa palloa, vaan liikkuminen pallon kanssa tapahtuu ainoastaan tukijalkaa käyttämällä.

Peliatuksena on, että saman joukkueen pelaajat pyrkivät syöttämään toisilleen peräkkäisiä syöttöjä siten, että toisen joukkueen pelaajat eivät saa riistettyä palloa välissä. Pelin tarkoituksena on saada esimerkiksi kuusi peräkkäistä syöttöä, minkä seurauksena joukkue saa (koripalloseuralla tyypillisesti) kaksi pistettä.

Syöttöpeliä kannattaa pelata (ainakin aluksi) kahdella poikkeussäännöllä:

- 1) palloa ei saa riistää hyökkääjän kädestä,
- 2) edestakainen syöttäminen samojen pelaajien kesken on kielletty.

Näin pelaaminen onnistuu huomattavasti paremmin.

Pelikenttä ja välineet

Pelikentäksi käy mikä tahansa rajattu alue, kuten esimerkiksi koripallokentän puolikenttä. Syöttöpelissä pallo voi osua salin seiniin, eikä näin varsinaisia sivurajoja pelissä käytetä.

Pelivälineeksi käyvät pomppaavat pehmo- ja hahmopallot, harjoituslentopallot tai minikoripallot (koko 5). Tärkeää pallon valinnassa on, että ns. pallopelko voitetaan ja, että oppilaat uskaltavat rohkeasti tavoitella palloa.

Pelin kulku

Syöttöpelissä pelaavat kaksi 3-5 pelaajan joukkueetta. Liikuntatila kannattaa jakaa siten, että useampi peli on samanaikaisesti käynnissä. Peli alkaa aloitushypyillä, jossa molempien joukkueiden pelaaja asettuu keskelle kenttää hyppyä varten. Muut pelaajat sijoittuvat piiriin pelaajien ympärille. Opettaja heittää alakautta aloitusheiton, ja keskellä olevat pelaajat yrittävät lyödä pallon yhdellä kädellä (kämmenellä) oman joukkueen pelaajille. Pallon saanut joukkue aloittaa hyökkäysvuoron ja toinen joukkue puolustusvuoron.

Hyökkäysvuorossa oleva joukkue pyrkii syöttämään peräkkäisiä syöttöjä toisilleen. Jos puolustava joukkue saa pallon, alkavat he välittömästi tavoitella omia peräkkäisiä syöttöjä. Näin hyökkäys- ja puolustusroolit vaihtuvat. Roolit vaihtuvat myös sen jälkeen, kun toinen joukkue on saanut kaksi pistettä eli riittävän määrän peräkkäisiä syöttöjä.

Peliä voidaan pelata joko jokin peliaika (esim. viisi minuuttia) tai johonkin pistemäärään (esim. 10 pisteeseen). Voittanut joukkue on se, joka on saanut enemmän / nopeammin pisteitä.

Peliohjeissa opettajan kannattaa korostaa pelaajien liikkumista vapaaseen paikkaan ja maankautta syöttöjen merkitystä. Lapsille on tyypillistä kerääntyä magneetin lailla pallon luokse, mikä merkittävästi vaikeuttaa peräkkäisten syöttöjen onnistumista. Korostamalla juoksemista paikkaan, johon pallo seuraavaksi tulee, opetetaan kaikille pallopeleille keskeistä tilankäyttöä. Maankauttasyötöt puolestaan konkretisoivat lapsille vapaana olemisen merkitystä. Maankautta pomppaava syöttö onnistuu vain, jos välissä ei ole yhtään puolustajaa tai muita esteitä.

B. Sovellus: Tornipallo

Tornipallossa perättäisten syöttöjen sijasta tavoitellaan syöttöä torniin – pelaajalle, joka seisoo korokkeella. Onnistuneesta torniin syötöstä saa kaksi pistettä. Pisteiden jälkeen toinen joukkue aloittaa syöttämisen toisen joukkueen tornin juurelta.

