

## **Jalkapallon pelikirja leikkimaailmasta tulevaisuusmaailmaan**

Jan Daniel Ivanov

Opinnäytetyö

Liikunnan ja vapaa-ajan ohjelma

3.10.2013



<b>Tekijä tai tekijät</b> Jan Daniel Ivanov	<b>Ryhmätunnus tai aloitusvuosi</b> 2009
<b>Raportin nimi</b> <b>JALKAPALLON PELIKIRJA LEIKKIMAAILMASTA TU-LEVAISUUSMAAILMAAN</b>	<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b> 38 + 47
<b>Opettajat tai ohjaajat</b> Teppo Rantala, Mika Tenhu	
<p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Pohjois-Haagan Urheilijoille pelikirja, jossa käydään läpi junioreilla käytettävä pelijärjestelmä ja pelitapa jokaiselle kenttäkoolle. Pelikirjasta tehtiin loogisesti, pala kerrallaan etenevä kokonaisuus, jossa painotetaan juniorivalmentamisen pitkäjänteisyyttä. Produkti tehtiin Pohjois-Haagan Urheilijoiden toimeksiantona.</p> <p>Pelikirjassa selitetään FC POHU:n junioreille valmennettavat pelijärjestelmät eri ikäluokissa ja pelitapa. Pelijärjestelmä kertoo kuinka pelaajat sijoittuvat kentällä suhteessa joukkueen muihin pelaajiin. Pelijärjestelmän perusteella tiedetään yksittäisen pelaajan tehtävät kentällä ja kuinka hänen tulisi siellä liikkua. Pelitapa selittää kuinka palloa liikutetaan kentällä. POHU:n junioreille pyritään valmentamaan pallonhallintapeliä, jossa tärkeää on lyhytsyöttöpeli ja palloton liike. Yhdessä, pelijärjestelmä ja pelitapa muodostavat joukkueen taktiikan.</p> <p>Jokaisen juniorivuosina käytössä olevan kenttäkoon taktiikka käsitellään pelikirjassa jakamalla peli eri osa-alueisiin. Osa-alueet on valittu Suomen Palloliiton opettaman, pelin jatkuvan kierron mukaan. Näin pelikirjaan saadaan helposti seurattava rakenne ja pelin jokainen osa-alue tulee käsitellyksi.</p>	
<b>Asiasanat</b> Pelikirja, pelijärjestelmä, pelin jatkuva kierto, taktiikka	

Degree programme in Sports and Leisure Management

<b>Authors</b> Jan Daniel Ivanov	<b>Group or year of entry</b> 2009
<b>The title of thesis</b> <b>FOOTBALL GAMEBOOK FROM PLAYWORLD TO FUTUREWORLD</b>	<b>Number of report pages and attachment pages</b> 38 + 47
<b>Advisor(s)</b> Teppo Rantala, Mika Tenhu	
<p>The objective of this thesis was to produce a gamebook, which defines the formation and the playing style for every field size in junior football in Pohjois-Haagan Urheilijat. The gamebook was made to be a logically, step-by-step, proceeding ensemble, which underlines perseverance in junior coaching. The thesis was ordered by Pohjois-Haagan Urheilijat.</p> <p>The gamebook explains the formations used in different age groups and playing style coached to FC POHU juniors. The formation explains how a player is placed on the field compared to the other players of the team. The formation explains what a single player does on the field and how he or she moves there. The playing style explains how a team moves the ball on the field. POHU juniors are to be coached in ball possession – game, in which it is important to master short passing and player movement without the ball. Together, the formation and playing style create the team tactics.</p> <p>Tactics in field sizes used in junior years are written down by dividing the game into parts. The parts are the same as they are in the constant circle of the game, taught by the Finnish Football association. By dividing the gamebook into these parts, it got a structure that is easy to follow and every aspect of the game is written down.</p>	
<b>Key words</b> Gamebook, formation, the constant circle of the game, tactics	

# Sisällys

1 Johdanto .....	1
2 FC POHU .....	4
3 Jalkapallon taktiikan historia .....	8
4 Suomen Palloliitto; pelin jatkuva kierto .....	17
5 Pelikäsitys .....	22
6 Projektin kulku .....	25
7 Pelikirjan rakenne ja sisällys .....	29
7.1 Pelikirjan esittely ja sisällys .....	29
7.2 FC POHU arviointi.....	30
8 Pohdinta .....	32
Lähteet .....	36
Liitteet.....	1
Liite 1. Pelikirja .....	1
1 Pelikirja .....	1
1.1 Esipuhe .....	1
1.2 5 vs 5 .....	5
1.3 7 vs 7 .....	11
1.4 9 vs 9 .....	24
1.5 11 vs 11 .....	36

# 1 Johdanto

Suomalainen jalkapallovalmennus on todella hajanaista eikä yhteistä toimintatapaa ole saatu juurrutettua seuroihin. Lisäksi seurojen sisällä saattaa olla todella paljon eroja valmennuksen tasossa ja siinä, miten valmennus suunnitellaan etenevän juniorivuosien aikana. Seuroissa, joissa valmennus on jaoteltu vuosikohtaisesti tai jotenkin muuten, voidaan nähdä positiivisia tuloksia. Kun valmennus etenee suunnitellulla kaavalla, voidaan seurassa olla varmoja, että tietyt asiat on käyty tiettyyn ikään läpi ja valmennuksessa voidaan edetä. Kun asiat on saatu kirjattua muotoon, joka etenee loogisesti, saadaan juniorivuosista kehitettyä monen vuoden projekti, jossa edetään pala kerrallaan. Pelikirjaan saadaan kirjattua tiettyjen ikävaiheiden taktisen osaamisen vaatimukset ja lisäksi pelipaikkakohtaisia taitoja, jolloin seurassa toimivien valmentajien on helpompi suunnitella valmennustaan. Paremmin suunniteltu valmennus tuottaa myös parempia tuloksia, jolloin päästäisiin valmennuksen päätavoitteeseen eli pystyttäisiin tuottamaan parempia pelaajia.

”Jalkapallossa kyse ei ole pelaajista tai ei ainakaan pelkästään pelaajista. Siinä on kyse muodosta ja tilasta, siitä, miten älykkäästi pelaajat on pelipaikoille sijoitettu ja miten he rooleissaan liikkuvat.” (Jonathan Wilson 2010, 9.)

Puhuttaessa joukkueen taktiikasta, puhutaan samaan aikaan joukkueen pelijärjestelmästä ja pelitavasta. Pelitapa kertoo kuinka palloa liikutetaan kentällä. Pelitapa kertoo pelaako joukkue lyhytsyöttöpeliä tai suoraviivaisempaa, pidempiä syöttöjä suosivaa peliä, kun taas pelijärjestelmä kertoo pelaajien sijoittumisesta kentällä suhteessa muihin pelaajiin. Kahden 4-4-2 pelijärjestelmällä pelaavan joukkueen ero voi olla todella merkittävä. Pelijärjestelmiä on monenlaisia ja kaikilla niillä on omat heikkoutensa ja vahvuutensa. Ei ole olemassa yhtä oikeaa tapaa pelata jalkapalloa. Tiettyinä ajanjaksoina on ollut aina omat, suosituimmat pelijärjestelmät.

Jalkapalloa on pelattu noin 150 vuotta. Tuona aikana jalkapallo on muuttunut paljon. Alkuaikojen kuljetuspeli ja seitsemän hyökkääjän pelijärjestelmien päätön juoksentelu kehittyi syöttöpeliä arvostavaksi, nopeaksi ja taktiseksi peliksi mitä se nykyään on. Kenttää hyödynnetään nykyään mahdollisimman paljon ja pelin fyysiset vaatimukset

ovat kasvaneet. 1950- ja -60-luvun ottelut näyttävät hidastetuilta verrattuna nykypäivän jalkapalloon. Jalkapallo kehittyi 11 pelaajan joukkuepeliksi, jossa jokaisella on oma rooli sekä puolustettaessa että hyökättäessä.

Jalkapallo ei ole kaavoja noudattava peli, jossa kentän kaikki tapahtumat pystytään ennakoimaan. Jalkapallo on reagointia koko ajan muuttuvaan tilanteeseen. Pelijärjestelmä auttaa tuomaan järjestystä ja muotoa pelaamiseen. Se muodostaa pelaamisen tukirangan. Pelijärjestelmän avulla tiedetään kuinka pelaajan tulisi muuttaa sijoittumistaan kentällä, kun joukkue menettää pallon, ja kuinka sijoittumisen tulisi muuttua, kun joukkue saa pallon takaisin. Kuinka se käytännössä tapahtuu, riippuu isolla kentällä 21 muun pelaajan sijoittumisesta ja pallon sijainnista. ”Täysin mekaaniset joukkueet ovat hyödyttömiä, koska niistä tulee neuvottomia, kun ne kadottavat käsikirjoituksensa. Mutta en pidä myöskään joukkueista, jotka elävät ainoastaan sooloilijoidensa inspiraatiolla, koska kun Jumala ei sytytä heitä, he jäävät täysin vastustajansa armoille.”, Marcelo Bielsa.

Kaikkien mahdollisten tilanteiden ennakointi on mahdotonta ja siksi tässä pelikirjassa esitettävät pelinrakentelu- ja hyökkäyspelaamiset ovat esimerkkejä ja antavat kuvan siitä, mitä kentällä halutaan, eivätkä ne kaavoja, joiden mukaan pelaamisen tulisi aina tapahtua. Jos pelaaminen muuttuu tietyn rakenteen itsepäiseksi noudattamiseksi, menettää peli mielikuvituksen ja ilon. Silloin peli ei ole enää jalkapalloa.

Hyvä tavoite olisi valmentaa pelaajia niin, että he osaavat toimia joukkueen ”käsikirjoituksen” mukaan, mutta myös kehittää pelaajien peliälyä mahdollisimman paljon, jotta he osaisivat sopeutua muuttuviin tilanteisiin ja paikan tullen tehdä omia, poikkeavia ratkaisuja. Yksilön ja joukkueen tulisi toimia yhteistyössä. Joukkue tarvitsee muodon, jotta sen peli pysyy järjestelmällisenä, mutta joukkue tarvitsee myös yksilöitä, jotka pystyvät tekemään jotain odottamatonta.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa pelikirja, jossa käydään läpi junioreilla käytettävä pelijärjestelmä ja pelitapa jokaiselle kenttäkoolle. Pelikirjan tarkoitus on antaa juniorivalmentajille apuväline valmennuksen suunnitteluun. POHU:ssa valmennustoiminta ei ole ollut yhtenäistä, eikä siinä ole välttämättä ollut tietynlaista suunnitelmallisuutta. Kuten minkä tahansa taidon opettaminen, tulisi taktisen osaamisen ja pelijärjes-

telmien opetteluun olla myös pala kerrallaan tapahtuvaa, pitkäjänteitä työtä. Tämän pelikirjan tavoitteena on auttaa valmentajia ymmärtämään mikä on päätavoite juniorivalmentamisessa, ja miten se pyritään saavuttamaan. Samankaltaisia pelikirjoja on Suomessa muutamia.

Tässä pelikirjassa käydään läpi FC POHU junioreiden käyttämä polku pienen kentän pelijärjestelmistä kohti isoa kenttää. Pelikirja käsittää yhden pelijärjestelmän jokaiselle kenttäkoolle ja ne muodostavat polun kohti ison kentän pelijärjestelmää. Pelijärjestelmät valittiin, jotta ne tukisivat pelaajan kehitystä mahdollisimman hyvin ja tekisivät siirtymiset pienemmästä kenttäkoosta isompaan mahdollisimman kivuttomiksi. Näin pelaaja pystyy suuntaamaan enemmän energiaa yksilötaitojen kehittämiseen eikä kenttäkoon muutos aiheuta täydellistä muutosta ajatteluun jalkapallosta.

## 2 FC POHU

FC POHU, Pohjois-Haagan Urheilijat ry., on Länsi-Helsingin alueella toimiva jalkapallon erikoisseura, jossa pelataan myös futsalia. Toiminta käsittää sekä lapsia, nuoria että aikuisia, ja pelaajien kokonaislukumäärä on yli 500. Lapsien ja nuorten jalkapallossa POHU toimii kasvattajaseurana. FC POHU on nimennyt tehtäväkseen tarjota lapsille ja nuorille mahdollisuuden harrastaa jalkapalloa sekä harrastus- että kilpailumielessä. Tavoitteeksi on myös asetettu, että POHU pystyy tarjoamaan hyvän kasvuympäristön lapselle tai nuorelle. POHU pyrkii näihin tavoitteisiin tasapuolisesti kaikkien pelaajien osalta ja lisäksi auttamaan pelaajaa kehittymään. Tarvittaessa seuran tulee auttaa pelaajaa löytämään uusia haasteita muualta, jos niitä POHU ei pysty tarjoamaan niitä tarpeeksi. (FC POHU 2012, 2.)

Pohjois-Haagan kaupunginosan rakentaminen aloitettiin 1950-luvun alussa. Vuoden 1957 alkuun mennessä Pohjois-Haagassa oli noin 10 000 asukasta, joista iso osa oli lapsia. Lapsien huomattava määrä loi tarpeen urheiluseuralle ja joukko haagalaisia lähti ajamaan asiaa eteenpäin. Seuran perustava kokous pidettiin 15.11.1957. (Huttunen 2007, 7.)

Aluksi FC POHU:n toiminta käsitti jalkapallon lisäksi myös paljon muita lajeja. POHU:n toiminnassa tapahtui muutos 1978 ja tuolloin muut lajit jätettiin kokonaan pois toiminnasta. (Huttunen 2007, 28.)

Vuonna 1983 junioritoiminta oli heikoimmillaan ja olosuhteita tuolloin kuvaa hyvin varustus joukkuetta kohti: pelipaidat ja yksi pallo. Vuonna -83 POHU:ssa oli vain kaksi juniorijoukkuetta, jotka pelasivat piirisarjan loppuun. Junioritoimintaa aloitettiin tuolloin hitaasti elvyttämään ja vuonna -87 joukkueita oli jo kahdeksan ja junioritoiminnassa edistytään jo paljon nopeammin. Samana vuonna, 1987, päätettiin myös, että jokainen joukkue saisi FC POHU:ssa tasa-arvoisesti seuran palveluita ja taloudenpitoa. Siihen asti miesten edustusjoukkueella oli ollut erityisasema seuran sisällä. Seuran toiminta oli jatkuvasti alijäämäistä, mutta taloudellisten tasapainotustoimenpiteiden ansiosta seura saavutti nollatuloksen vuonna 1990. (Huttunen 2007, 33.)



Vuosi	1983	1984	1985	1986	1987	1988	1989
Joukkueita piirisarjassa	2	3	4	5	8	10	16

(Huttunen 2007, 33.)

Seuran junioritoiminnassa tehtiin läpimurto vuosina 1988–1997. FC POHU:n ensimmäinen tyttöjoukkue perustettiin 1988. Puolitoista vuotta myöhemmin (1990) POHU:lla oli tyttöjoukkue jokaisessa ikäluokassa, joista nuorimmat 7- vuotiaita. Poikajoukkueiden määrä alkoi tuolloin (1990) lähestyä maksimiaan ja päätettiin keskittyä valmennustason nostamiseen. Tuolloin haluttiin yhdenmukaistaa ja samalla kehittää juniorijoukkueiden kasvatuksellisia periaatteita. Pelaajille ei haluttu menestymispakkoa jo 10- vuotiaana vaan valmennuksessa pyrittiin tasa-arvoisesti kaikkien pitkäjänteiseen kasvattamiseen ja valmentamiseen. Jotta edellä mainitut asiat voisivat teoriassa toteutua POHU kirjasi ylös muutamia edellytyksiä; Junioritoiminnan jatkuvuus haluttiin tulevina vuosina varmistaa, vapaaehtoisia olisi löydettävä seuran työntekijöiksi, joukkueisiin haluttiin riittävä määrä koulutettuja valmentajia (vähintään kaksi joukkuetta kohti) ja joukkueiden olisi saatava riittävästi harjoitusvuoroja. Tärkeimpänä pidettiin harjoitusmahdollisuuksien parantamista. (Huttunen 2007, 34–35.)

