

Ball screen -pelaaminen

1.3 KORIPALLOVALMENTAJAN PERUSOPINNOT



Ball screen –pelaaminen

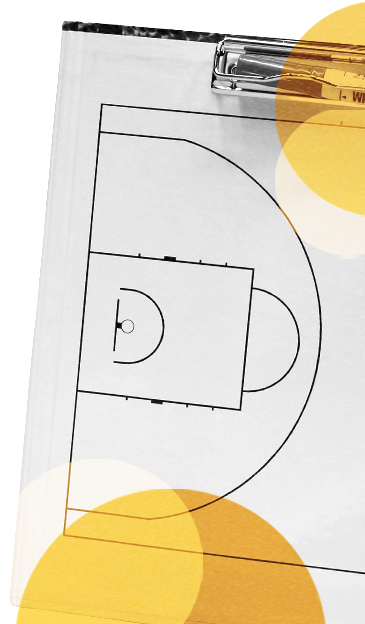
Tavoitteet

BALL SCREEN –PELAAMISEN TAVOITTEET.

BALL SCREEN –PELAAMINEN KANNATTAA ALOITTA VASTA, KUN...

BALL SCREEN –PELAAMINEN EI OLE IKÄSIDONNAISTA.

BALL SCREEN –PELAAMISTA EI KANNATA ALOITTA, JOS...

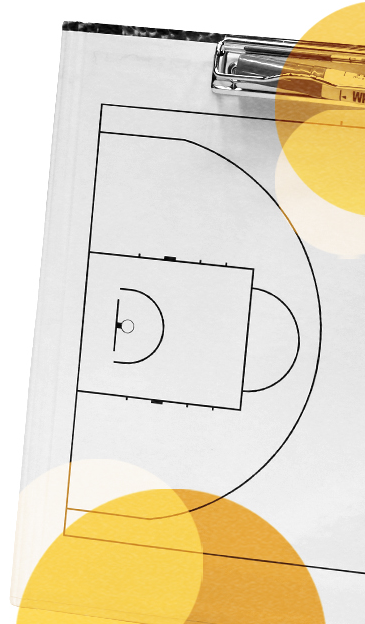


Ball screen –pelaaminen

Ball screen –pelaamisen tavoitteet

BALL SCREEN –PELAAMISEN TAVOITTEENA ON LUODA HETKELLINEN 2vs1 –TILANNE, JOSSA...

1. SCREENIN KÄYTTÄJÄ PYRKII TEKEMÄÄN KORIN.
2. PALLO SYÖTETÄÄN 2vs1 –TILANTEEN SYNTYESSÄ SCREENIN TEKIJÄLLE (ROLL).
3. JOSTAIN AUTETAAN ROLLIIN JA PALLO SYÖTETÄÄN SINNE, MISTÄ AUTETAAN.



Ball screen –pelaaminen

Kannattaa aloittaa vasta, kun...

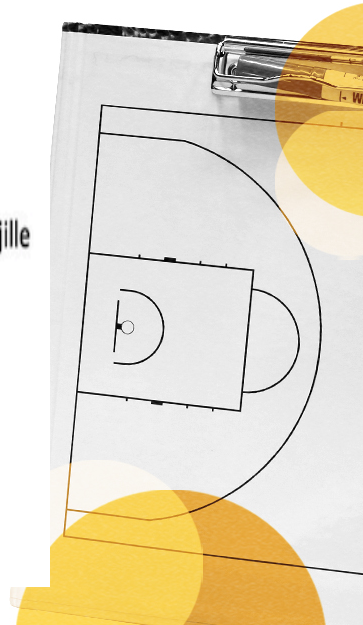
PELAAJIEN PERUSOSAAMINEN PALLOTTOMANA PELAAMISESSA JA PENETRATION –PELAAMISESSA ON SAAVUTETTU.

Penetration -pelaamisen perusosaaminen

Helpot korit -ajattelu: parhaat korintekopaikat ja -tilanteet
Kolmoisuhkapelaaminen: peliasennot ja katse
Helpot harhautukset ja liikkeelle lähdöt pallon kanssa
Helpot kuljetus- ja ajoharhautukset
Lay-up -heitot oikealla ja vasemmalla kädellä
Heittotekniikan perusteet: koppi, rytmi ja saatto
Pysähtyminen ja tukijalan käyttö kuljetuksen päätteeksi
Syöttäminen kuljetuksesta
Ns. lautamalli-pelaaminen

Pallottomana pelaamisen perusosaaminen

Pelin luonne: yhteisöllinen syöttöpel, jossa syöttö vaatii aina vastaanottajan
Pelin luonne: 80% hyökkäysajasta pelataan ilman palloa
Pallottoman pelaajan tehtävät: voittaa tila vastaanottaa pallo tai tehdä tilaa muille pelaajille
Hyökkäyspelin virta, syöttöketjut -ajattelu
Pallottoman pelaajan liikkumismallit (mm. I-, L- ja V-leikkaus)
Syötön vastaanottamisen tekniikat
Pysähtymistekniikat
Koripalloilijan ensitoimet pallon kanssa: peliasennot ja pallon suojaaminen



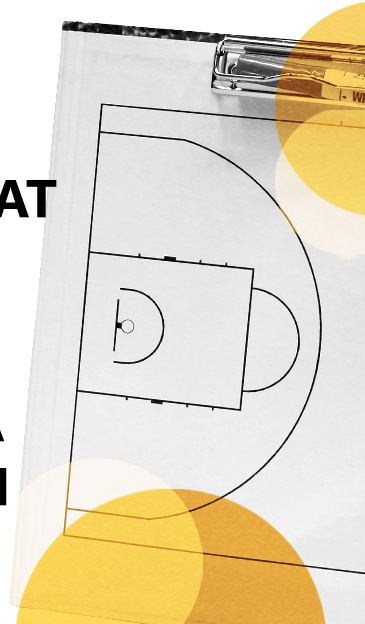
Ball screen –pelaaminen

Ei ole ikäsidonnaista

BALL SCREEN –PELAAMISEN ALOITTAMINEN **EI OLE IKÄSIDONNAISTA**, EIKÄ VARSINKAAN SEN HARJOITTELU.