Tornina toimii joukkueesta yksi oppilas kerrallaan. Tornia ei vartioida, joten hän saa rauhassa yrittää pallon vastaanottamista. Tornina voi hyvin toimia oppilas, joka ei muuten voi osallistua liikuntatunnille esimerkiksi jalkavaivan takia.

LUOKAT 1-2; Vinkkejä

Seuraaviin asioihin kannattaa koripallotunnin järjestelyissä kiinnittää erityistä huomiota.

1. "Levottomat pallot"
 - pallojen pomputtaminen aiheuttaa kovan melun
 - älä salli pomputtamista ohjeiden aikana
 - käytä pallokoreja ja muita säilytyspaikkoja ylimääräisille palloille
2. Ryhmittely
 - heittämisen, syöttämisen ja kuljettamisen harjoittelusta tulee helposti "kaaos"
 - kiinnitä huomiota ryhmien muodostamiseen ja toimintaohjeisiin
3. Eriyttäminen
 - taidon opettaminen vaatii eritasoisia tehtäviä ja yksilöllisiä ohjeita
 - ihannetilanteessa samantasoiset harjoittelevat ja pelaavat samoissa ryhmissä ja samoja asioita
4. Joukkueiden koko
 - pelatessa on tärkeää, että jokainen osallistuja kokee itsensä tärkeäksi
 - joukkueet tulee muodostaa siten, että kaikki pelaajat saavat koskea palloon mahdollisimman usein
5. Lajinomaisuus
 - koripallossa molempien käsien käyttö on tärkeää
 - harjoituta kaikkia asioita sekä oikealla että vasemmalla kädellä

LUOKAT 3-4

Näiltä sivuilta saa vinkkejä 3.–4. luokkalaisten koripallotunneille. Harjoitteita linkin alta löydät ikäkauteen sopivia osia, joiden avulla mielekkään ja liikunnallisen tunnin kokoaminen on helppoa.

Pelimuotoja linkin alta löytyy tämänikäisille sopivia viitepelejä. Vinkeistä taas löytyy apua niihin erityispiirteisiin, joita kannattaa ottaa huomioon tämänikäisten koripallotunneilla.

Harjoitteet ja pelimuodot on suunniteltu etenevän periaatteella helposta kohti vaikeampia. Ikäluokan opettajan on hyvä lukea myös ylempien ja alempien luokkien ohjeita oppilaiden osaamistasosta riippuen.

LUOKAT 3-4; Harjoitteita

Parihippa kuljettamalla

- Molemmilla pelaajilla on palloa
- Toisen oppilasta ajaa toista takaa
- Jos takaa-ajaja pystyy koskemaan toiseen, roolit vaihtuvat
- Noin 30-45 sekunnin välein opettajan merkistä hippana oleva oppilas tekee ylimääräisen tehtävän (esimerkiksi lihaskuntoliikkeitä)

Pallon käsittelyä paikallaan

- Pallon pyöritys ilmassa pään, vartalon, nilkkojen ympäri (vaihda suuntaa, vuorottele, tee erilaisia ratoja)
- Ilmassa kahdeksikkoja jalkojen välissä (vaihda suuntaa)
- Heitä pallo ilmaan, taputa (1-5 kertaa) ja ota pallo kiinni (vaihtele taputuksia: edessä, selän takana, niskan takana, jalkojen välissä jne.)
- Pallo jalkojen välissä ilmassa molemmat kädet pallossa, käsien vaihto taakse ilman että pallo koskettaa maata (aluksi vaihto voi tapahtua pallon pompun aikana)
- Sama liike kuin edellä, mutta toinen käsi edessä ja toinen takana. Käsien vaihto edestä taakse
- Pallon kuljetusta edessä puolelta toiselle (kosketus pelkillä sormilla)
- Pallon kuljetus vartalon vieressä samalla kädellä, käsi ohjaa eteen taakse (sama toisella kädellä toisen kyljen puolella)
- Kahdeksikkoja pomputtaen (vaihtele korkeutta, pomppujen määrää)
- Haara-asennossa pallon pomputusta jalkojen välissä kädeltä toiselle (vaihda välillä toinen jalka eteen)
- Sama kuin edellä, mutta vaihda kädenvaihto hypyn aikana (jalat menee eteen taakse)