Seuran toiminnan suunnitelmallisuuteen panostettiin laatimalla viisivuotiset toiminta- ja taloussuunnitelmat vuosille -90–94 ja -95–99. Yhtenä niiden perusideana oli, että miesten edustusjoukkueet saisivat tulevaisuudessa pelaajansa FC POHU:n oman juniorityön kautta. Junioritoimintaan panostaminen tuotti tulosta ja vuonna 1997 FC POHU:ssa pelasi 15 poikien ja 4 tyttöjen joukkuetta. (Huttunen 2007, 35–36.)

2000- luvun lähestyessä listattiin uuden tavoitteet. Talviolosuhteiden parantaminen, valmentajien osaamisen kehittäminen ja juniorijoukkueiden koossapitäminen olivat osa vuonna -98 listatuista tavoitteista. POHU linjasi, että se ei tee kasvatustyötä vain sosiaalisten hyötyjen vuoksi vaan saadakseen myös pelaajia edustusjoukkueisiinsa. Tärkeätä oli siis löytää tasapaino tavoite- ja harrastejalkapallon välille. POHU linjasi myös, että seuran tarjoamia palveluita on parannettava. Silloin jo ymmärrettiin, että koko ajan kas-

vava tiedon, koulutuksen ja työn määrä vaatisi tulevaisuudessa palkattuja toimihenkilöitä. (Huttunen 2007, 36.)

FC POHU asetti tavoitteekseen tarjota oman toiminta-alueensa sisällä kaikille mahdollisuuden harrastaa jalkapalloa seurassa. Suurin ongelma olisi löytää oikeat periaatteet tavoitteellisen jalkapallon ja harrastejalkapallon toimintaan samanaikaisesti. Tärkeää olisi antaa kaikille mahdollisimman hyvää valmennusta ensimmäisinä vuosina, jotta pelaajan olisi myöhemmin helpompi valita tavoitteellinen jalkapallo. Ensimmäisiä vuosia voidaan pitää jopa tärkeämpinä pelaajakehityksen kannalta. Laadukkaan palvelun tarjonnassa tärkeää on myös vanhempien vapaaehtoistyö. (Huttunen 2007, 39–40.)

2007 julkaistussa POHU:n historiajulkaisussa pohdittiin mitkä olisivat tärkeitä junioritoiminnan tavoitteita tulevaisuudessa. Viiden seuraavan vuoden tavoitteiksi asetettiin mm., että POHU:n junioritoiminta kattaisi sekä tyttö- että poikajalkapallossa kaikki ikäluokat. Tärkeänä pidettiin myös, että lahjakkaille, ja lisäharjoitusta haluaville junioreille, pystyttäisiin tarjoamaan ylimääräisiä talenttiharjoituksia talvisin halliolosuhteissa. Lisäksi POHU:n valmentajatoimintaan haluttiin kehitystä, jotta POHU:n junioreilla olisi yhtenevä pelitapa, jonka muut tunnistaisivat POHU:ksi. (Huttunen 2007, 41.)

Vuonna 2013 lokakuun alussa FC POHU:ssa oli tyttöpelaaajia 68. Pojissa vastaava luku oli 277. Luvut saatiin seuran käyttämältä myclub.fi jäsenrekisterisivulta. Joukkueen P00 jäsenmäärä saatiin joukkueelta itseltään, koska heillä myclub oli vaillinaisesti täytetty. Luvuissa voi esiintyä virheitä sillä pelaaja on saattanut lopettaa kesken kauden, mutta häntä ei ole poistettu joukkueen myclub-rekisteristä. Mahdollinen virhe esitetyissä koko seuran pelaajamäärissä on noin 5 %.

Taulukko 1: Pelaajien lukumäärät joukkueittain tytöissä

Joukkue	T07-09	T05-06	T03-04	T00
Pelaajien määrä	11	20	17	20

Taulukko 2: Pelaajien lukumäärät joukkueittain pojissa:

Joukkue	P08	P07	P06	P05	P03-04	P02	P01 FC	P01 SIN	P00	P98-99	P95
Pelaajien määrä	15	13	29	16	21	21	19	26	19	53	24

### 3 Jalkapallon taktiikan historia

#### Alku

”Alussa oli kaaos, ja jalkapallo ilman muotoa”, kirjoittaa Jonathan Wilson kirjassaan *Pelien peli* (2010, 16).

Yksi ensimmäisistä otteluista, josta voidaan sanoa tarkasti pelaajien ryhmitys kentällä, oli myös kaikkien aikojen ensimmäinen maaottelu, Skotlanti-Englanti, vuonna 1872. Charles W. Alcock kuvaili Englannin pelijärjestelmän koostuvan seitsemästä hyökkääjästä ja neljästä pelaajasta, jotka vastasivat puolustuksen kolmesta linjasta. Maalivahti muodosti viimeisen linjan. Maalivahdin edessä oli yksi puolustaja ja puolustajan edessä kaksi hyökkääjää. Nykyisillä tavoilla merkittynä pelijärjestelmä olisi siis ollut 1-2-7. Skotlannin kerrotaan käyttäneen pelijärjestelmää 2-2-6. (Wilson 2010, 22.)

Tuon ajan joukkuepelissä oli ideana pallollisen pelaajan tukeminen, jossa tarkoituksena oli, että joukkueen muut pelaajat ryhtyivät pallollisen pelaajan läheisyyteen, jotta he olisivat lähellä, valmiina auttamaan tarvittaessa. Muiden pelaajien tehtävä oli saada pallo itselleen jos pallollinen pelaaja sen sattui menettämään tai hänen etenemisensä pysäytettiin. (Alcock 1874, 83.) Wilsonin (2010) mukaan tätä pelityyliä kutsutaan kuljetuspeliksi ja sen syrjäytti syöttöpelä. Termiä ”yhdistelmäpeli” (combination game) käytti ensimmäisenä virallisessa julkaisussa C.W. Alcock. Alcock kuvaili yhdistelmäpeliä sanomalla, että ” – mikään ei tuota yhtä hyvää tulosta kuin yhdistelmäpeli”. (Alcock 1874.) Jalkapallo lähti kehittymään nopeasti ja 1891 Alcock kuvaili, että jo siihen mennessä joukkueet olivat täysin erilaisia koneistoja, kuin mitä ne olivat vain 10 vuotta aikaisemmin (Alcock 1891, 287).

On skotlantilaisen jalkapallon ansiota, että jalkapallo lähti kehittymään kohti sitä peliä, jota nykyään pelataan. Heidän ajattelutapansa jalkapallon pelaamisesta oli englantilaisia sivistyneempi ja ilman heitä, jalkapallosta olisi voinut kehittyä vain yksi rugbyyn muoto. Skotlannissa tajuttiin syötellä palloa pelaajalta pelaajalle, mutta peliin sisältyi myös kuljettamista. Jalkapalloa mainostetaan englantilaisena pelinä, mutta todellisuudessa jalkapallo oli skotlantilainen keksintö. Skotlantilaisten oli pakko kehittää tapa, jolla he pärjäi-

sivät englantilaisille, koska fyysisesti englannin pelaajat olivat isompia ja vahvempia. Syöttöpeli oli erinomainen ratkaisu ongelmaan. 16 ensimmäisestä virallisesta maaottelusta maiden välillä Skotlanti voitti 10, Englanti kaksi ja neljä päättyi tasapeliin. (Barcley 2013)

Britti-imperiumin leviäminen auttoi myös jalkapallon leviämistä ympäri maailman. Missä ikinä olikaan brittejä, he veivät sinne mukanaan jalkapallon. Aluksi myös muualla pelattiin jalkapalloa kuin Britanniassa; Kaikki piti tehdä samalla tavalla aina pelaajien ulkonäöstä pelijärjestelmiin ja pelitapaan. Lopulta asioita haluttiin muokata Brittien tyylistä, ja Keski-Euroopassa ja Etelä-Amerikassa jalkapallo alkoikin kehittyä omiin suuntiin. 1880-luvulla suosituksi tullut pelijärjestelmä, 2-3-5 (Wilson 2010, 27), säilyi, mutta tyyli, jolla sitä käytettiin, oli toinen. Kun muut kehittivät jalkapalloa hienostuneemmaksi ja keskittyivät syöttöpeliin, Britanniassa jatkettiin fyysisen ja karskin pelin ihannoinnilla. (Wilson 2010, 31–32.)

## **1920- luku**

Muutos kuljetuspelistä syöttöpeliin vaikutti pelijärjestelmien kehittymiseen. Hyökkääjien määrä väheni ja lopulta alkoi vakiintua uusi pelijärjestelmä, 2-3-5, pyramidi. Pyramidista tuli se ”oikea” pelijärjestelmä ja se pysyikin suosituimpana pelijärjestelmänä aina vuoteen 1925, jolloin jalkapallo muuttui uuden paitsiosäännön vuoksi. Aiemman paitsiosäännön mukaan hyökkääjän ja maaliviivan välissä tuli olla kolme vastustajan pelaajaa (maalivahti ja kaksi alinta pelaajaa). Uuden säännön mukaan hyökkääjän ja maaliviivan välissä tuli olla kaksi pelaajaa, eli maalivahti ja joukkueen alin pelaaja. (Wilson 2009.)

Uudenlainen paitsiosääntö teki mahdolltomaksi entisen puolustamistyylin, jossa yksi puolustaja pelasi korkeammalla kuin toinen, lähellä puolta kenttää ja toinen pyrki vain varmistamaan alempana. Tämä pelitapa aiheutti peleihin paljon paitsioita. Uusi paitsiosääntö teki kyseisestä puolustustavasta tehottoman, koska nyt paitsiolinja määräytyi alimman kenttäpelaajan, ei toiseksi alimman, mukaan. Paitsioiden määrä väheni ja maailmäärä kasvoi rajusti; Kaudella 1925–26 tehtiin 6373 maalia, kun edelliskaudella maailmäärä oli 4700. (Carosi 2010, 6.) Uusi paitsiosääntö aiheutti muutoksen käytetyissä

pelijärjestelmissä. Kun ennen kaksi puolustajaa pelasivat lähellä toisiaan, uuden paitsiosäännön myötä puolustajia tarvittiin leveämmällä, lähempänä laitoja. Jotta puolustaja pystyivät pelaamaan leveällä, tulisi puolustajien määrää lisätä. (Carosi 2010, 7.) Syntyi WM- pelijärjestelmä, 3-2-2-3, jossa uutena pelaajatyypinä oli keskuspuolustaja, toppari. WM koostui kolmesta puolustajasta, kahdesta keskustukimiehestä, kahdesta välihyökkääjästä ja kolmesta hyökkääjästä. (Wilson 2010, 55.)

## **1940- ja 50- luku**

1940- luvun Neuvostoliiton jalkapallo toi uuden kehitysaskelen; Siihen asti pelaajat olivat pelin sisällä pitäneet omat pelipaikkansa ja oikeastaan juosseet ylös alas kenttää omaa ”raidettaan” pitkin. Tämän vuoksi suurin osa joukkueista puolustikin miesvartiointilla. Boris Arkadijevin Moskovon Dynamo, toi peliin nk. ”hallitun kaaoksen”. (Wilson 2010, 80–84.) Arkadijev oli huomannut, että jos hyökätessä neljä hyökkäävää pelaajaa liikkuvat normaalisti omalla alueellaan ja tähän lisäsi yhden diagonaalisesti, eli viisitoon, kentällä juoksevan pelaajan, oli joukkuetta vastaan puolustaminen vaikeampaa. Juoksujen suuntaaminen näin teki hänet helpommin pelattavaksi. (Wilson 2008.) Arkadijevin tavoitteena olivat todella liikkuvat keskikenttä ja hyökkäyslinja (Wilson 2012).

WM- pelijärjestelmä saapui Neuvostoliittoon jo täysin kehittyneenä, ja pikku hiljaa alkoi kehittyä eteenpäin. Lopulta yksi tukimiehistä (puolustuslinjan edessä pelaavat kaksi) tippui puolustuslinjaan ja toinen välihyökkääjistä (hyökkäyslinjan alapuolella pelaavat kaksi) tippui paikkaamaan syntynyttä aukkoa. Hitaasti pelijärjestelmä alkoi muuttua kohti 4-2-4 ja joidenkin historioitsijoiden mukaan Arkadijev olikin ensimmäinen valmentaja, joka käytti sitä. (Wilson 2010, 85.) Yleisesti 4-2-4 -järjestelmällä ajatellaan olevan monta kehittäjää. Samoihin aikoihin sitä alettiin käyttämään myös Etelä-Amerikassa. (Wilson 2010, 119.)

Käytännössä 4-2-4 -järjestelmällä ei ikinä pelattu numeroiden kertomalla tavalla, koska muuten kaksi keskikenttämiestä jäivät selvästi alakynteen. Hyökätessä muodostelma oli useimmiten 3-3-4 ja puolustettaessa 4-3-3, mikä tarkoitti, että hyökätessä yksi puolustuslinjan pelaaja nousi mukaan keskikentälle ja puolustettaessa yksi hyökkääjä tippui keskikentälle. (Wilson 2010, 119.)

4-2-4 levisi nopeasti ja sai suosiota. Sen mukana kehittyi kaksi isoa muutosta peliin: aluepuolustus ja toisen keskushyökkääjän laskeutuminen vähän toista alemmas. Kaksi keskikenttäpelaajaa tarkoitti, että laidoilla oli paljon tilaa, mikä rohkaisi laitapuolustajia nousemaan mukaan hyökkäyksiin. Tämän vuoksi puolustaminen ei enää ollut mies miestä vastaan -peliä, vaan laitapuolustajan noustessa jäi puolustukseen vielä kolme pelaajaa. Toisen keskushyökkääjän jääminen hieman toista alemmas muodosti linkin keskikentän ja hyökkääjien välille. (Wilson 2010, 119–120.)

50-luvun lopulla englantilainen Alf Ramsey alkoi kehittää Ipswichin managerina uudenlaista pelijärjestelmää, 4-3-3, joka muistutti muuten Brasilian vuoden 1962 vinoa 4-3-3 -järjestelmää muuten paitsi pelityyliltään. Pelityylissä oli ratkaisevaa nopeat lähdöt hyökkäyksiin ja tavoite päästä maalintekopaikkoihin vähillä syötöillä. Ramsey itse sanoi kolmen syötön hyökkäyksen olevan ihanteellisimmat. Vuonna 1961 Ramsay nimettiin Englannin manageriksi. (Wilson 2010, 142–143.) Wilsonin mukaan (2010, 146) Ramseyn 4-3-3 -järjestelmässä oli 4 puolustajaa, kolme keskikenttää, joista yksi oli keskellä ja kaksi laidoilla, jotka pelasivat laitapelaajina, eivät laitalinkkeinä ja kolme hyökkääjää. Vuonna 1966 Ramsay paljasti pelijärjestelmänsä viimeisen kehitysasteen. Vaikka pelijärjestelmää kutsuttiinkin yhä 4-3-3, oli se kehittynyt muotoon 4-1-3-2, jossa yksi hyökkääjästä, Bobby Charlton, pelasi selvästi muita hyökkääjiä alempana (Wilson 2010, 148).

## **1960-luku ja Viktor Maslov**

Jalkapallo on nopeutunut huikeasti esimerkiksi 1950-luvun jalkapallosta. Tuolloin pelaajalla oli enemmän aikaa pallon kanssa ja pallollisella saattoi olla monta metriä aikaa kiihdyttää ja harhauttaa vastustajan pelaaja. Varsinaisen nykyaikaisen prässin kehittäjänä pidetään italialaista Arrigo Sacchia, jonka 1980-luvun AC Milanin kutsuttiin vallankumoukselliseksi. Prässäämisen ideana on pienentää pelitilaa, puristaa peli kasaan, mikä erottaa nykyjalkapallon vanhasta. Prässipelin alkuperäinen isä on kuitenkin venäläistä Viktor Maslovia, jota kutsutaan jopa nykyjalkapallon isäksi. (Wilson 2010, 151.) Ennen Maslovia joukkueet antoivat vastustajalle aikaa pallon kanssa, mutta prässipeli pyrki ottamaan vastustajan pallolliselta pelaajalta sekä tilan että ajan pois. Maslovin idea jalkapallosta vaati fysiikkaharjoittelua uudella tasolla. Tämänlainen pelaaminen vaati pa-

rempaa juoksukuntoa ja taktista osaamista pelaajilta. Vaikka prässääminen oli vallankumouksellinen uudistus, se ei tullut käyttöön yleisesti vielä monen vuoteen. (Beegan, 2012.)

