

Pallottomana pelaaminen 2:

1.2 KORIPALLOVALMENTAJAN PERUSOPINNOT

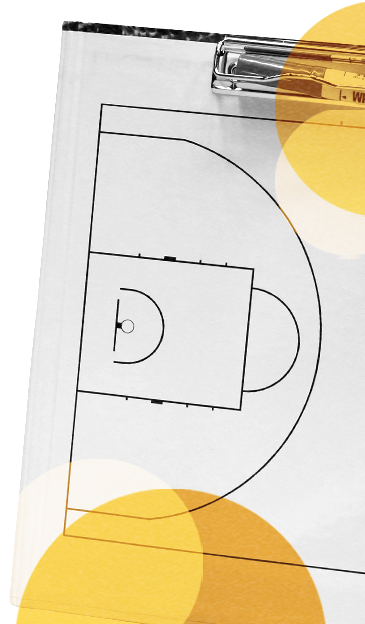


Pallottomana pelaaminen

Tavoitteet

ENSITOIMET PALLON KANSSA.

LIKKUMISMALLIT.



Pallottomana pelaaminen

Ensitoimet pallon kanssa

PELIASENNOT JA PALLON SUOJAAMINEN

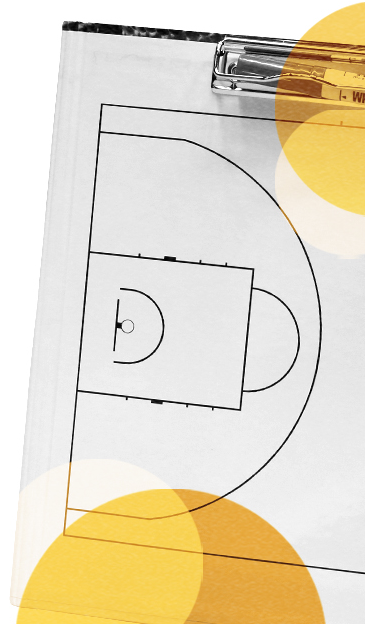
KOLMOISUHKA

REPÄISYT

JAB STEP

PALLON SUOJAAMINEN TUKIJALAN AVULLA

PALLON SUOJAAMINEN KULJETUKSESSA (QUARTER TURN, RETREAT)



Pallottomana pelaaminen

Liikkumismallit

KORILLE LEIKKAAMINEN

- 1vs1 + SYÖTTÄJÄ; ERI TILANTEET
- LEIKKAA SIELTÄ, MISTÄ ”KORI NÄKYYP”

VAPAUTUMINEN

- 1vs1 + SYÖTTÄJÄ; ERI TILANTEET (I-, V- JA L-LEIKKAUKSET)
- TOTUUDEN HETKI: JOS OLET VAPAANA, JATKA MATKA – JOS ET, LEIKKAA KORILLE

SYÖTTÖKETJU-AJATTELU

- 3vs3 HYÖKKÄÄJÄN EDULLA
- EKAN SYÖTÖN VASTAANOTTAJA: HEITÄ TAI SYÖTÄ (EXTRA PASS)