Kuljetus- ja syöttöharjoitteita yhdellä pallolla, jonot vastakkain

- Syöttö ja jonon vaihto
- Kuljetus eri tavoin (korkeana, matala, vuorokäsien jne.) ja ojennus

Kuljetus- ja syöttöharjoitteita kahdella pallolla, jonot vastakkain (jonojen ensimmäisillä on pallot)

- Kuljetus, kohdatessa kädenvaihto, ojennus
- Kuljetus, kohdatessa harhautus, ojennus

Pareittain heittokisa – Aasi

- Toinen oppilas valitsee heittopaikan, josta onnistuttuaan parinkin on saatava kori

- Jos pari ei saa koria, saa hän kirjaimen
- Jos ensimmäinen heittäjä epäonnistuu, saa toinen heittäjä valita heittopaikan ensimmäisenä

Lay-up –heiton harjoittelua yhdestä pompusta

- Oppilas lähtee liikkeelle vapaaheittoviivalta pallo kädessä
- Oikealla kädellä heittäessä, hän astuu vasemmalla jalalla ns. ristiaskelen oikean jalan eteen
- Ristiaskelen osuessa maahan hän pompauttaa yhden pompun kohti koria vartalon oikealla puolella
- Tämän jälkeen hän ottaa liikkeessä pallon käteen ja tekee ns. lay-up –askeleet ja heittää pallon oikealla kädellä (levyn kautta) koriin
- Lay-up –askeleet oikealta puolelta koria tehdään rytmillä oikea-vasen (vasemmalta liike tehdään pelikuvana)
- Lay-up askeleista ensimmäinen on pitkä ja toinen on lyhyt ja ponnistava

LUOKAT 3-4; Pelimuotoja

A. Peli ilman kuljetusta

Pelin tarkoitus

Peli ilman kuljetusta on koripallonomainen sovellus syöttöpelistä (katso luokat 1-2). Pelissä pallo liikkuu ainoastaan syöttämällä. Palloa ei saa kuljettaa, vaan liikkuminen pallon kanssa tapahtuu ainoastaan tukijalan varassa.

Peliatuksena on, että hyökkäävä joukkue liikkuu korintekoetäisyydelle syöttämällä. Tavoitteena on harjoitella koripallon perustaitoja, kuten syöttämistä, pallon vastaanottamista, pallottomana liikkumista ja heittämistä.

Peliä ilman kuljetusta kannattaa (ainakin aluksi) pelata poikkeussäännöllä, jossa palloa ei saa riistää hyökkäävän pelaajan kädestä. Näin pelaaminen onnistuu huomattavasti helpommin.

Pelikenttä ja välineet

Pelikenttä on rajattu alue, jonka päädyissä on koripallokorit. Aina kun on mahdollista, peliä on hyvä pelata salin sivukoreihin poikittaissuuntaisesti. Pelissä ilman kuljetusta noudatetaan koripallon sivu- ja päätyrajasääntöjä.

Pelivälineeksi käyvät minikoripallot (koko 5), pomppaavat pehmo- ja hahmopallot, tai harjoituslentopallot.

Pelin kulku

Pelissä ilman kuljetusta pelaavat kaksi 3-4 pelaajan joukkueetta. Peli alkaa aloitushypyillä, jossa molempien joukkueiden pelaaja asettuu keskelle kenttää hyppyä varten. Muut pelaajat sijoittuvat piiriin pelaajien ympärille. Opettaja heittää alakautta aloitusheiton, ja keskellä olevat pelaajat yrittävät lyödä pallon yhdellä kädellä (kämmenellä) oman joukkueen pelaajille. Pallon saanut joukkue aloittaa hyökkäysvuoron ja toinen joukkue puolustusvuoron.