Prässäämisen lisäksi Maslov toi takaisin jalkapalloon jo unohdetun asian, aluepuolustuksen, jota Brasilia käytti ensimmäistä kertaa 1954 ja, jonka avulla Brasilia oli menestynyt niin hyvin 1958 ja 1962 kisoissa. Maslovin mukaan ”miesvartiointi nöyryyttää, loukkaa ja jopa sortaa moraalisesti pelaajia, jotka turvautuvat siihen”. Aluepuolustus vaatii järjestelmällisyyttä ja yhteisymmärrystä pelaajien välillä. Aluepuolustamisessa puolustajan ei ole vain tarkoitus seurata vastustajaa omalla alueellaan vaan siirtyä myös tukemaan toista puolustajaa pois omalta alueelta, jos tämän alueella on liikamiehitystä. Silloin jonkun toisen pelaajan tulee varmistaa, ettei kukaan pääse puolustajan alkuperäiselle alueelle vartioimatta. (Wilson 2010, 157–158.)

Maslovin ajattelu jalkapallosta oli edellä aikaansa. Hän kehitti prässäämisen ja aluepuolustamisen, joilla asetettiin perusta jalkapallon kehitykselle tulevaisuudessa, mutta sen lisäksi hän mm. ennusti, että tulevaisuudessa käytettäisiin vain yhtä hyökkääjää ja salli myös pelaajien liikkumisen kentällä vapaammin. Yksi Maslovin pelaajista Kiovassa, Szabo, kuvaili Maslovin järjestelmää seuraavasti: ”Isoisän luoma 4-4-2-järjestelmä oli vain nimellinen ohje; pelin aikana kaikki muutokset olivat mahdollisia.”. Kuvaus saa Maslovin tavoitteleman pelin kuulostamaan Hollannissa 60-luvun lopulla ja 70-luvulla kehittyneeltä Total Footballilta. (Wilson 2010, 162–163.)

## **Total Football**

Wilsonin (2010, 214) mukaan 1960-luvun Amsterdam oli nuorten kapinan pääkaupunki, jota kuvailtiin ennen sitä tylsänä ja vakavamielisenä kaupunkina. Hollantilaista jalkapalloa kuvailtiin myös vakavamieliseksi ja vanhanaikaiseksi. Vielä 1948 Hollannin maajoukkue käytti todella vanhentunutta 2-3-5-järjestelmää. Hollannin jalkapallo lähti 60-luvulla nousuun, jota auttoivat rajatun ammattilaisuuden käyttöönotto ja WM-järjestelmän sivuuttaminen kokonaan. Sen vuoksi käytössä ei ollut koskaan tiukkaa miesvartiointia. (Wilson 2010, 211–212.)



Amsterdamissa tapahtuneella kulttuurisella vallankumouksella ja Hollannin jalkapallon vallankumouksella on yhteyksiä. Vanhat ajattelutavat, rakenteet ja perinteet pyrittiin kyseenalaistamaan. (Wilson 2010, 215.) Total Footballia kuvaillaankin joskus kentällä näkyneeksi hippiliikkeeksi, joka valloitti Euroopassa 1960-luvulla. Hollantilainen Rinus Michels kehitti Total Footballin, totaalisen jalkapallon. (Smith, 2013.) Michels käytti aluksi 4-2-4- järjestelmää, mutta päätyi myöhemmin siihen lopputulokseen, että pallon riistäminen takaisin neljän hyökkääjän järjestelmällä on vaikeaa. Michels päätyi käyttämään 4-3-3-järjestelmää, jossa yksi toppari pelasi liberona ja nousi joukkueen hyökätessä osaksi keskikenttää, jolloin ryhmitys oli 3-4-3. (Wilson 2010, 218.)

Michelsin mielestä jalkapallossa oli kyse tilasta ja sen hallinnasta. Pallollisen joukkueen kannatti tehdä kentästä isompi, jotta tilaa olisi enemmän pallon hallitsemiseen. Pallottoman taas kannatti tehdä kentästä pienempi, jotta vastustajan olisi vaikeampi pitää palloa. Michels rohkaisi pelaajiaan vaihtelevaan pelipaikkoihin keskenään. Yhden pelaajan tehdessä liikkeen pois omalta alueeltaan, toinen tuli paikkaamaan. (Wilson 2010, 211.) Michelsin jalkapallossa käytettiin aktiivisesti hyökkäviä laitapuolustajia, vapaasti pelin mukaan, ilman rajoituksia, liikkuvia keskikenttiä ja hyökkääjiä, joka ei pelannut vastustajan puolustuslinjassa vaan sen alapuolella. (The Independent 2005.)

## **1980- luku**

1960 ja -70-luku olivat jalkapallossa häikäisevän yksilötaidon aikakausia. Noiden vuosikymmenten aikana jalkapallo alkoi muuttua kohti taktisempaa ja järjestelmällisempää peliä. Kentällä ei enää ollut tilaa niin kuin ennen. Vuoden 1982 MM-kisojen ottelua, Italia-Brasilia, pidetään eräänlaisena muutoskohtana. Brasilia oli tuonut todella taitavan joukkueen kisoihin ja se pelasikin häikäisevää jalkapalloa, mutta se ei enää riittänyt. (Wilson 2010, 255.) Yhden Brasilian pelaajan, Zicon, mukaan tuona päivänä jalkapallon tulevaisuus muuttui hyvin erilaiseksi siitä, mitä se olisi voinut olla. Hänen mukaansa jalkapallo alkoi kehittyä tuolloin kohti tulostavoitteellisempaa, jossa vastustajan pelin rikkomisesta tuli tärkeämpää. (Football Italia staff 2012.) Zicon mukaan jalkapallo kuoli tuona päivänä (Adams 2011).

Jalkapallossa on läpi historian ollut tapana lisätä puolustajien määrää; ensin oli pyramidi ja sen kaksi puolustajaa. Sitten WM-järjestelmän myötä määrä nousi kolmeen ja vuoden 1958 jälkeen neljään. Argentiinan valmentaja Carlos Bilardo toi vuonna 1986 uuden järjestelmän, jossa puolustajien määrä tavallaan laski, mutta samalla nousi. Bilardo ajatteli, että jos ei enää käytetty laitureita niin silloin laitapuolustajatkin olisivat turhia. Laitapuolustajista oli koko ajan tulossa hyökkäävämpiä, joten olisi loogista alkaa peluutta heitä keskikentällä. Uusi pelijärjestelmä oli 3-5-2. Jos laidoilla käytettiin keskikenttämiehiä, järjestelmä oli hyökkäävä, mutta jos laidoilla käytettiin laitapuolustajia, muodostui järjestelmäksi 5-3-2, käännetty pyramidi. (Wilson 2010, 258.)

### **Uusi vuosituhat ja uuden alku**

Vuosien varrella jalkapallosta olivat ensin kadonneet laitalinkit ja lopulta myös laitapuolustajat. Tämä sai aikaan pelijärjestelmiä, joissa ongelmaksi muodostui hyökkäyksien kapeus. Jos suurin osa hyökkäyksistä tulee keskeltä, on puolustavan joukkueella helppo työ tukkia keskusta ja pakottaa vastusta kaukolaukauksiin ja muihin vähemmän laadukkaisiin maalipaikkoihin. (Wilson 2010, 317.) Järjestelmän, puolustuksen ja prässäämisen ihannointi tuotti ideologian, jossa lihaksista tuli merkityksellisempiä kuin taidosta. Käytännönläheisyys hallitsi, ottelut olivat vähämaalisia ja tulevaisuuden jalkapallo vaikutti tylsältä. Vuosituhannen vaihteessa tilanne alkoi muuttua. Peli oli hyökkäävintä kahteenkymmeneen vuoteen ja vuoden 2000 EM-turnausta voidaankin pitää modernin aikakauden parhaana turnauksena. Laitureita alettiin taas käyttää. (Wilson 2010, 310–311.)

1980-luvulla Maslovin ennustus toteutui ja alkoi näkyä joukkueita, jotka pelasivat yhdellä hyökkääjällä. 1990-luvun lopulla Euroopassa levisi uusi pelijärjestelmä, 4-2-3-1. Viiden miehen keskikenttä pystyi olemaan puolustava tai hyökkäävä järjestelmä. Se määräytyi joukkueen pelitavan mukaan. Yleensä puolustavammalla pelijärjestelmällä pelityyli oli suoraviivaisempi. Puolustettaessa pallon alapuolella olisi 9 miestä, jolloin tavoitteena oli joukkueen saadessa pallo pelata pallo kärjelle ja toivoa, että tämä jaksaa pitää palloa kunnes muut ehtivät mukaan. Jos pelissä pyrittiin pitämään palloa ja etenemään lyhytsyöttöpelillä, on viiden pelaajan keskikentästä hyötyä, koska syöttösuuntia on paljon. 4-2-3-1 oli luonteva kehitysvaihe, kun kahden hyökkääjän järjestelmissä alettiin peluuttamaan toista hieman alempana. (Wilson 2010, 331.)

Viiden pelaajan keskikentästä on nykyään monta eri versiota: 4-2-3-1, 4-3-2-1 (nk. Jouluuusi) ja moderni 4-3-3, joista tavallisin on viimeisenä mainittu. Moderni 4-3-3 ei juurikaan muistuta vuoden -62 Brasiliaa, joka oli oikeastaan toispuolinen 4-2-4. Se on ennemminkin muunneltu 4-5-1. Tästä huomaa myös merkittävän viimeaikaisen muutoksen jalkapallon taktisessa ajattelussa; enää ei ole selvästi kolmea linjaa, puolustusta, keskikenttää ja hyökkäystä. Modernissa 4-3-3:ssa on yksi hyökkääjä ja kaksi laitalinkkiä ylimmässä linjassa. (Wilson 2010, 333–334.)

Uusin muutos pelijärjestelmissä koskee hyökkääjää. Enää ei riitä, että hyökkääjä on maalintekijä. Hyökkääjältä ei välttämättä edes vaadita maaleja. Nykyään hyökkääjältä vaaditaan enemmän. Ei riitä, että hyökkääjä on vain kohdepelaaja, maalintekijä tai fyysisesti väkevä. Heidän tulee myös olla taitopelaajia, osata keskittää ja luoda peliä. (Wilson 2010, 337–338.) Maslov sanoi, että jalkapallo on kuin lentokone, joka muuttuu koko ajan virtaviivaisemmaksi. Hän ennusti, että lopulta olisi vain yksi kärki, mutta se ei välttämättä ole kehityksen päätepiste. 2000-luvulla alettiin puhua hyökkääjättömästä pelijärjestelmästä, 4-6-0-järjestelmästä, joka myös toteutui, kun Roma käytti Francesco Tottia kärjessä kaudella 2006–07. (Wilson 2010, 338–339.)

Tämän kaltaista hyökkääjää, jota kutsutaan nimellä ”False 9”, on nähty ennenkin historiassa, mutta sitä ei ole ennen käytetty samassa mittakaavassa kuin nykyään. Kyseisen hyökkääjätyypin ideana on, että hän tekee liikkeitä vastaan, irti puolustuslinjasta, jolloin hän pääsee pelinrakenteluun mukaan. Hyökkääjän liikkeiden tavoitteena on saada vastustajan puolustaja seuraamaan häntä, jolloin puolustuslinjaan syntyy aukkoja. Tunnetuin False 9 on Lionel Messi. (Tighe 2012)

## **Tulevaisuus**

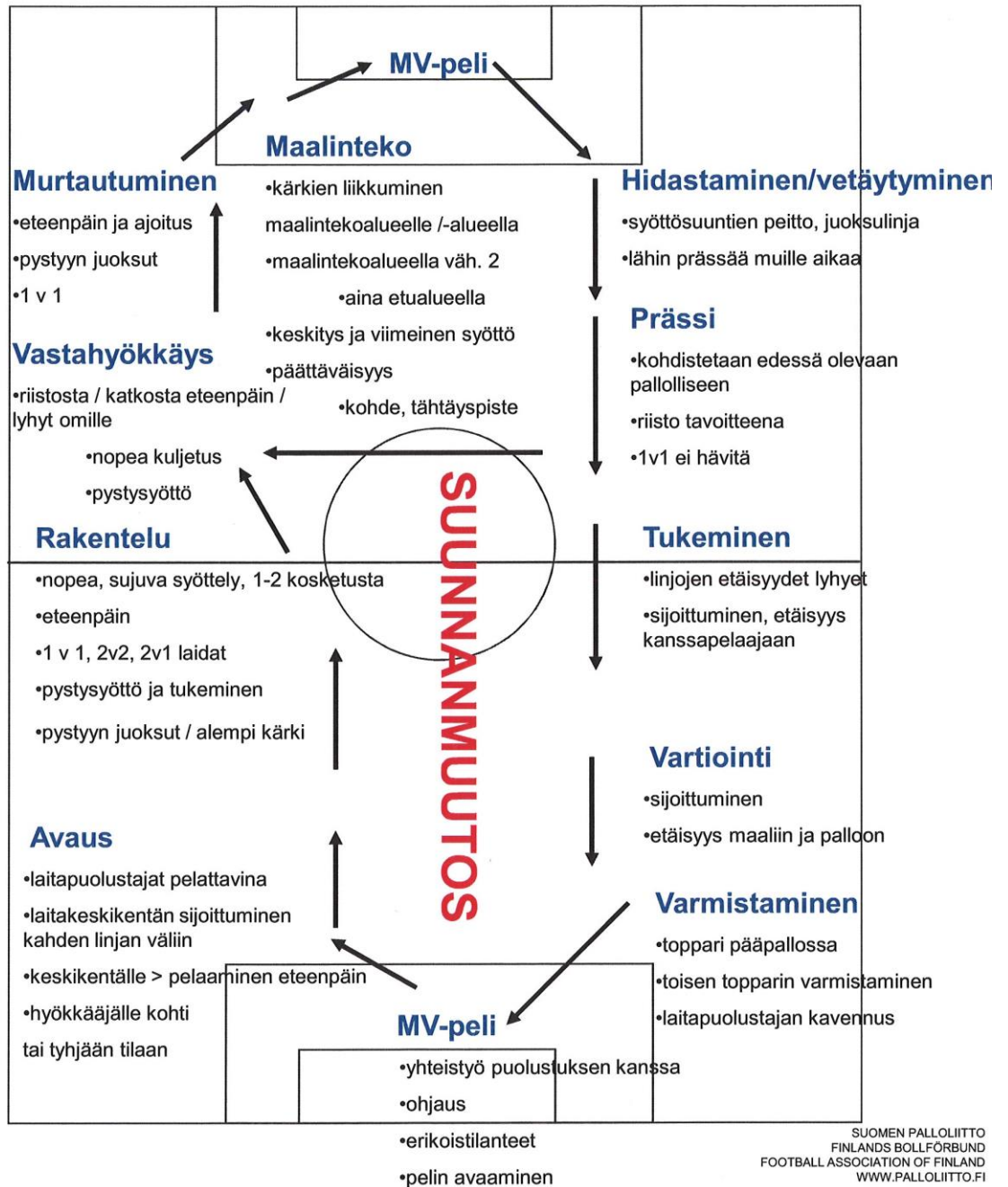
Jalkapalloa on tutkittu jo noin 150 vuoden ajan. Jotkut väittävät jopa, että jalkapallo on tullut tiensä päähän. Mm. Roberto Mancini sanoi, että jalkapallon kehittyminen tulevaisuudessa ei liity taktiikkaan vaan pelaajien fyysiseen valmennukseen. Tämä olettaus voikin olla lähellä totuutta. Enää taktinen uutuus ei saa aikaan yhtä radikaalia vaikutusta kuin ennen. Silti yllätyksiä tapahtuu. Esimerkiksi Kreikan Euroopan mestaruus 2004 oli

esimerkki tällaisesta. Kreikka ei tällöin kuitenkaan tuonut uutta vaan yllätti vastustajat käyttämällä jotain vanhaa, johon muut olivat unohtaneet puolustuskeinot. Kun muut pelasivat neljän miehen puolustuslinjalla, Kreikka käytti liberoa ja kolmea miesvartioidjaa. Puolustusta paransi viiden miehen keskikenttä. Kreikka tyytyi olemaan ilman palloa, ottamaan tilan pois vastustajan hyökkääjiltä ja luottamalla vastahyökkäyksiin. Taktikka oli niin yllätyksellinen, että Kreikka pystyi hallitsemaan otteluita ilman palloa. Jalkapallossa ovat pelipaikat ja pelaajatyypit muuttuneet paljon historia aikana. Nykyään kehitys on johtamassa kohti moniosajia. Pelkkä fyysisyys, voima tai taito eivät enää riitä yksinään vaan pelaajilla tulisi olla kaikkia niitä. (Wilson 2010, 341–343.)