MIKÄLI TARVITTAVAT **TAIDOT PALLOTTOMANA PELAAMISESSA JA PENETRATION –PELAAMISESSA OVAT HALLUSSA**, VOIDAAN HARJOITTELU ALOITTA.

BALL SCREEN –PELAAMISEN MERKITYS KOROSTUU VASTA AIKUISKORIPALLOSSA. KUITENKIN SEN **HARJOITTELU ON ALOITETTAVA HYVISSÄ AJOIN.**



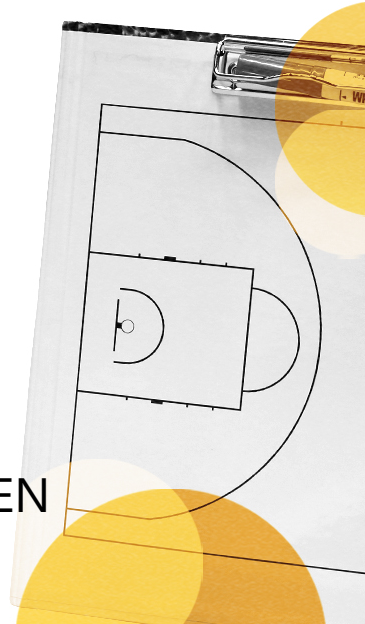
Ball screen –pelaaminen

Ei kannata aloittaa, jos...

PELAAJIEN PERUSOSAAMINEN PALLOTTOMANA
PELAAMISESSA JA PENETRATION –PELAAMISESSA EI OLE
VIELÄ HALLUSSA.

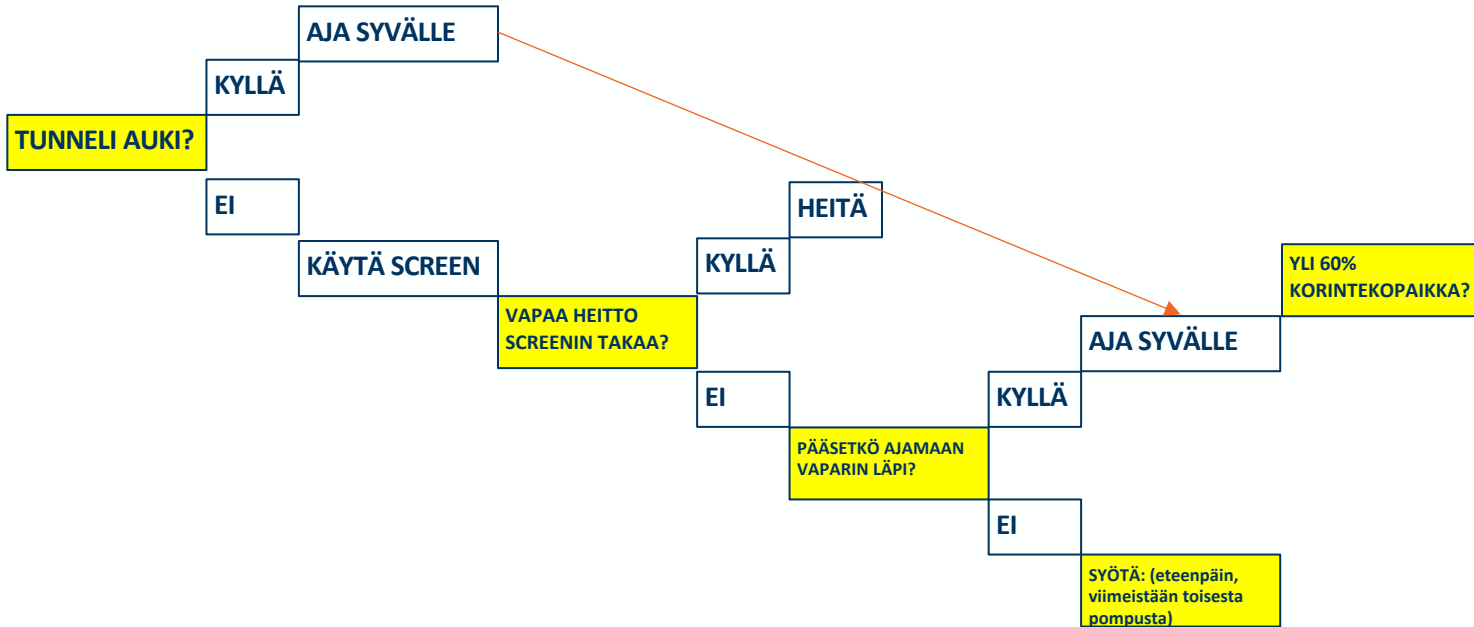
BALL SCREEN –PELAAMINEN JOHTAA

- PAKOTETTUIHIN AJOIHIN
- AJOIHIN, KUN AJOIKKUNA EI OLE AUKI
- PALLON "TUPUTTAMISEEN" ROLLIIN, KUN SE EI OLE AUKI
- PELKÄSTÄÄN SYÖTTÖIHIN "VAHVALLE PUOLELLE" JA VIEREEN



Ball screen –pelaaminen

”Valintapuu” 1/2



Ball screen –pelaaminen

”Valintapuu” 2/2