Peliatuksena on, että hyökkäävä joukkue liikkuu syöttämällä korintekoetäisyydelle, josta yritetään heittoratkaisua. Puolustavan joukkueen ajatuksena on estää niin hyökkääjien syöttäminen kuin heittoyrityksetkin. Pallon saatuaan puolustajat vaihtuvat hyökkääjiksi ja etenevät omalle hyökkäyskorilleen tavoitteena korinteko. Onnistuneesta heitosta korin tehnyt joukkue saa kaksi

pistettä. Korin jälkeen puolustava joukkue lähtee hyökkäämään niin, että ensimmäinen syöttö annetaan korin alta päätyrajan takaa.

Peliä voidaan pelata joko jokin peliaika (esim. viisi minuuttia) tai johonkin pistemäärään (esim. 10 pisteeseen). Voittanut joukkue on se, joka on saanut enemmän / nopeammin pisteitä.

Peliohjeissa opettajan kannattaa korostaa pelaajien liikkumista vapaaseen paikkaan ja maankautta syöttöjen merkitystä. Lapsille on tyypillistä kerääntyä magneetin lailla pallon luokse, mikä merkittävästi vaikeuttaa syöttöjen onnistumista. Korostamalla juoksemista paikkaan, johon pallo seuraavaksi tulee, opetetaan kaikille pallopeleille keskeistä tilankäyttöä. Maankauttasyötöt puolestaan konkretisoivat lapsille vapaana olemisen merkitystä. Maankautta pomppaava syöttö onnistuu vain, jos välissä ei ole yhtään puolustajaa tai muita esteitä.

Variaatio

Pelitaitojen edistyessä peliin voidaan lisätä sääntö, jossa pelaajille sallitaan yksi tai kaksi pomppua per pallonhallinta. Tällä lisätään hyökkääjien mahdollisuuksia tehdä valintoja syöttämisen, heittämisen ja kuljettamisen suhteen. Säännön avulla oppilaat voivat mm. käyttää heittoharhautusta ja kuljetusajoa tehokkaana korintekoliikkeenä.

B. Sovellus: Pelinrakentajapeli

Pelinrakentajapelissä pelataan peli ilman kuljetusta sillä poikkeuksella, että molemmissa joukkueissa on käytössään pelinrakentaja. Pelinrakentajana voi toimia

- a. opettaja molemmille joukkueille,
- b. sama oppilas molemmille joukkueille tai
- c. kaksi pelaajaa omille joukkueilleen (pelaajat puolustavat toisiaan)

Pelinrakentaja ei tee pelissä koreja, vaan hänen tehtävänä on toimia pallon ylöskuljettajana hyökkäysvuoron siirtyessä joukkueelta toiselle. Tämä mahdollistaa pelin nopeamman siirtymisen kentän toisesta päädyistä toiseen. Pallon ylöskuljetettuaan pelinrakentaja syöttää pallon vapaalle hyökkääjälle ja siirtyy sivurajalle odottamaan uutta kuljetusvuoroaan. Muut pelaajat pelaavat normaalisti peliä ilman kuljetusta.

Pelinrakentajaksi on hyvä valita taitava pallonkäsittelijä. Peliohjeissa opettajan kannattaa korostaa nopean siirtymisen merkitystä. Kun puolustajat saavat pallon, on se mahdollisimman nopeasti (jopa kädestä hakemalla) toimitettava pelinrakentajalle. Muut pelaajat pyrkivät tällöin juoksemaan hyökkäyskorille vapaaseen korintekopaikkaan niin nopeasti kuin pystyvät. Pelinrakentajan tehtävänä on kuljettamalla ja syöttämällä toimittaa pallo vapaille pelaajille.

C. 3 vastaan 3 yhden korin peliä

Pelin tarkoitus

Yhden korin peli on erityisen hyvä pelimuoto isoille ryhmille.

Pelin myötä oppilaat oppivat hyökkäyksen ja puolustuksen peruseriaatteita puolenkentän pelissä. Näistä korostuu erityisesti liikkuminen syötön jälkeen.