## 4 Suomen Palloliitto; pelin jatkuva kierto

Tässä luvussa esittelen pelin jatkuvan kierron. Pelin jatkuva kierto on Suomen Palloliiton käyttämä yleinen kuvaus tapahtumista ja niiden kulusta jalkapallopelissä. Pelin aikana joukkueen ja pelaajien rooli muuttuu koko ajan sen mukaan, kenellä on pallo ja missä osassa kenttää palloa pelataan. Suomen Palloliiton pelin jatkuvan kierron tarkoituksena on selkiyttää valmentajalle, mitä kaikkea kentällä tapahtuu ja miten joukkueen tai pelaajan rooli muuttuu jatkuvasti pelin aikana. Peli jaotellaan osa-alueisiin, joita valmentajan kannattaa huomioida valmennuksen suunnittelussa. Mistä kaikista osista hyökkäyspelaaminen muodostuu? Entä puolustuspelaaminen? Miten otan osat huomioon valmennuksen suunnittelussa?

# PELIN JATKUVA KIERTO



Kuva 1: Suomen palloliiton (2010) mukaan peli jaetaan jalkapallossa pallolliseen ja pallottomaan peliin. Pallolliseen peliin kuuluu maalivahtipeli, pelin avaaminen, pelinrakentelu, vastahyökkäys, murtautuminen ja maalinteko. Pallonmenetyksen jälkeen joukkueesta tulee palloton ja hyökkäyspelaaminen muuttuu puolustamiseksi. Pallottomaan

peleihin kuuluu hidastaminen/ vetäytyminen, prässä, tukeminen, vartiointi, varmistaminen ja maalivahtipeli. Sekä pallollisen että pallottoman pelin osa-alueet on lueteltu siinä järjestyksessä missä ne kentällä tapahtuisivat. Poikkeuksena vastahyökkäys, joka syntyy pallonriistosta prässin aikana ja siksi siinä ei ole mukana pelin avaamista tai pelinrakentelua.

Pelinavaamista on olemassa sekä hidasta että nopeaa. Hidas pelin avaaminen tapahtuu lyhyillä syötöillä, kun esimerkiksi maalivahti syöttää puolustajalle. Nopeassa pelin avaamisessa syöttöjen pituus kasvaa. Nopean pelin avaamisen tarkoituksena on ohittaa mahdollisimman monta vastustajan pelaajaa ja saada pallo kontrolliin. Esimerkiksi maalivahti syöttää hyökkääjälle. (SPL Valmennuslinja 2013, 16.)

Pelinrakentelulla tarkoitetaan pelin vaihetta, joka seuraa pelinavaamista ja jossa joukkueella on pallonhallinta. Pelinrakentelussa joukkue pyrkii syötöillä ja pallottomalla liikkeellä päästä murtautumiseen. Murtautumisella tarkoitetaan pelin vaihetta, jolloin joukkue pyrkii ohittamaan vastustajan puolustuksen joko kuljettamalla tai syöttämällä. Ohittaminen voi tapahtua esimerkiksi syöttämällä puolustajien taakse juoksevalle pelaajalle tai kun pelaaja luo itselleen laukaisupaikan. Murtautumista tulisi aina seurata välittömästi maalintekoyritys. Murtautumiseen joukkue voi päästä myös ilman pelinrakentelua vastahyökkäyksellä. Siinä pelitilanne vaihtuu nopeasti puolustuspelaamisesta hyökkäyspeleihin. Jotta siirtyminen olisi nopeaa, tulisi joukkueen edetä suoraviivaisesti eteenpäin murtautumiseen ja maalintekoon. (Vehkakoski 2011, 15.)

Pelitilanteen vaihtumista joko hyökkäys- tai puolustuspeliin kutsutaan tilanteenvaihdoksi (Viitanen & Lindström 2005, 20).

Puolustuspelaamisen tavoite on estää vastustajaa tekemästä maaleja ja saada pallo takaisin omalle joukkueelle. Puolustava joukkue voi saada pallon takaisin hallintaan syöttöjen katkoista, pallonriistoista, vastustajan pelattua pallon kentän rajojen ulkopuolelle ja maalivahdin torjunnoista. (Luhtanen 2004, 51.) Puolustaminen ei ole vain puolustajien tehtävä modernissa jalkapallossa vaan puolustamiseen osallistuu koko joukkue (Peter 2012).

Puolustuspelaaminen alkaa heti pallon menettämisen jälkeen. Vastustajan hyökkäystä pyritään hidastamaan, jotta he eivät pääsisi vaarallisiin vastahyökkäyksiin. Pallollista vastustajaa lähimpänä olevan pelaajan tulee aktiivisesti antaa painetta, jotta joukkueen muilla pelaajilla on aikaa ryhtymään puolustamaan. (SPL Pelin jatkuva kierto.) Viitasen ja Lindströmin mukaan (2005, 20) hidastamisella tarkoitetaan vastustajan hyökkäyspelaamisen kannalta tärkeiden alueiden peittämistä ja valmistautumista katkoihin, vartiointiin ja prässäiin. Kun joukkue ryhtyy puolustamaan, olisi tärkeää, että ryhmitys olisi tiivis ja tasapainossa. Tiiviillä puolustuksella tarkoitetaan, että puolustavan joukkueen pelaajien väliset etäisyydet ovat pienet, jotta vastustajan mahdollisuudet murtautumiseen olisivat pienemmät. Tasapainolla tarkoitetaan puolustusryhmittymisen tiiviyyttä leveys-suunnassa. (Luhtanen 2004, 82.)

Puolustusryhmittymisen tiiviydellä kuvataan joukkueen pelaajien välisten etäisyyksien suuruutta, sekä pituus- että leveyssuunnassa. Kaventamisella tarkoitetaan toimintaa, jossa pelaajat liikkuvat kohti sitä kenttäpuoliskoa, jossa pallo on. Kaventamisen tavoitteena on tiivistää puolustusryhmitystä ja tehdä vastustajan pelialueesta pienempi. (Viitanen & Lindström 2005, 20.)

Prässi on aktiivista, yhden pelaajan aiheuttamaa paineistamista pallolliseen pelaajaan, jonka tavoitteena on estää häntä pelaamasta tai kuljettamasta eteenpäin (Viitanen & Lindström 2005, 20). Prässin päätavoite on voittaa pallo takaisin omalle joukkueelle (Peter 2012). Prässissä on tärkeää muiden pelaajien antama tuki. Tukemisella tarkoitetaan toimintaa, jossa joukkueen muita pelaajia asettuvat tukemaan prässääjän taakse. Jos vastusta pääsee prässääjän ohi, on heti lähin tukemassa ollut pelaaja antamassa prässä uudestaan. (Viitanen & Lindström 2005, 20.)

Vartiointi on vastustajan pallottoman pelaajan puolustamista niin että puolustaja sijoittuu vastustajan ja oman maalin väliin. Puolustajan tulee olla niin lähellä vastustajaa, että pystyy vastustajalle tarkoitetun heikon syötön tai on heti haltuunottohetkellä riistämässä palloa. Varmistamisella tarkoitetaan toimintaa, jossa puolustava pelaaja varmistaa prässääjän, tukijan ja peittäjän takana olevaa aluetta. (Viitanen & Lindström 2005, 20.)

Maalivahtipelaamisella tarkoitetaan kaikkea maalivahdin toimintaa päämääränä estää



vastustajan maalinteko. Maalivahdin hyökkäyspelaamisella tarkoitetaan kaikkea maalivahdin pallollista toimintaa päämääränä auttaa joukkueen pallollista pelaamista. (Ukkonen K. 3.3.2011.)

## 5 Pelikäsitys

Jalkapallon eri aikakausina on ollut muodikasta painottaa eri asioita harjoittelussa. 1950- ja -60-luvulla jalkapallon valmentamisessa painotettiin, henkilökohtaista tekniikkaa. Seuraavana vuosikymmenenä valmentamisessa painotettiin pelaajien fyysisen suorituskyvyn parantamista, asiaa, jota siihen asti ei ollut pidetty suuressa arvossa. Tämän jälkeen joukkueen taktiikasta tuli tärkein asia valmennuksessa, varsinkin vahvempia joukkueita vastaan. (Wein 2007, 83.)

Nykyjalkapallossa pelaajia tulisi kehittää kokonaisvaltaisesti. Pelaajilla tulisi olla loistava tekninen osaaminen, fyysinen kunto ja taktinen osaaminen, ja heillä tulisi olla henkistä valmennusta. Kaikki edellä mainittu ei kuitenkaan riitä. Pelaaja tarvitsee niiden lisäksi pelikäsitystä. (Wein 2007, 83.) Pelin aikana aivot ovat todella aktiiviset. Ne käsittelevät liikkumista, tilanteiden ennakoimista, strategioiden luomista, reagointia ja suorittamista. Pelaaminen vaatii valtavan määrän aivotyötä ja usein joukkue, jonka pelaajat osaavat prosessoida tätä tietoa nopeimmin, voittaa. (Peterson 2012.)

Weinin mukaan (2007, 83) pelikäsitys on ominaisuus, jonka avulla pelaaja tunnistaa pelissä tilanteita ja osaa sopeutua niihin paineen alla nopeasti. Pelikäsitystä voidaan kuvailla kyvyksi ratkaista ongelmia, tehdä nopeita päätöksiä, olla luova tai tehdä toiminnasta suunnitelmallista (Anderson 2013). Pelikäsitystä omaava pelaaja osaa tehdä ratkaisuja kentällä nopeammin, osaa arvioida ratkaisuidensa vaikutusta peliin ja myös arvioida riskitekijöitä, jotka liittyvät niihin. Pelaaja ymmärtää ottaa riskejä oikeassa suhteessa. Liian suuri määrä riskinottoa johtaa helpommin virheisiin, mutta liian turvallinen pelaaminen johtaa harvoin voittoon. Pelaajan tulisi rohkeasti ottaa riskejä. (Wein 2007, 85.)

Jokainen pelipaikka vaatii omanlaisensa pelikäsityksen. Maalivahdin paikalla tehtävät ratkaisut poikkeavat suuresti esimerkiksi niistä mitä keskikentällä tai vastustajan maalin lähellä tehdään. Peliälyn tulisi olla kaiken pelaajan tekemisen takana hänen ollessaan kentällä. Ilman peliälyä ei huipputasoinen jalkapallo ole mahdollista. Pelikäsityksen avulla pelaaja pystyy aikaisempien kokemustensa perusteella valitsemaan oikeanlaisen toimintatavan tiettyyn tilanteeseen pelin sisällä. (Wein 2004, 3-4.)

Pelikäsitys ei kuitenkaan rajoitu pelkästään ratkaisuihin pallon kanssa. Pelikäsityksellä on iso vaikutus siihen, mitä pelaaja tekee ilman palloa. Ratkaisut kuten oman energiakulutuksen säätely eli milloin tulisi tuhlaata energiaa, pelata aggressiivisesti, ja milloin ottaa rauhallisemmin ja säästellä. Pelaaja osaa myös jatkuvasti ajatella omaa sijoittumistaan ja tekee itsensä pelattavaksi jatkuvasti. (Wein 2007, 86.)

Paras tapa opettaa pelikäsitystä on pelata jalkapalloa. Opetus-oppimisprosessi tulisi edetä hitaasti ja vaikeustason tulisi kasvaa asteittain. Harjoitusten tulisi haastaa pelaajia teknisesti, fyysisesti, kognitiivisesti sekä taktisesti. Edellä mainittuja osa-alueita tulisi opettaa yhdessä eikä toisistaan eristettyinä. Harjoitteiden tulisi kasvattaa pelaajien ymmärrystä pelistä ja auttaa heitä sopeutumaan pelin jatkuvaan kiertoon. (Wein 2007, 88.) Viitanen & Lindströmin (2004, 23) mukaan pelikäsityksen kehittymiselle on tärkeää myös lapsen monipuolinen palloilutausta.

Pelaajia tulisi valmentaa paljon enemmän pienpelien kautta. 90 minuuttiin sisältyy yli 300 2 vs 1 tilannetta. Pelaajat tulisikin altistaa enemmän tämän kaltaisille tilanteille ja pienpelit ovat siihen loistava keino. Jos valmennuksessa käytetään vain isoja pelejä, tippuu pelaajaa kohti tuleva toistomäärä radikaalisti, joka vähentää myös onnistumisten määrää ja vaikuttaa tällä tavalla negatiivisesti oppimiseen. (Donahue 2012.)

Valmentajan tehtävä ei ole pelin ohjaaminen ja neuvominen. Valmentajien tehtävänä on mahdollisimman monipuolisten ärsykkeiden antaminen pelaajille erilaisten harjoitteiden kautta. (Wein 2004, 3.) Erilaisia kysymyksiä esittämällä saa lapsen pohtimaan peliä enemmän. Kysymyksen kannattaa muotoilla niin, että lapsi ei pystyisi vastaamaan vain ”kyllä” tai ”ei”, jolloin vastauksen ajattelemisen ei vaadi suurtakaan ajattelua. Siksi olisi tärkeää, että valmentaja opettelisi oikeanlaisen kyselytekniikan. Kysymyksien aloittaminen sanoilla kuten ”miksi”, ”milloin”, ”mihin”, ”mitä” ja ”kuinka monta” stimuloivat ajatteluprosessia. (Viitanen & Lindström 2005, 28.)

Pelikäsitys liittyy vahvasti asiaan, kun puhutaan taktiikasta ja taktisesta osaamisesta. Pelijärjestelmien ymmärtäminen ja soveltaminen käytännössä kentällä vaatii pelaajalta käsitystä siitä, mitä pelikentällä tapahtuu missäkin tilanteessa. Pelaaja, jonka pelikäsitys on vaillinainen, ei pysty hahmottamaan pelikenttää yhtenä isona kokonaisuutena, jossa

jokaisella pelaajalla on oma roolinsa pelin kaikissa tilanteissa. Jotta pelaajille olisi järkevää opettaa pelijärjestelmiä, tulisi valmentajan pyrkiä suunnitella harjoitukset niin, että samalla kehitetään pelaajien peliälyä. Pelikäsityksen opettaminen on pitkäjänteinen projekti, jonka onnistuminen vaatii paljon toistoja. Pelaajalle on vaikeaa opettaa kokonaisuutta, jos hän ei näe kentällä kuin kaksi pelaajaa: itsensä ja lähimmän puolustajan.

## 6 Projektin kulku

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa FC POHU:lle pelikirja, jossa käydään läpi pelijärjestelmät ja pelitapa jokaiselle juniorivuosina käytettävälle kenttäkoolle.

### Projektin alku

Opinnäytetyö sai alkunsa 16.1.2012 soitolla FC POHU: n nuorisopäällikölle ja puheenjohtajalle. Idea soittaa heille lähti siitä, että tunnen kyseisen seuran, koska pelasin itse siinä noin 12 vuotta. Olin noin vuotta aikaisemmin (2011) aloittanut -99 juniorien maa-livahtien valmentamisen FC POHU:ssa. Olin aikamani kyseisessä seurassa nähnyt ja kuullut paljon valmennuksesta ja harjoittelusta siellä. Tämän historian takia olin lähes varma, että POHU:lla ei ollut pelikirjaa, jonka ansioista POHU:n junioreilla olisi yhtenäinen pelitapa tai jos sellainen oli, se ei ollut käytössä.

Soitto FC POHU:n nuorisopäällikölle, Marko Lambergille, vahvisti ennakkokäsitykseni. FC POHU:lla oli jo olemassa nk. pelikirja junioreille, mutta se ei ole ollut käytössä. Lamberg antoi tukensa idealle, jossa tarkoituksena olisi saada FC POHU:lle pelikirja, jossa käytäisiin läpi pelijärjestelmät eri ikäluokkiin. Soitto samana iltapäivänä Esko Manniselle, FC POHU:n puheenjohtajalle, antoi vahvistuksen tehdä opinnäytetyöni FC POHU:lle. Puhelun aikana keskusteltiin mahdollisesta sisällöstä; E. Manninen painotti, että kyseisen kirjan on tuettava FC POHU:n valmennus- ja toimintalinjaa. Hän sanoi, että nuorten pelijärjestelmissä hän luottaa enemmän M. Lambergin osaamiseen eli hän tulisi olemaan yksi seuran edustajista asiantuntijaryhmässä, jota ruvettiin kokoamaan. Puheluiden perusteella tavoitteeksi asetettiin rakentaa pelikirja, jossa pelijärjestelmät eri ikävaiheissa tukisivat pelin kehittymistä eikä jokaisen kenttäkoon vaihtumisen yhteydessä tulisi uutta pelijärjestelmää opeteltavaksi. Pelijärjestelmien tulisi sisältää samoja teemoja, mitä oli opeteltu pienemmällä kentällä. Pelikirjan tulisi olla käyttäjäystävällinen, jotta se olisi helppo ymmärtää ja POHU:n valmentajien olisi helpompi ottaa se käyttöön.

Olin noin puoli vuotta aikaisemmin aloittanut M. Lambergin kanssa yhteistyön FC POHU P01 valmentajina, joten tulimme automaattisesti keskustelemaan pelaamisesta

paljon. Manninen painotti myös, että pelikirja ei saa olla liian sitova tai kaavamainen. Jalkapallo on taktinen peli, mutta peli koostuu muuttuvista tilanteista eikä kaikkia mahdollisia vaihtoehtoja ole mahdollista edes kirjata ylös. Jalkapallo on reagointia muuttuviin tilanteisiin ja pelaajalla on loppupeleissä päätävävalta. Liian tiukka kaavamaisuus vie tukahduttaa pelaajien mielikuvituksen ja estää heitä käyttämästä tai saavuttamasta potentiaaliaan.

Halusin myös tietää mitä mieltä muut valmentajat ovat pelikirjoista ja minkälaisia toiveita heillä olisi jos saisivat sellaisen käyttöönsä. Kyselin tietoa sekä FC POHU:ssa, että muissa seuroissa työskenteleviltä valmentajilta. Yksi selkeä toive oli kaikilla: Mahdollisimman paljon havainnollistavia kuvia eikä liian paljon tekstiä. Liika teksti pelottaa lukijaa ja liian pitkää tekstiä on raskasta lukea. Pelikirjan tulisi olla käyttäjäystävällinen.

## **Produktin sisällön suunnittelu**

29.10.2012 keskusteltiin opinnäytetyön mahdollisesta sisällöstä. Olimme sopineet, että tätä tapaamista varten suunnittelen pelikirjan alustavan sisällysluettelon. Tuolla tapauksella päätimme, että olisi hyvä jos pelikirjassa käsiteltäisiin kaksi ns. polkua. Toinen johtaisi 4-5-1 -järjestelmään, ja toinen johtaisi 4-3-3 pelijärjestelmään. Samalla esittelin myös opinnäytetyön otsikon ensimmäisen version, Valmentajan Opas – Juniorifutajasta Ison Kentän Pelaajaksi. Puhuimme myös siitä kuinka opinnäytetyössä pitäisi tulla ilmi valmennuksen suunnitelmallisuuden tärkeys sekä pitkäjänteisyys. Valmennus ei saisi olla ailahtelevaa vaan tiettyä tavoitetta kohti vievää. Edellisen kenttäkoon pelijärjestelmän ja pelitavan tulisi olla jatkettavissa siirryttäessä seuraavaan. Tällä tavalla siirtymävaiheesta tulee helpompi ja lisäksi siirtymisen jälkeen pystyisi heti jatkamaan pelin kehittämistä. Tällä tavalla junioriajan valmennuksesta saadaan johdonmukaisesti etenevä, pitkäjänteinen projekti.

4.12.2012 tapasin seuran puheenjohtajan, Esko Mannisen. Kävin hänen kanssaan läpi mitä oli tähän mennessä tehty, mitä olimme Lambergin kanssa ideoineet ja keskustelimme miten tästä eteenpäin jatketaan. Manninen ehdotti uudeksi nimeksi Valmentajan Opas – Leikkimaailmasta Kaverimaailmaan tai vaihtoehtoisesti, – Leikkimaailmasta Tulevaisuusmaailmaan. Nämä ovat palloliiton termejä, joilla tarkoitetaan tiettyä ikäkaut-

ta. Leikkimaailma sisältää ikäryhmät F7-E11, kaverimaailma D12-C15 ja tulevaisuusmaailma ikäryhmät B16- A19. FC POHU:n pääikäryhmät ovat leikki- ja kaverimaailmassa, mutta tulevaisuusmaailman junioreita on myös ja sisällyttämällä ison kentän pelin itse pelikirjaan, tulisi lukijalle selväksi itse tavoite (ison kentän peli) harjoiteltavan pelijärjestelmän takana.

Sovimme, että seuraava askel on FC POHU:n toiminta- ja valmennuslinjan lukeminen. Se on vuonna 2012 päivitetty tärkeä tiedonlähde, jota jokaisen FC POHU valmentajan tulisi käyttää apunaan. Tämän produktiivisen opinnäytetyön tulisi tukea FC POHU:n linjausta, jotta näistä kahdesta oppaasta saataisiin toimiva kokonaisuus. Toiminta- ja valmennuslinjassa itse keskittyisin enemmän valmennusosaan. Pällekkäisyyksien ja mahdollisten ristiriitojenkin takia oli tärkeää palata FC POHU:n toiminta- ja valmennuslinjaan.

Pelikirjalle asetettiin tavoite olla osa isompaa kokonaisuutta, FC POHU:n valmennuslinjaa, josta tulisi valmentajan työkalu ja opas. Valmiina oppaan olisi tarkoitus sisältää pelikirjan lisäksi mm. neuvoja harjoitusten suunnitteluun ja esimerkkiharjoitteita. Tästä oppaasta tulisi jokaisen FC POHU:n valmentajan käsikirja, johon tukeutua ja josta saada ideoita omiin valmennuksiinsa. Käsikirjasta olisi tarkoitus muodostaa muokattava kokonaisuus sähköisessä muodossa. Tieto valmennukseen liittyvistä asioista paranee koko ajan ja siksi käsikirjankin tulisi olla muokattavissa sitä mukaa, kun tietoa saadaan lisää.

### **Ensimmäinen versio**

26.2.2013 pelikirja lähetettiin asiantuntijaryhmälle, johon kuului entinen nuorisopäällikkö Marko Lamberg sekä nykyinen nuorisopäällikkö Hannu Tulla, sekä puheenjohtaja Esko Manniselle. Asiantuntijaryhmän kanssa sovittiin, että viikon päästä pelikirjan lähettämisestä pidettäisiin palaveri, jossa kuunneltaisiin heidän kehitysehdotuksiaan. Puheenjohtajan kanssa sovimme, että hän ja Pia Tianen, hallituksen tyttö- ja naisjoukkuevastaava, tarkastavat, että pelikirjan ja FC POHU Toiminta- ja valmennuslinjan välillä ei olisi mahdollisia ristiriitoja.

Asiantuntijaryhmän kanssa järjestetyssä tapaamisessa sovimme, että pelikirjasta jätetään pois herkkyyksikaudet ja sain muutamia lisäohjeita itse pelikirjan selkiyttämiseen. Lisäksi opinnäytetyöhön haluttiin lisätä Suomen palloliiton ”Pelin jatkuva kierto”, ja sen eri vaiheet tulisi selittää.

### **Lopullisen produktin rakentaminen**

Produktin työstämiseen keskityttiin seuraavan noin 7 kuukauden ajan. Produktiin ajateltu kahden pelijärjestelmän polku alkoi aiheuttaa pelikirjan kasvamisen liian isoksi, jolloin opinnäytetyö alkoi muuttua liian vaikeasti ymmärrettäväksi ja liikaa informaatiota sisältäväksi. Yksi polku, jota päädyttiin lopulta käyttämään, sisältää yhteensä neljä pelijärjestelmää yhtä monelle kenttäkoolle. Toisen polun sisällyttäminen mukaan olisi tuonut kolme pelijärjestelmää lisää selitettäväksi. Pisimmillään koko opinnäytetyön pituus oli noin 120 sivua, josta se karsittiin nykyiseen, noin 90 sivun pituuteen.

Toisessa tapaamisessa 26.9.2013 asiantuntijaryhmän kanssa sovittiin, että pelikirjan toinen polku jätetään pois oppaan selkiyttämiseksi. Jokaiselle kenttäkoolle tulisi vain yksi pelijärjestelmä, jotta pelin asteittainen kehittäminen olisi helpompia tajuta. 2.10.2013 tapasin Pia Tiasen, jotta saisin viimeisimmät tilastot POHU:n junioritoiminnasta. Tilastot koskivat junioripelaajien lukumäärää seurassa.

Tämän pelikirjan tekeminen on ollut melkein kahden vuoden mittainen projekti. Pelikirjan rakentamisessa on auttanut paljon se, että olen samalla itse valmentanut ja tuona, noin kahden vuoden, aikana joukkueeni on kasvanut 7vs7 pelistä ensin 9vs9 peliin ja lopulta 11vs11 peliin. Olen saanut käytännössä kokeilla, mitkä asiat eivät toimineet ja mitkä asiat ovat onnistuneet. Olen käyttänyt itse tämän pelikirjan neuvoja ja pyrkinyt muokkaamaan sitä samalla, kun olen huomannut, että jokin asia ei toimi niin kuin olen sen pelikirjaan kirjannut.



## 7 Pelikirjan rakenne ja sisälllys

### 7.1 Pelikirjan esittely ja sisälllys

Tässä luvussa esittelen itse produktin eli pelikirjan (Liite 1). Pelikirja sisältää sekä käytettävät pelijärjestelmät jokaiselle kenttäkoolle että myös pelitavan, jolla FC POHU:n junioreita halutaan valmennettavan. Pelikirjassa käydään läpi joukkueen käyttämä taktiikka pelin jokaiselta osa-alueelta: pelinavaaminen, pelinrakentelu, hyökkäyspelaaminen, murtautuminen, pallonmenetys, prässä, puolustaminen omalla kenttäpuoliskolla ja pallonriisto. Pelikirjassa käytävät asiat toimivat pohjana pelaamiselle, mutta eivät ole sääntöjä, joita tulisi aina orjallisesti noudattaa. Lopullinen ratkaisu, kuten kuinka murtautuminen lopulta tapahtuu, on pelaajan oma päätös. Valmentajan tehtävänä on kehittää pelaajien peliälyä niin, että pelaajalta löytyy tarvittava määrä ratkaisumalleja tilanteen selvittämiseksi.

Pelikirjan tavoitteeksi asetettiin helppokäyttöisyys, ymmärrettävyys ja loogisesti etenevä kaava pelijärjestelmissä siirryttäessä kenttäkoosta toiseen.

Pelikirja:

1. Pelikirja – esipuhe
2. 5 vs 5
  - a. 5 vs 5
  - b. Pelinavaaminen
  - c. Pelinrakentelu ja hyökkäyspelaaminen
  - d. Prässääminen ja puolustaminen
  - e. Pallonriisto
3. 7 vs 7
  - a. 7 vs 7
  - b. Pelinavaaminen
  - c. Pelinrakentelu
  - d. Hyökkäyspelaaminen
  - e. Murtautuminen
  - f. Pallonmenetys

- g. Prässi
  - h. Puolustaminen omalla kenttäpuoliskolla
  - i. Pallonriisto
- 2. 9 vs 9
  - a. 9 vs 9
  - b. Pelinavaaminen
  - c. Pelinrakentelu
  - d. Hyökkäyspelaaminen
  - e. Murtautuminen
  - f. Pallonmenetys
  - g. Prässi
  - h. Puolustaminen omalla kenttäpuoliskolla
  - i. Pallonriisto
- 3. 11 vs 11
  - a. 11 vs 11
  - b. Pelinavaaminen
  - c. Pelinrakentelu
  - d. Hyökkäyspelaaminen
  - e. Murtautuminen
  - f. Pallonmenetys
  - g. Prässi
  - h. Puolustaminen omalla kenttäpuoliskolla
  - i. Pallonriisto

## **7.2 FC POHU arviointi**

Opinnäytetyö lähetettiin arvioitavaksi 13.10.2013. Seuran palaute vastaanotettiin 17.10.2013. Palaute saatiin pelikirjan työstämisessä mukana olleelta asiantuntijaryhmältä, joka oli valittu seuran puheenjohtajan, Esko Mannisen, toimesta edustamaan seuraa. Ryhmään kuului seuran nykyinen nuorisopäällikkö Hannu Tulla ja häntä edeltänyt seuran nuorisopäällikkö Marko Lamberg. Palaute annettiin vapaamuotoisena kommentointina.

Seurassa oltiin tyytyväisiä tämän opinnäytetyön taustaosan laajuuteen ja heidän mielestään opinnäytetyölle asetettu tavoite saavutettiin. Opinnäytetyö sisältää paljon tekstiä, mutta asiaa on vaikeaa sanoa tiivistetymin.

Pelikirjassa käsitellään kattavasti jalkapallossa opeteltavia osa-alueita pelijärjestelmien suhteen. Pelikirja etenee loogisesti pienestä kenttäkoosta kohti isoa ja sisältää kuvia, jotka auttavat käsiteltävien asioiden ymmärtämiseen.

Pelikirja antaa hyvät lähtökohdat seuran sisäiseen valmentajakoulutukseen ja yhtenevän pelijärjestelmän luomiseen. Seurassa pidettiin siitä, että pelikirja antaa mahdollisuuden myös soveltaviin vaihtoehtoihin, mikä on jalkapallossa tärkeää.

Seuran mielestä opinnäytetyön käsittelemä aihealue on laaja ja vaatii jo jonkin asteista tietämystä jalkapallosta ja sen termistöstä. Seurassa pidettiin siitä, että kirjasta saadaan tukea mm. kausisuunnitelman tekemiseen.

Seuran mielestä pelikirjaa voisi kehittää jatkossa lisäämällä kuvia sekä videolinkkejä ja esimerkkejä, minkälaisilla harjoitteilla voidaan hyökkäys-/ puolustuspeliä kehittää pelikirjassa kuvattujen pelijärjestelmien mukaan.

FC POHU

### **Muita kommentteja:**

Lisäksi seuran edustajien kanssa käydyissä keskusteluissa puhuttiin mahdollisista uhkakuista ja ongelmista, mitä pelikirja saattaa kohdata. Pelikirjan vahvuus on pitkäjänteisessä ja vuosia kestävässä työssä. Jotta pelikirjasta saataisiin mahdollisimman suuri hyöty, tulisi pelikirja saada istutettua aktiiviseen käyttöön seuran valmentajille. Pelikirjan käyttö tulisi aloittaa heti juniorin tullessa seuraan, jotta pelikirjasta saadaan kaikki hyöty. Pelikirjan pelijärjestelmiä voi olla hankala ottaa käyttöön yhtäkkiä, jos tarvittava pohjatyö ei ole kunnossa.