3 v 3 yhden korin peliä kannattaa (ainakin aluksi) pelata poikkeussäännöllä, jossa palloa ei saa riistää hyökkäävän pelaajan kädestä. Näin pelaaminen onnistuu huomattavasti helpommin.

Pelikenttä ja välineet

Pelikenttä on rajattu alue, jonka päädyssä on koripallokori. Kenttään on merkitty aloitusviiva, joka sijaitsee noin 6 metrin päässä korin keskipisteestä. Aina kun on mahdollista, peliä on hyvä pelata salin sivukoreihin poikittaissuuntaisesti. Pelissä noudatetaan koripallon sivu- ja päätyrajasääntöjä.

Pelivälineeksi käyvät minikoripallot (koko 5), pomppaavat pehmo- ja hahmopallot, tai harjoituslentopallot.

Pelin kulku

3 v 3 yhden korin pelissä pelaavat kaksi 3-4 pelaajan joukkueetta. Peliä pelataan yhteen koriin kolmen pelaajan ollessa kerrallaan pelivuorossa.

Ottelun aloittava joukkue arvotaan. Peli alkaa syötöllä aloitusviivan takaa. Hyökkäysvuoro vaihtuu jokaisen korin jälkeen. Peli jatkuu puolustajan antaessa pallon hyökkääjälle aloitusviivan taakse, jonka jälkeen hyökkäys alkaa syötöllä.

Virheen, rikkomuksen tai pallon ulosmenon johdosta aloituksen saa aina vastustaja, joka aloittaa pelin aloitusviivan takaa, kuten edellisessä kohdassa.

Mikäli puolustava joukkue hankkii pallon vastustajalta joko levypallotilanteesta tai riistämällä pallon kuljetuksesta tai syötöstä, tulee joukkueen ainoastaan käyttää palloa aloitusviivan takana ja jatkaa peliä ilman erillistä aloitussyöttöä.

Puolustaja ei saa riistää palloa hyökkääjän käsistä. Puolustajan tulee estää hyökkääjää heittämästä, syöttämästä tai lähtemästä kuljettamaan aiheuttamatta kontaktia. Kuitenkin pallollisen hyökkääjän on pystyttävä 5 sekunnin kuluessa syöttämään tai lähtemään kuljettamaan palloa. Mikäli hyökkääjä ei pysty toteuttamaan edellä mainittua 5 sekunnin sääntöä, on kyseessä rikkomus ja pallon hallinta siirtyy puolustavalle joukkueelle.

Korista saa kaksi pistettä. Hyökkäysaika on rajoittamaton. Kolmen sekunnin sääntö ei ole voimassa. Vaihtaa saa vapaasti pelikatkon yhteydessä. Ottelun voittaa ensin 20 pistettä tehnyt joukkue. Mikäli peli ei ole ratkennut 10 minuutin aikana, valvoja/ohjaaja ilmoittaa, että ottelussa tehdään vielä yksi kori. Jos tilanne on tämän jälkeen tasan, ratkaisee seuraava kori.

Muilta osin pelissä noudatetaan normaaleja koripallosääntöjä.

LUOKAT 3-4; Vinkkejä

Seuraaviin asioihin kannattaa koripallotunnin järjestelyissä kiinnittää erityistä huomiota.