## 8 Pohdinta

Suomen jalkapallossa eletään muutosvaihetta, jossa toiminnasta pyritään tekemään suunnitelmallisempaa ja ammattimaisempaa seuroista asti. Suomen Palloliitto on pyrkinyt tason nostamiseen tarjoamalla valmentajakoulutusta, mutta se pelkästään ei riitä jos halutaan päästä uudelle tasolle seurojen valmennuksessa. Seurojen tulee myös itse pyrkiä valmentajiensa ammattitaidon parantamiseen, seuran sisäiseen valmentajakoulutukseen. Tämä pitää sisällään myös laajan oheismateriaalin tuottamista, minkä tarkoituksena on parantaa valmentajien valmiutta toimia työssään.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli saada paperille kirjattuna FC POHU:n junioreiden käyttämä pelijärjestelmä ja pelitapa jokaisella junioriaikana käytettävälle kenttäkoolla. Tavoitteena oli saada kirjattua POHU:n junioreille yhtenevä pelitapa, jolle olisi selkeät perustelut. POHU:lla on ollut ennenkin pelitapa kirjattuna, mutta sitä ei ole saatu helppokäyttöiseen ja – lukuiseen muotoon, joten sen käyttöaste on jäänyt pieneksi. Onnistuessaan pelikirjasta tulisi osa isompaa kokonaisuutta, valmentajan työkalua, jota FC POHU on lähtenyt rakentamaan. Valmiina tämä opas sisältäisi pelikirjan lisäksi muita osa-alueita kuten harjoitepankki, harjoittelun jaksottaminen ja pelikäsityksen opettaminen.

Tämän pelikirjan tavoitteeksi asetettiin juuri helppokäyttöisyys ja selkeä kaava pelijärjestelmien muuttumiseen siirryttäessä kenttäkoosta toiseen. Muutokset pienemmästä kenttäkoosta toiseen saattavat aiheuttaa hämmennystä, jos muutos ei sisällä edellisinä vuosina opeteltuja asioita. Samojen, tuttujen asioiden säilyttäminen pelissä auttaa pelaajaa tuntemaan olonsa turvalliseksi, jolloin hänen on helpompaa pelata ja hän uskaltaa käyttää koko osaamistaan kentällä. Näin pelaajan on helpompi kokea onnistumisen elämyksiä. Pelijärjestelmät valittiin niin, että jokaisella kenttäkoolla on omat opeteltavat asiat, jotka ensin harjoitellaan, ja sitten seuraavassa kenttäkoossa siirrytään seuraaviin opetettaviin asioihin, unohtamatta vanhoja oppeja.

Ongelma, jota lähdettiin ratkaisemaan, koski rakennettavan polun loogisuutta. Ongelma onnistuttiin ratkaisemaan hyvin. Kehitys 5 vs 5 pelistä ison kentän peliin tapahtuu asteittain ja jokaiselle kenttäkoolle löydettiin tavoitteet, joiden avulla pelin kehittäminen

onnistuu. Juniorivuosien pelijärjestelmistä saatiin rakennettua loogisesti etenevää pitkäjänteinen projekti. Kuvien avulla pelitilanteet saatiin selitettyä paremmin ja ne tuovat valmentajille matalamman kynnyksen tutustua pelikirjaan. Saamalla pelikirjan käyttöaste seuran sisällä korkeaksi, helpotetaan myös uusien valmentajien työtä, jotka esimerkiksi aloittavat D12 junioreiden kanssa. Silloin heillä on tiedossa jo mitä pelaajien kanssa on aikaisemmin käyty läpi aikaisemmin.

Pelijärjestelmistä haluttiin modernit. Aikaisemmin suomalaisessa juniorijalkapallossa vallinnut 4-4-2 -järjestelmä haluttiin unohtaa. Nykyjalkapallossa ei enää löydy huipputasolla kauhean montaa joukkuetta, joka pelaisi kyseisellä järjestelmällä. Pelijärjestelmien haluttiin tukea pelaajan omaa uraa pelaajana. Samasta syystä jätettiin Suomen A-maajoukkueen ”joulukuusi”, 4-3-2-1, pois pelikirjasta. ”Joulukuusi” ei ole yleisesti käytetty pelijärjestelmä ja lisäksi se on suunniteltu alun perin puolustavan jalkapallon pelaamiseen. FC POHU:n tavoitteena on opettaa junioreille pelaavaa, rohkeaa ja hyökkäävää jalkapalloa.

Pelikirjan pelijärjestelmien runkona päätettiin käyttää modernia 4-3-3 pelijärjestelmää, joka on nykyään yksi eniten käytetyistä (Wilson 2010, 333–334). Pelijärjestelmissä keskityttiin myös pelipaikkojen nykyaikaiseen käyttöön. Maalivahdista haluttiin aktiivisesti peliin osallistuva, jotta hänen kauttaan pystytään kierrättämään. Nykyaikaisen maalivahdin tulee pystyä osallistumaan peliin myös jalalla. Laitapuolustajista haluttiin aktiivisesti hyökkäyksiin nousevat. Vaikka pelikirjassa esitetyssä 4-3-3-järjestelmässä on kaksi keskikenttää alempana kuin yksi, eivät he ole alempia keskikenttiä, jotka pelaavat nk. Makelelen roolissa, vaan normaaleja keskikenttiä. Hyökkääjästä haluttiin enemmän peliin osallistuva, False 9:n kaltainen hyökkääjä (Tighe 2012).

Pelikirjassa käytettävät kuvat on pyritty rakentamaan yleisimmin pelissä tapahtuvien tilanteiden mukaan. Kuvien perusteella haluttiin antamaan yleiskuva pelin tapahtumista, jotta lukijan olisi helpompi ymmärtää miltä peli näyttäisi kentällä. Kuvien tai videon avulla on mahdotonta käydä läpi kaikkia mahdollisia tapoja ratkaista tietty pelitilanne, mutta niiden avulla pystyy antamaan yleiskuvan. Pelikirjan tavoitteena on valmentajan työkaluna pistää valmentaja ajattelemaan peliä kokonaisuutena. Jalkapallopeli ei koostu vain yksittäisen pelaajan ratkaisuksista tai kahden pelaajan yhteistyöstä. Peliin sisältyy

myös nämä osat, mutta pelaaminen koostuu koko joukkueen yhteistyöstä. Ison kentän pelissä on samaan aikaan kentällä 22 pelaajaa. Jokaisella heillä on oma pelipaikkakohdainen rooli, jota tulisi noudattaa, jotta joukkue onnistuisi mahdollisimman hyvin.

Tämän pelikirjan tarkoitus on lisätä valmentajien ymmärrystä pelistä ja antaa heille looginen rakenne pelaajien taktisen osaamisen kehittämiseen eri ikäluokissa. Yhdenmuikaistamalla seuran sisäisiä toimintamalleja joukkueen taktinen valmennus helpottuu ja pelaajien kehittymistä saadaan parannettua. Jotta pelikirjasta saataisiin mahdollisimman paljon hyötyä, tulisi se saada yleiseen käyttöön kaikissa FC POHU:n ikäluokissa. Ennen sitä, pelikirjan onnistuneisuutta on vaikea arvioida.

Pelikirja on suunniteltu otettavaksi käyttöön seurassa seuraavasti: Opinnäytetyön valmistumisen jälkeen olisi tarkoitus pitää FC POHU:n valmentajien kesken opinnäytetyön esittelytilaisuus, jota seuraisi 1-x määrä perehdytystilaisuuksia. Näiden tilaisuuksien tarkoituksena olisi saada opinnäytetyön merkitys ja sen käyttöönoton tärkeys painotettua myös valmentajille. Näiden tilaisuuksien tarkoituksena on saada seuran valmentajat mukaan tähän projektiin, jotta pelikirja ei jäisi vain yhdeksi tehdyksi opinnäytetyöksi vaan se pääsisi näyttämään toimivuutensa käytännössä. Pelikirjasta on hyötyä niin kauan, kun se on yleisessä käytössä seuran sisällä.

Olen itse käyttänyt pelikirjaa jo käytännössä. Olen kokeillut sitä käytännössä itse valmentamaani Pojat-2001 joukkueeseen. Joukkue pelasi vuonna 2012 7vs7 peliä, vuonna 2013 9vs9 peliä ja vuoden 2013 syksyllä joukkue pelasi ensimmäiset pelinsä isolla kentällä 11vs11. Huomasin, että käyttämällä pelikirjassa esiteltyjä pelijärjestelmiä ja pyrkimällä valmennuksessa opettamaan pelikirjassa esiteltyjä asioita ehdotetussa järjestyksessä, muuttui siirtymävaihe pienemmältä kentältä isommalle paljon helpommaksi.

Siirtyminen 7vs7 pelistä 9vs9 peliin oli edellä mainituista se helpompi. Siihen on yksinkertainen syy: ero 7vs7 pelin kentän koossa 9vs9 kenttään on suhteellisesti pienempi kuin siirtyminen 9vs9 pelistä isolle kentälle. Isolla kentällä etäisyydet pelaajien välillä kasvavat noin kaksinkertaisiksi verrattuna 9vs9 peliin. Tästä muodostui ongelma omalla joukkueellani, joka siirtyi isolle kentälle vuotta aikaisemmin (D13), koska se pelaa kilpatasolla. Pelaajien fyysinen koko, voima ja nopeus eivät vain ole tuolloin vielä riittävällä

tasolla isolle kentälle. Silti pelaajilta tulee vaatia niitä etäisyyksiä mitä käytettäisiin jos pelaajat olisivat vanhempia, koska väärä toimintamalleja ei ole järkeä opettaa.

Kaikkein tärkeimpänä asiana pidän oman kokemuksen mukaan pitkäjänteisyyttä. Pelaajat eivät opi pelaamaan halutulla tavalla yhden, kahden tai kolmen pelin jälkeen. Pelejä tarvitaan kymmeniä, monikossa. Lisäksi tarvitaan pitkäjänteisyyttä harjoitteluun, jotta harjoitukset tukisivat pelijärjestelmän oppimista samalla, kun pyritään opettamaan taitoa. Pelit ovat myös harjoituksia. Siksi jokaiseen peliin tulisi valmentajan päättää 1-3 harjoiteltavaa asiaa, johon pelaajat keskittyvät, jotta pelaajille olisi selvää, mitä harjoitellaan ja, jotta harjoiteltavia asioita ei olisi liian montaa.

## Lähteet

Adams, T. 24.3.2011. Brilliant Brazil's brush with greatness. ESPN. Luettavissa: [http://espnfc.com/columns/story/\\_/id/897472/rewind-to-1982:-brilliant-brazil's-brush-with-greatness?cc=5739](http://espnfc.com/columns/story/_/id/897472/rewind-to-1982:-brilliant-brazil's-brush-with-greatness?cc=5739). Luettu: 16.10.2013.

Alcock, C. 1891. Association Football. The English Illustrated Magazine. United Kingdom.

Alcock, C. 1874. Football: our winter game. United Kingdom. London.

Dr. Anderson, J. 12.4.2013. Game Intelligence - Soccer Elite Players Have It, How to Get It. Blogikirjoitus. Luettavissa: <http://janderson99.hubpages.com/hub/Game-Intelligence-Soccer-Elite-Players-Have-It-How-to-Get-It>. Luettu: 17.10.2013.

Barcley, P. 2013. After 150 years the truth: Scotland invented football. The independent. Luettavissa <http://www.independent.co.uk/sport/football/news-and-comment/after-150-years-the-truth-scotland-invented-football-8756018.html>. Luettu: 2.9.2013.

Beegan, M. 31.7.2012. Victor Maslov – tactical innovator and forgotten man. Backpage Football. Luettavissa: <http://backpagefootball.com/victor-maslov-tactical-innovator-and-forgotten-man/46243/>. Luettu: 15.10.2013.

Carosi, J. 2010. The History of Offside.

Donahue, B. 3.9.2012. Developing Game Intelligence Newsletter 2012. Lexington United. Luettavissa: <http://lexingtonunited.org/coach/newsletter-2012/>. Luettu: 17.10.2013.

FC POHU. 2012. Toiminta- ja valmennuslinja.



Football Italia staff. 29.11.2012. Italians respond to Zico claims. Football Italia. Luettavissa: <http://www.football-italia.net/27845/italians-respond-zico-claims>. Luettu: 16.10.2013.

Huttunen, J. 2007. Haagassa Futaa. Pohjois-Haagan Urheilijat Ry 50 vuotta.

Peter, R. 2012. Introduction of “Pressing in Soccer”. Luettavissa <http://www.soccer-coaches.com/introduction-of-pressing-in-soccer/>. Luettu: 1.9.2013

Peterson, D. 23.4.2012. Step Your Game Intelligence Up. Core Performance. Luettavissa: <http://www.coreperformance.com/daily/mindset/step-your-game-intelligence-up.html>. Luettu: 17.10.2013.

Smith, R. 9.8.2013. Greatest Managers, No. 2: Michels. ESPN. United Kingdom. Luettavissa: [http://espnfc.com/news/story/\\_/id/1517213/rinus-michels?cc=5739](http://espnfc.com/news/story/_/id/1517213/rinus-michels?cc=5739). Luettu: 15.10.2013.

Suomen Palloliitto. 2010. Pelin jatkuva kierto.

Suomen Palloliitto. 2013. SPL Valmennuslinja.

Tighe, S. 6.12.2012. Great Team Tactics: Francesco Totti, Roma and the First False Nine. Bleacher Report. Luettavissa: <http://bleacherreport.com/articles/1435904-great-team-tactics-francesco-totti-roma-and-the-first-false-nine>. Luettu: 18.10.2013

Ukkonen, K. 3.3.2011. Koulutuspäällikkö. Suomen Palloliitto. Haastattelu. Vehkakoski, S. 2011. Ongelmakeskeinen opetusmalli ohjattaessa jalkapalloilua siirtymävaiheittain. Amk-opinnäytetyö. HAAGA-HELIA ammattikorkeakoulu. Vierumäki. Luettavissa: [https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34424/Theseus\\_vehkakoski.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34424/Theseus_vehkakoski.pdf?sequence=1). Luettu: 15.9.2013

Viitanen, M., Lindström, J. 2005. Opeta ymmärtämään – auta oivaltamaan. Pelikäsitteiden opettaminen ja oppiminen. Suomen Palloliitto. SLU-paino. Helsinki.

Wilson, J. 26.6.2008. The Soviet tactical revolution has its roots in a 1930s Basque team. The Guardian. Luettavissa:  
<http://www.theguardian.com/football/2008/jun/26/russia.euro20081>. Luettu: 16.10.2013.

Wilson, J. 1.12.2009. The Question: Do formations have to be symmetrical? The Guardian. Luettavissa:  
<http://www.theguardian.com/football/blog/2009/dec/01/england-football-tactics-fabio-capello>. Luettu: 3.9.2013

Wilson, J. 2010. Pelien peli. Jalkapallon taktiikan historia. WS Bookwell Oy. Juva.

Wilson, J. 1.3.2011. The origin of pragmatism in soccer. Sports Illustrated. Luettavissa:  
[http://sportsillustrated.cnn.com/2011/writers/jonathan\\_wilson/03/01/right.way/index.html](http://sportsillustrated.cnn.com/2011/writers/jonathan_wilson/03/01/right.way/index.html). Luettu: 10.9.2013.

Wilson, J. 20.11.2011. The Question: Did Herbert Chapman really invent the W-M formation? The Guardian. Luettavissa:  
<http://www.theguardian.com/football/blog/2011/sep/20/arsenal-herbert-chapman-southampton-tactics>. Luettu: 14.9.2013.

Wilson, J. 19.4.2012. Tactics and the role played by religion in the shaping of the modern game. Luettavissa: <http://www.worldsoccer.com/features/tactics-and-the-role-played-by-religion-in-the-shaping-of-the-modern-game>. Luettu: 5.9.2013.

Wein, H. 2004. Developing game intelligence in soccer. Reedswain Publishing. Spring City.

Wein, H. 2007. Developing Youth Football Players. Human Kinetics. United States of Americ

# Liitteet

## Liite 1. Pelikirja

### 1 Pelikirja

#### 1.1 Esipuhe

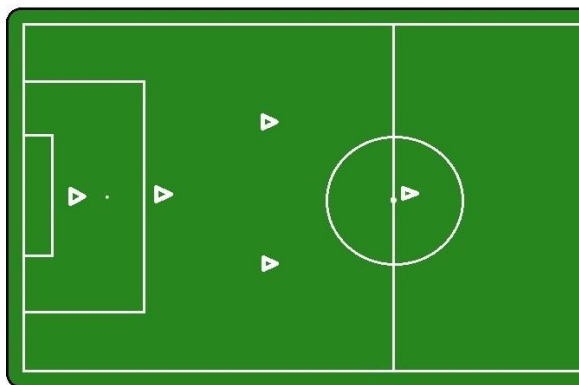
Jalkapallo ei ole kaavoja noudattava peli, jossa kentän tapahtumat pystytään ennakoimaan. Jalkapallo on reagointia koko ajan muuttuvaan tilanteeseen. Isot linjaukset pystytään määrittämään etukäteen, kuten kuinka pelaaja muuttaa sijoittumistaan kentällä, kun joukkue menettää pallon ja, kuinka sijoittuminen muuttuu kun joukkue saa pallon takaisin, mutta kuinka se käytännössä tapahtuu, riippuu esimerkiksi isolla kentällä 21 muun pelaajan sijoittumisesta ja pallon sijainnista. Kaikkien mahdollisten tilanteiden kuvaaminen on mahdotonta ja siksi tässä pelikirjassa esitettävät pelinrakentelu- ja hyökkäyspelaamiset ovat esimerkkejä ja tavoitteita, eivät kaavoja kuinka pelaamisen tulisi aina tapahtua. Jos pelaaminen muuttuu tietyn rakenteen itsepäiseksi noudattamiseksi, menettää peli mielikuvituksen ja ilon. Silloin peli ei ole enää jalkapalloa.

Tässä pelikirjassa käydään läpi FC POHU junioreiden käyttämä polku pienen kentän pelijärjestelmästä kohti isoa kenttää. Pelikirja käsittää yhden pelijärjestelmän kaikkiin juniorivuosiin käytettäviin kenttäkokoihin. Pelijärjestelmät valittiin, jotta ne tukisivat pelaajan kehitystä mahdollisimman hyvin ja tekisivät siirtymiset pienemmästä kenttäkoosta isompaan mahdollisimman kivuttomiksi.

Alla käydään kaikkien kenttäkokojen valmentamisen yleiskuva. Lisäksi jokaisen kenttäkoosta kertovan tekstin alla on kuva kyseisen kenttäkoon pelijärjestelmästä. Siirryttäessä isompaan kenttäkokoon, aiempi pelijärjestelmä on merkittynä valkoisilla kolmioilla. Uuden pelijärjestelmän mukana tulevat uudet pelipaikat on merkittynä pelikentälle punaisilla kolmioilla.

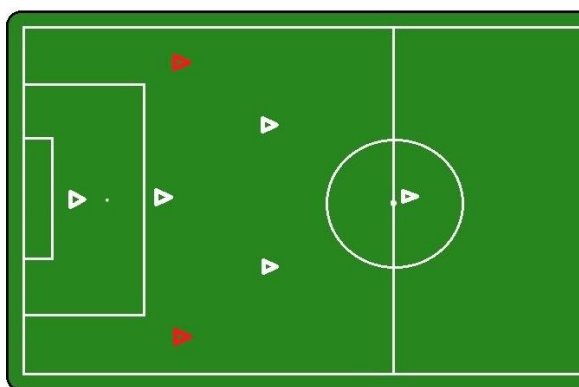
5vs5 pelissä opetellaan eri pelipaikkoja yleisesti, mutta vahvimmin hyökkääjänä ja puolustajana toimimista. Aivan lapsille pelaamista joukkueena on vaikeaa hahmottaa, joten

pääpainotus on henkilökohtaisessa tekniikassa ja 1vs1 tilanteissa. Näitä asioita painottamalla vahvin painotus pelipaikkojen suhteen on puolustajalla ja hyökkääjällä. Syöttöpeliä aletaan painottamaan enemmän tämän kenttäkoon viimeisenä vuotena, johon mennessä pelaajien peliälyä on pystytty kehittämään jo jonkin verran.



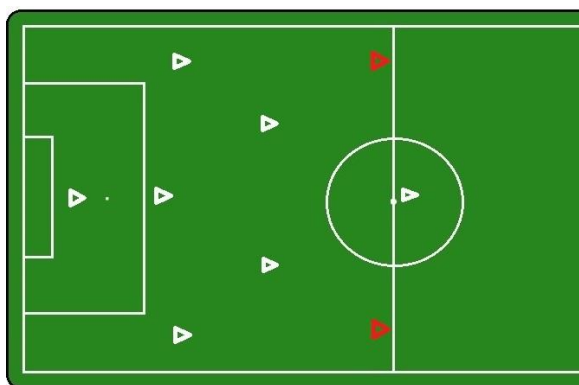
Kuva 1: 5 vs 5 pelijärjestelmä, nk. timantti.

7vs7 pelissä kentälle lisätään laitapuolustajat. Samalla edellisen kenttäkoon laitapelaajien ja keskikenttäpelaajien sekoitukset siirtyvät lähemmäs keskustaa ja muodostavat keskikentän. 7vs7 pelissä painotetaan syöttöpeliä. Sen lisäksi harjoitteluun lisätään hieman taktista osaamista; Pelissä aloitetaan joukkueena puolustamisen perusteet eli kaventaminen puolustettaessa ja leventäminen joukkueen saadessa pallon. Hyökkäyspelaamisessa harjoitellaan 2vs1 tilanteiden ratkaisemista ja jatketaan 1vs1 tilanteiden harjoittelua. 7vs7 pelin tärkein pelipaikkakohtainen painotus on laitapuolustajissa.



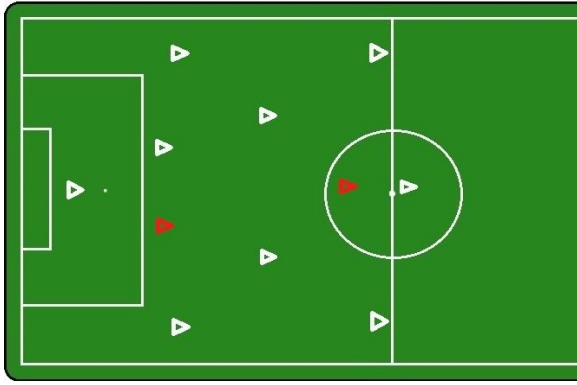
Kuva 2: 7 vs 7 pelijärjestelmä, 3-2-1, jossa pelaajien sijoittuminen kentällä muodostaa jouluukuusen.

9vs9 pelissä kentälle lisätään laitalinkit. Samalla muistellaan aikaisempien kenttäkokojen aikana opeteltuja asioita. Pääpainotus tämän ikäluokan pelipaikkakohtaisessa harjoittelussa on laitalinkkien liikkumisessa. Joukkuevalmentamisessa pyritään painottamaan pallotonta ja pallollista pelaamista eli syvennetään pelaajien osaamista puolustuspeleissä (joukkueena puolustaminen, leventäminen ja kaventaminen, puolustusryhmytyksen pitäminen tiiviinä) ja hyökkäyspelaamisesta (2vs1 tilanteiden muodostaminen, painopisteen siirrot laidalta laidalle, palloton liike). Pelinavaamisesta pelaajille opetetaan kolmioiden muodostamista vastustajan ympärille. Opeteltavia asioita alkaa olemaan jo todella paljon, joten tulee tärkeäksi muistaa valmennuksen suunnittelu ja jaksottaminen, jotta valmentamisesta ei tule vain opetettavien asioiden sekoitusta. Valmentamisessa tulisi muistaa opettaa jaksotetusti, jotta pelaajilla olisi aikaa sisäistää haluttuja asioita.



Kuva 3: 9 vs 9 pelijärjestelmä, 3-2-3, jossa kentälle lisätään laitalinkit. Edellisinä vuosina opetellut pelipaikat pysyvät käytössä pelijärjestelmässä.

11vs11 pelissä kentälle lisätään ylempi keskikenttä ja toinen toppari. Harjoittelussa tulisi painottaa kaikkia edellisten kenttäkokojen aikana opeteltuja asioita. Siirryttäessä isommalle kenttäkoolle tulee haasteeksi pelaajien etäisyyksien säilyttäminen, koska kenttäkoko muuttuu radikaalisti. Tässä kenttäkoossa jatketaan aiemmin opettujen asioiden harjoittelua ja lisäksi uusina asioina kahden topparin yhteistyö ja ylemmän keskikentän liikkuminen. Tähän mennessä murtautumista on harjoiteltu enimmäkseen kahden pelaajan yhteistyönä, mutta pelaajien peliälyä tulisi kehittää niin, että murtautumisissa päästäisiin harjoittelemaan myös kolmen pelaajan yhteistyötä.



Kuva 4: 11 vs 11 pelijärjestelmä, 4-2-1-3.

## 1.2 5 vs 5

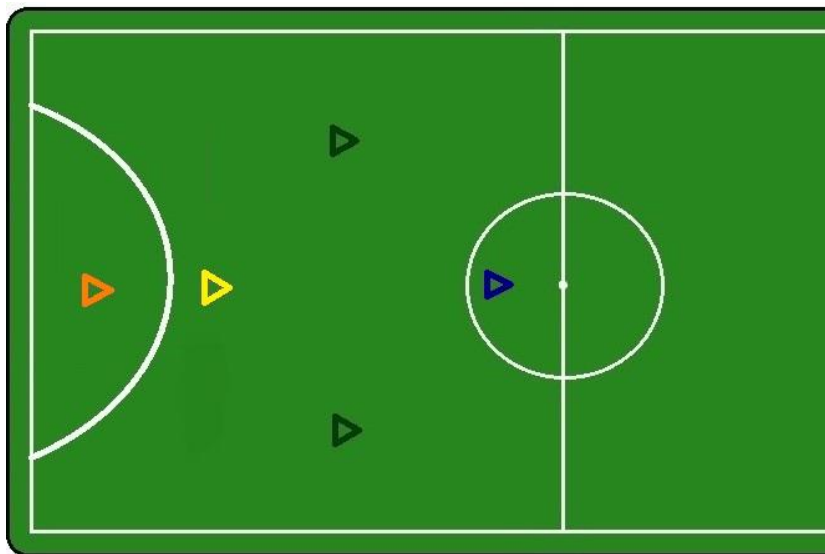
5 vs 5 pelejä pelaavat F7, F8 ja F9 ikäluokat. Erityispiirteitä näissä ikäluokissa ovat: maaliheitto, joka korvaa maalipotkun, lisäpelaaja, jonka saa ottaa kentälle, kun vastustaja johtaa viidellä maalilla ja PPT eli puolen pelin takuu, mikä tarkoittaa, että jokaisen kokoonpanossa olevan pelaajan on oltavaa kentällä vähintään puoli peliä. Palloliiton suositus on, että yhteen peliin otetaan mukaan 5- 7 pelaajaa, jotta peliaikaa tulee jokaiselle riittävästi.

Palloliiton Nuorisotoimintalinja (2008) nimesi tämän ikävaiheen (F7-F9) perustan luomiseksi, jonka tavoitteena on tutustuttaa lapsi lajiin ja toivottavasti saada hänet ”ihastumaan” peliin. F7-F9 ikäluokissa opetellaan jalkapallon säännöt. Näissä ikäluokissa ei ole vielä vakituisia pelipaikkoja, vaan junioreille pyritään antamaan kokemusta mahdollisimman monelta pelipaikalta. F7-F9 junioreilla harjoittelun pääpaino on sääntöjen opettelussa, pelipaikkojen opettelussa, henkilökohtaisen tekniikan parantamisessa ja 1 vs 1 tilanteiden harjoittelussa.

## 5 vs 5

5 vs 5 pelijärjestelmässä pelataan nk. timanttimuodossa. Timantin muodostavat neljä kenttäpelaajaa, joista yksi on puolustaja, kaksi ovat laitapelaajia ja yksi on hyökkääjä. Nuori pelaaja ei heti osaa hahmottaa joukkue- ja syöttöpelin tuomaa etua, joten peli saattaa mennä yksin kuljettelemiseksi. Syöttöpelejä ja peliälyä harjoitetaan hiljalleen erilaisten pienpelien avulla. Tässä asioita, joihin kiinnittää huomiota joukkuepelaamisessa:

1. Pelipaikat – Jokainen pelaaja tietää oman pelipaikkansa ja osaa hahmottaa sen kentällä. Esimerkiksi hyökkääjä ei ole joukkueen alimpana.
2. Osataan pitää peli leveänä – joukkue ei ryhmitä kokonaan toiselle laidalle.
3. Osataan pitää etäisyydet riittävän pieninä – hyökkääjä ei ole vastustajan päädyssä, jos pakki on oman maalivahdin alueen sisällä puolustamassa.
4. Osataan syöttää palloa joukkuekavereille, eikä pelata itsekkäästi.



Kuva 5: Maalivahti on merkitty oranssilla, puolustaja keltaisella, laitapelaajat vihreällä ja hyökkääjä sinisellä.

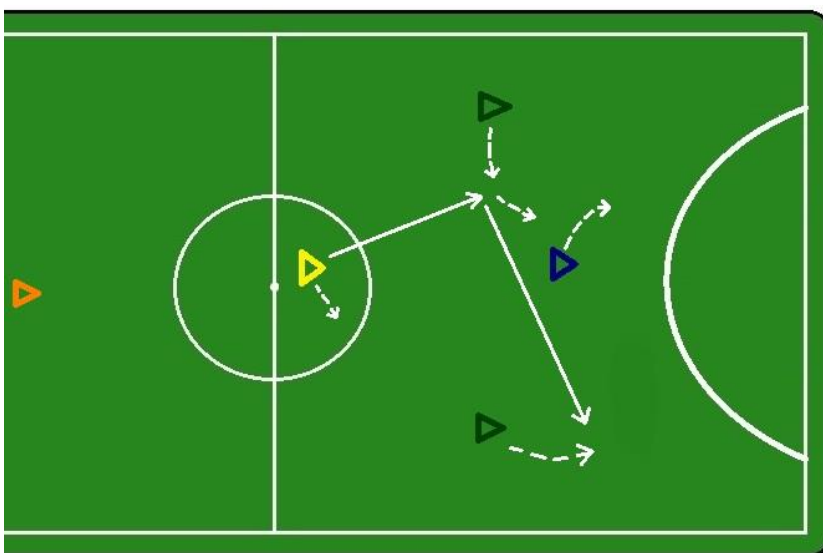




## Pelinrakentelu ja hyökkäyspelaaminen

Näin nuorilla pelaajilla (F7-F9 – juniorit) kehittyminen on todella nopeaa niin pelillisissä asioissa kuin tekniikassa. Joillain joukkueilla riittää pelkkään pelipaikkojen pitämiseen keskittyminen otteluissa, kun toinen joukkue pystyy jo keskittymään vaikeampiin asioihin kuten syöttöpeleihin. Lapsissa kehittyminen tapahtuu todella nopeasti ja kehittyminen vaihtelee paljon. Varsinkin F9 ikäluokassa tarvitsee jo joskus keskittyä vaikeampiin asioihin. Tavoitteena on lisätä pelin vaatimuksia sitä mukaa, kun kehitystä tapahtuu. Tärkeintä on, että pelaajilta vaaditaan syöttöpelejä, liikettä ja kannustetaan rohkeisiin ratkaisuihin pallon kanssa. Asioita, joita tulisi painottaa:

- Kolmen ylimmän pelaajat tulee tehdä aktiivista pallotonta liikettä. Esimerkiksi laitapelaajien ei tulisi vain seistä sivurajalla.
- Kolmen ylimmän pelaajan liikkuminen melko vapaata.
- Kolmen ylimmän pelaajan tulisi välttää, liikkumasta aivan kiinni toisissaan jolloin peli menee liian pieneen tilaan.
- Alimman pelaajan tulisi tukea muita ja tehdä itsensä pelattavaksi. Alin pelaaja liikkuu aktiivisesti keskustasta kohti laitoja pallon liikkeiden mukaan.