1. "Levottomat pallot"
 - pallojen pomputtaminen aiheuttaa kovan melun
 - älä salli pomputtamista ohjeiden aikana
 - käytä pallokoreja ja muita säilytyspaikkoja ylimääräisille palloille
2. Ryhmittely
 - heittämisen, syöttämisen ja kuljettamisen harjoittelusta tulee helposti "kaaos"
 - kiinnitä huomiota ryhmien muodostamiseen ja toimintaohjeisiin
3. Eriyttäminen
 - taidon opettaminen vaatii eritasoisia tehtäviä ja yksilöllisiä ohjeita
 - ihannetilanteessa samantasoiset harjoittelevat ja pelaavat samoissa ryhmissä ja samoja asioita
4. Joukkueiden koko
 - pelatessa on tärkeää, että jokainen osallistuja kokee itsensä tärkeäksi
 - joukkueet tulee muodostaa siten, että kaikki pelaajat saavat koskea palloon mahdollisimman usein
 - pelatessa ei kannata käyttää suurempia ryhmiä kuin 4 vs. 4
 - suurilla liikuntaryhmillä kannattaa käyttää ns. ketjuvaihtoja
5. Säännöt
 - koripallon säännöt ovat melko monimutkaiset
 - koulupeleissä kannattaa käyttää harkiten sääntöhelpotuksia ja omia sääntöjä
 - esim. ei saa riistää palloa kädestä tai pomputusrajoituksia
 - esim. ensimmäinen lähtöaskel sallittu
 - osalla pelaajista voi olla erityisrooli ja sitä kautta erityissäännöt
 - esim. pelinrakentajat
6. Lajinomaisuus
 - koripallossa molempien käsien käyttö on tärkeää
 - harjoituta kaikkia asioita sekä oikealla että vasemmalla kädellä

LUOKAT 5-6

Näiltä sivuilta saa vinkkejä 5.–6. luokkalaisten koripallotunneille. Harjoitteita linkin alta löydät ikäkauteen sopivia osia, joiden avulla mielekkään ja liikunnallisen tunnin kokoaminen on helppoa.

Pelimuotoja linkin alta löytyy tämänikäisille sopivia viitepelejä. Vinkeistä taas löytyy apua niihin erityispiirteisiin, joita kannattaa ottaa huomioon tämänikäisten koripallotunneilla.

Harjoitteet ja pelimuodot on suunniteltu etenevän periaatteella helposta kohti vaikeampia. Ikäluokan opettajan on hyvä lukea myös ylempien ja alempien luokkien ohjeita oppilaiden osaamistasosta riippuen.

LUOKAT 5-6; Harjoitteita

Syöttöhippa

- Pelataan rajoitetulla alueella, esimerkiksi lentopallokentän kokoisella alueella
- Kaksi oppilasta toimii hippoina
- Muut oppilaat liikkuvat rajatulla joko juosten tai koripalloa kuljettaen
- Hipat eivät saa liikkua pallo kädessä kuin tukijalan varassa
- Tarkoituksena on polttaa vapaita oppilaita koskemalla heitä pallolla (ojentamalla)
- Tätä varten hipat syöttelevät palloa toisilleen ja liikkuvat vapaiden oppilaiden luokse ilman palloa
- Poltettu oppilas liittyy hippojen joukkoon

Ultimatea koripallolla

- Pallo kädessä ei saa liikkua kuin tukijalan varassa
- Pelissä edetään syöttelemällä ja liikkumalla ilman palloa
- Maali syntyy, kun oman joukkueen pelaaja vastaanottaa syötön vastustajan maalialueella

Pallonkäsittelyä juoksussa (edetään esimerkiksi etuperin sivurajalta toiselle ja takaperin takaisin)

- Pallon pyörittäminen vartalon, pään ympäri
- Pallon pyörittäminen kahdeksikkoa ilmassa samalla juosten
- Kuljetus oikealla / vasemmalla kädellä (lisää haastetta saa lisäämällä polvennostajuoksua, pakarajuoksua, vapaan käden pyörittämistä jne.)
- Kädenvaihdot jalkojen välissä joka askeleella (sisäkautta sekä ulkokautta)
- Erilaisia kuljetuskädenvaihtoja edessä, selän takana, jalkojen välissä jne.

Pallotaistelu kuljettaen

- Jokaisella oppilaalla on pallo, jota he kuljettavat rajatulla alueella
- Pelissä kerätään pisteitä lyömällä toisten palloja pois alueelta sekä vältetään miinuspisteitä suojaamalla omaa palloa
- Pallon mentyä ulos alueelta, haetaan pallo nopeasti ja palataan peliin
- Pelin loppuksi lasketaan pisteet

Ulkopelaajan liikkeitä

- Harjoitellaan tuolin tai kartion (kuvitellun puolustajan) takaa hyökkäysliikkeitä, jotka tehostavat korien tekemistä peleissä, esimerkiksi

- Heittoharhautus + ristiaskel + 1 pomppu + lay-up -heitto
- Syöttöharhautus + 1 / 2 pomppua + heitto

Ylivoimatilanteiden harjoittelua

- Harjoitellaan puolesta kentästä nopean hyökkäyksen tilanteita, jossa hyökkääjillä on pelaajaylivoima
- Esimerkiksi kaksi tai kolme hyökkääjää yhtä puolustajaa vastaan
- Harjoittelun tarkoituksena on opettaa nopeaa ja tehokasta korintekoa sekä luovaa pelinlukua
- Hyökkääjien ja puolustajien rooleja kannattaa vaihdella kiertoperiaatteella

Heiton harjoittelua, heittokisoja

- Tiputus kahdella pallolla
 - Heitetään vapaaheittoja jonossa siten, että jonon ensimmäinen heittää ensin
 - Jos vapaaheitto menee ohitse, saa heittoa yrittää uudestaan haluamastaan paikasta
 - Jos jonossa toisen pallo ehtii koriin ennen ensimmäistä, putoaa ensimmäinen heittäjä pelistä pois
 - Korin tai putoamisen jälkeen pallo palautetaan nopeasti jonon ensimmäiselle
 - Kisan voittaja on oppilas, joka jää viimeiseksi jäljelle
- 21 pistettä / Manhattan
 - Pelin ensimmäinen heittäjä aloittaa pelin vapaaheittoviivalta
 - Heitetään palloa vuorotellen kohti korista
 - Seuraava heittäjä saa heittää palloa siitä kohdasta, josta hän saa levypallon (pallo kädessä ei saa liikkua kuin tukijalan varassa)
 - Jos heitto menee koriin, saa heittäjä kaksi pistettä
 - Pisteiden jälkeen hän saa jatkaa heittämistä rauhassa vapaaheittoviivalta niin kauan, kun pallo menee koriin. Jokaisesta vapaaheitosta saa yhden pisteen
 - Jos pelaajan heitto menee kokonaan ohi korista (ns. helaksi), putoavat heittäjän pisteet alaspäin lähimpään täyteen kymmeneen (0 / 10 / 20)
 - Helan jälkeen seuraava heittäjä aloittaa vapaaheittoviivalta
 - Pelin voittaja on oppilas, joka saa ensin 21 pistettä

LUOKAT 5-6; Pelimuotoja

A. 3 vs 3 –kiireharjoitus pelinrakentajalla

Pelin tarkoitus

Pelin tarkoituksena on harjoitella koripallolle ominaista jatkuvaa siirtymistä hyökkäyksestä puolustukseen ja päinvastoin. Koripallossa kaikki pelaajat sekä hyökkäävät että puolustavat.

Pelikenttä ja välineet

Pelikenttä on rajattu alue, jonka päädyissä on koripallokorit. Aina kun on mahdollista, peliä on hyvä pelata salin sivukoreihin poikittaissuuntaisesti.

Pelivälineeksi käy parhaiten minikoripallo (koko 5).

Pelin kulku

Pelissä on kaksi joukkuetta, jotka ovat pelin alussa oman korin alla päätyrajan takana. Kerrallaan peliin osallistuu kolme pelaajaa molemmista joukkueista. Nämä pelaajat ensin hyökkäävät, sitten puolustavat ja levypallon saatuaan siirtyvät sivuun odottamaan vuoroaan. Uusi vuoro alkaa siitä, kun oman joukkueen edellinen ryhmä on taas saanut puolustuslevypallon tai riiston. Myös vastustajien korin jälkeen alkaa uusi vuoro. Vuoro alkaa aina syötöllä laitaa pelinrakentajalle.

Pelinrakentajan tehtävä on sama kuin pelinrakentajapelissäkin (katso 3-4 luokkien pelimuodot). Pelinrakentaja ei tee koreja vaan hänen tehtävänsä on siirtää pelinpainopiste mahdollisimman nopeasti puolustuksesta hyökkäykseen.

Pelinrakentajana voi toimia

- a. opettaja molemmille joukkueille,
- b. sama oppilas molemmille joukkueille tai
- c. kaksi pelaajaa omille joukkueilleen (pelaajat puolustavat toisiaan)

Saman joukkueen kaikki pisteet lasketaan yhteen. Pisteet lasketaan koripallon normaalien sääntöjen mukaan. Pelissä ei heitetä vapaheittoja, vaan virheen jälkeen peliä jatketaan sivurajalta.

Peliä voidaan pelata joko jokin peliaika (esim. 10-15 minuuttia) tai johonkin pistemäärään (esim. 20 pisteeseen). Voittanut joukkue on se, joka on saanut enemmän / nopeammin pisteitä.

Variaatio

Samaa peliä voidaan pelata myös joko 2-2 pelinä tai 4-4 pelinä. Neljällä pelatessa ei kannata käyttää erillistä pelinrakentajaa vaan tällöin ryhmä sopii pallon ylöskuljettajan roolin ennen kentälle siirtymistä.

B. Normaalina peliä 3 vs. 3 tai 4 vs. 4 pelinä

Pelin tarkoitus

Pelaaminen normaalia pienemmillä joukkueilla mahdollistaa useamman pelaajan osallistumisen peliin. Pelin tarkoituksena on tarjota kaikille kenttäpelaajille mahdollisimman paljon kosketuksia palloon.

Pelikenttä ja välineet

Pelikenttä on rajattu alue, jonka päädyissä on koripallokorit. Aina kun on mahdollista, peliä on hyvä pelata salin sivukoreihin poikittaissuuntaisesti.

Pelivälineeksi käy parhaiten minikoripallo (koko 5).

Pelin kulku

Peliä kannattaa pelata kerrallaan korkeintaan 10 minuuttia tai 20 pisteeseen useammassa erässä. Voittanut joukkue on se, joka on saanut enemmän / nopeammin pisteitä.

LUOKAT 5-6; Vinkkejä

Seuraaviin asioihin kannattaa koripallotunnin järjestelyissä kiinnittää erityistä huomiota.

1. "Levottomat pallot"
 - pallojen pomputtaminen aiheuttaa kovan melun
 - älä salli pomputtamista ohjeiden aikana
 - käytä pallokoreja ja muita säilytyspaikkoja ylimääräisille palloille
2. Ryhmittely
 - heittämisen, syöttämisen ja kuljettamisen harjoittelusta tulee helposti "kaaos"
 - kiinnitä huomiota ryhmien muodostamiseen ja toimintaohjeisiin
3. Eriyttäminen
 - taidon opettaminen vaatii eritasoisia tehtäviä ja yksilöllisiä ohjeita
 - ihannetilanteessa samantasoiset harjoittelevat ja pelaavat samoissa ryhmissä ja samoja asioita
4. Joukkueiden koko
 - pelatessa on tärkeää, että jokainen osallistuja kokee itsensä tärkeäksi
 - joukkueet tulee muodostaa siten, että kaikki pelaajat saavat koskea palloon mahdollisimman usein
 - pelatessa ei kannata käyttää suurempia ryhmiä kuin 4 vs. 4
 - suurilla liikuntaryhmillä kannattaa käyttää ns. ketjuvaihtoja
5. Säännöt
 - koripallon säännöt ovat melko monimutkaiset
 - koulupeleissä kannattaa käyttää harkiten sääntöhelpotuksia ja omia sääntöjä
 - esim. ei saa riistää palloa kädestä tai pomputusrajoituksia
 - esim. ensimmäinen lähtöaskel sallittu
 - osalla pelaajista voi olla erityisrooli ja sitä kautta erityissäännöt esim. pelinrakentajat
6. Lajinomaisuus
 - koripallossa molempien käsien käyttö on tärkeää
 - harjoituta kaikkia asioita sekä oikealla että vasemmalla kädellä