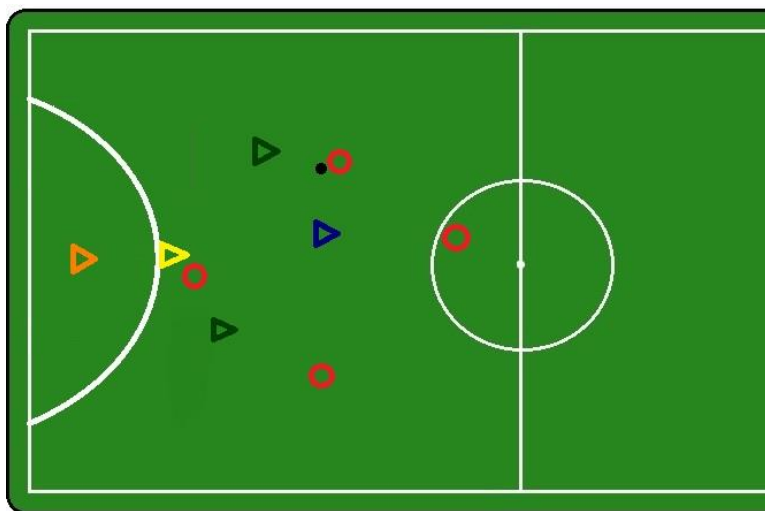
Kuva 7: Esimerkki mahdollisesta pelinrakentelusta: Laitapelaajat pyrkivät pitämään leveyden, mutta tulevat myös hakemaan palloa pois laidasta.

## Prässääminen ja puolustaminen

F7-F9 junioreilla puolustamisessa painotetaan keskustan pitämistä tiiviinä, pallolliselta tilan pois ottamista ja, että kaikki osallistuvat puolustamiseen. Opetetaan, että puolustettaessa keskusta on tärkeämpi kuin laidat. Laitapelaajien tulee kaventaa, jotta keskusta on tiiviimpi. Laitapelaajien tulee osallistua sekä puolustamiseen, että hyökkäämiseen. Puolustettaessa on tärkeää muistaa antaa vastustajan pallolliselle pelaajalle painetta, jotta hänellä ei olisi aikaa tehdä ratkaisuja.

Tärkeitä asioita, joihin kiinnittää huomiota:

1. Anna painetta vastustajan pallolliselle pelaajalle.
2. Joukkueen tulee kaventaa kohti keskustaa pallonmenetyksen sattuessa.
3. Koko joukkue osallistuu puolustamiseen.



Kuva 8: Puolustettaessa joukkueen laidat kaventavat, jotta vaarallisin maalintekosektori eli keskusta olisi paremmin puolustettavissa.

## **Pallonriisto**

Pallonriiston tapahtuessa laitapelaajat levittävät nopeasti kohti laitoja, jotta olisi enemmän tilaa pelata palloa. Pallonriiston jälkeen tärkein tehtävä on saada syötettyä seuraava syöttö omille. Pallonriistosta ei ole mitään hyötyä, jos pallo menetetään heti. Pallonriiston jälkeen joukkueen pallottomien pelaajien tulisi välttää suoraan pois päin pallollisesta tapahtuvaa ”karkuun” juoksemista. Pallonriiston jälkeen tulee tehdä itsensä pelattavaksi ja olla valmiina ottamaan pallo vastaan.

### 1.3 7 vs 7

7 vs 7 jalkapalloa pelataan pääasiassa E10 ja E11 ikäluokissa. 7vs7 pelissä kenttä- ja palloko koko muuttuvat verrattuna 5 vs 5 peliin. Tässä pelikirjassa käydään läpi yksi 7 vs 7 pelijärjestelmä: 3-2-1. Tarkoituksena on muodostaa pelaajan kehittymistä tukeva polku, joka aiheuttaisi mahdollisimman vähän kasvukipuja siirryttäessä kenttäkoosta toiseen. Tavoitteena on, että pelijärjestelmät, siirryttäessä kenttäkoosta toiseen, sisältäisivät mahdollisimman paljon samoja asioita ja muutoksen vaikutukset pystyttäisiin minimoimaan. Näin harjoittelussa pystyttäisiin keskittymään mahdollisimman nopeasti uusiin asioihin eikä koko ajan pitäisi opetella uutta tapaa liikkua kentällä.

Näissä ikäluokissa on vielä voimassa PPT eli puolen pelin takuu. Palloliiton suositusten mukaan yhteen otteluun kannattaa ottaa 8-9 pelaajaa, jotta peliaikaa tulee riittävästi jokaiselle pelaajalle.

7 vs 7 pelissä jatketaan pelaavan jalkapallon harjoittelua ja halutaan saada syötöt nopeasti liikkeelle. Pelaajien pelikäsitys on kehittynyt tähän ikään mennessä jo sen verran, että heiltä pystytään vaatia syöttöpeliä uudella tasolla. Lyhytsyöttöpeli vaatii pelaajien ensimmäisen kosketuksen kehittämistä. Pelaamisessa korostetaan pallotonta liikettä ja kannustetaan rohkeisiin ratkaisuihin pallon kanssa. E11 ikäisillä voi olla peliälyä jo sen verran, että tarkoituksenmukaisia pitkiä palloja voi yrittää sopivissa tilanteissa, kuten vastahyökkäyksen ollessa mahdollista. Suurin osa hyökkäyksistä tulee muodostua avaamalla lyhyellä. Asioita, joihin keskittyä näissä ikäluokissa pelijärjestelmän opetteluksa:

- Kaventaminen puolustettaessa
- Pelaaminen leveällä hyökätessä
- Kierrättäminen
- Laitapuolustajien aktiivinen nouseminen mukaan hyökkäyksiin
- Kolmion (keskikenttä+hyökkääjä) liikkuminen

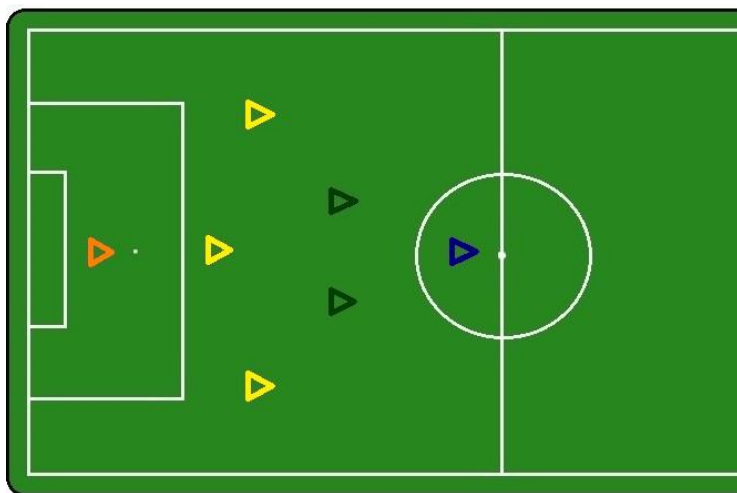
### 3-2-1

Kentälle tulee kaksi uutta pelaajaa, kun siirrytään 5vs5 pelistä 3-2-1 -järjestelmään (Kuva 9): vasen ja oikea laitapuolustaja. Ilman laitapuolustajien aktiivista nousemista tukemaan hyökkäystä, puuttuu 3-2-1 -järjestelmästä hyökätessä leveys, ja maalipaikkojen rakentelu vaikeutuu. Laitapuolustajien nouseminen tulisi olla vuorottelevaa; Kun toinen nousee, toinen jää puolustamaan topparin avuksi, jotta alhaalla olisi kaksi puolustamassa, ettei vastustaja pääse vaarallisiin vastahyökkäyksiin. Hyökkäyksiin tulisi lähteä tasapuolisesti molemmilta laidoilta, jotta pelistä ei tule yksipuolista ja helposti luettavaa, mutta myös siksi, ettei toinen laitapuolustaja väsy liian paljon. Hyökkäyksiin nouseminen on paljon energiaa kuluttavaa.

7 vs 7 peli tuo myös ensimmäistä kertaa keskikentän mukaan peliin. 3-2-1 -järjestelmässä on kaksi tasavertaista keskikenttää eli toinen ei ole alempi ja toinen ylempi.

Kaksi keskikenttää ja hyökkääjä muodostavat kolmion, joka tulisi muistaa kentällä.

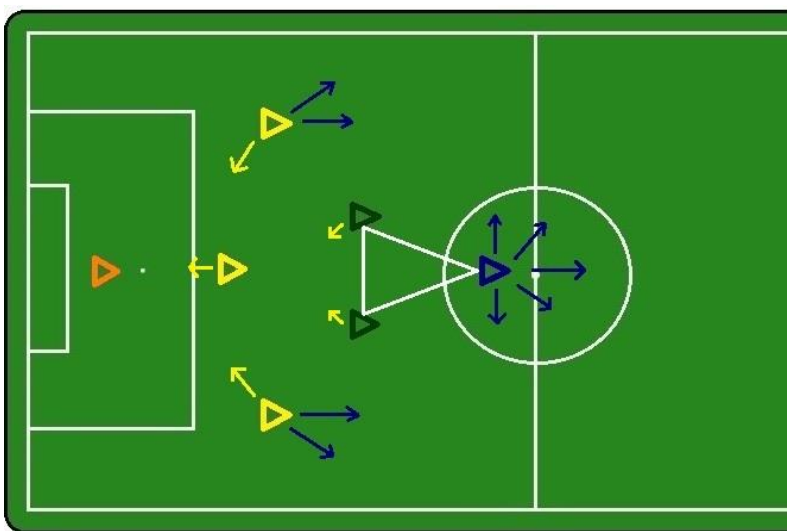
Kolmion kärkenä toimii hyökkääjä ja kolmio kääntyy sen mukaan miten pelaajat liikkuvat. (kts. kolmion liikkuminen)



Kuva 9: 3-2-1 -järjestelmässä on tärkeää laitapuolustajien nouseminen mukaan hyökkäyksiin, jotta kaikki hyökkäykset eivät tulisi vain keskeltä. Laitapuolustaja tuo myös yhden pelaajan lisää hyökkäyksiin.

Huomion arvoisia asioita joukkuepelaamisesta:

1. Puolustuslinja ei saa jäädä ”makaamaan” alas, vaan liikkuu pallon liikkeiden mukaan; Jos pallo on vastustajan maalin lähellä, puolustuslinja on noin puolessa kentässä. Puolustuslinja liikkuu samaan tahtiin pallon liikkeiden mukaan. Näin etäisyydet pelaajien välillä eivät kasva liian suuriksi.
2. Laitapuolustajat pyrkivät hyökkäyspäässä syöttämään kohti keskustaa, keskittämään maalille tai leikkaamaan keskelle ja laukomaan.
3. Maalivahtia käytetään seitsemäntenä kenttäpelaajana ja kierrätystä käytetään aktiivisesti.



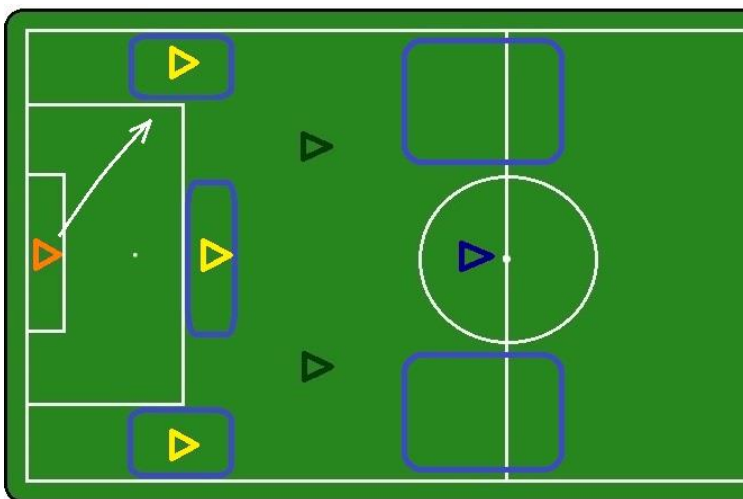
Kuva 10: Kuvassa näkyy minne pelaajien liikkeet suuntautuvat kentällä puolustettaessa (keltainen) ja hyökätessä (sininen). Puolustettaessa joukkue kaventaa kohti keskustaa, jotta pelaajien väliset etäisyydet pienenevät ja jotta joukkueen on helpompi puolustaa vaarallisinta maalintekosektoria (keskusta). Hyökkääjä ja kaksi keskikenttäpelaajaa muodostavat kolmion, jonka kärjessä on hyökkääjä. Pelaajien liikkeet kääntävät kolmion.

## Pelinavaaminen

FC POHU pyrkii avaamaan peliä lyhyillä syötöillä, jotta opitaan pelaamaan rohkeaa ja pelaavaa jalkapalloa. Maalivahdin avauksien tulisi ensisijaisesti kohdistua laitapuolustajille laitoihin tai topparille keskelle. Maalivahdin saadessa pallon tai maalipotkussa laitapuolustajien tulisi liikkua leveälle, lähelle kentän laitoja, jolloin he ovat paremmin pelattavana. Heti, kun peli on avattu jompaan kumpaan laitaan, tulee toisen laitapuolustajan kaventaa kohti keskustaa, jotta etäisyydet eivät olisi liian suuria mahdollisen pallonmenetyksen tapahtuessa.

Keskikenttien sijoittuminen muodostaa kentälle kolmioita (kts. kuva 11), jotka helpottavat syöttösuuntien löytämistä.

Pelinavaamisessa olisi tärkeää, että pelaajat pyrkivät liikkumaan pelattavaksi ja näyttävät, että he haluavat palloa.



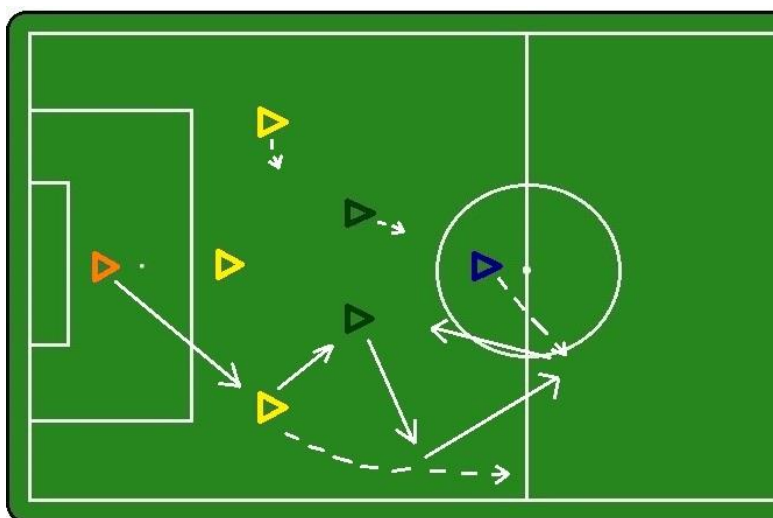
Kuva 11: Kuvassa on sinisellä merkittynä alueet, jonne maalivahdin tulisi suunnata avauksensa. Keskikenttäpelaajien tehtävänä on hakeutua pelattavaksi, jotta puolustajalla olisi heti syöttösuuntia käytettävissä. Jos lyhyellä avaaminen ei onnistu tulisi hyökkääjän siirtyä lähemmäs toista laitaa, jotta avausta ei tarvitsisi suunnata keskelle. Jos keskelle suuntautuva avaus epäonnistuu, on olemassa suurempi vastahyökkäyksen riski. Maalivahti nostaa puolustuslinjaa ennen pitkää avausta, jotta pelaajien väliset etäisyydet eivät olisi niin isoja.



## Pelinrakentelu

FC POHU juniorit pyrkivät rakentamaan peliä enemmän pallonhallinnan kuin suora-  
viivaisten, vain eteenpäin suuntautuvien syöttöjen avulla. Tässä onnistutaan, kun joka  
toinen syöttö on joko tiputus tai syöttö sivuttaissuunnassa. Näin syöttelemällä saadaan  
vastustajan pelaajat liikkumaan sekä syvyys- että leveyssuunnassa. Tiputuksilla vältetään  
kääntymiset suoraan vastustajan syliin ja pallo saadaan pelattua omalla pelaajalla liikkee-  
seen. Jos pelissä syntyy vastahyökkäyksen mahdollisuus, ja on esimerkiksi mahdollisuus  
päästä eteenpäin nopeasti parilla syötöllä, ei joka toisen tarvitse olla tiputus tai syöttö  
sivulle. Jos on tilaa pelata, se käytetään hyväksi. Tärkeitä asioita muistettavaksi:

- Lyhytsyöttöpeli vaatii aktiivista pallotonta liikettä
- Nopea pallon liikuttelu vaatii haltuunottojen suuntaamista
- Laitapuolustajien on aktiivisesti osallistuttava hyökkäyksiin

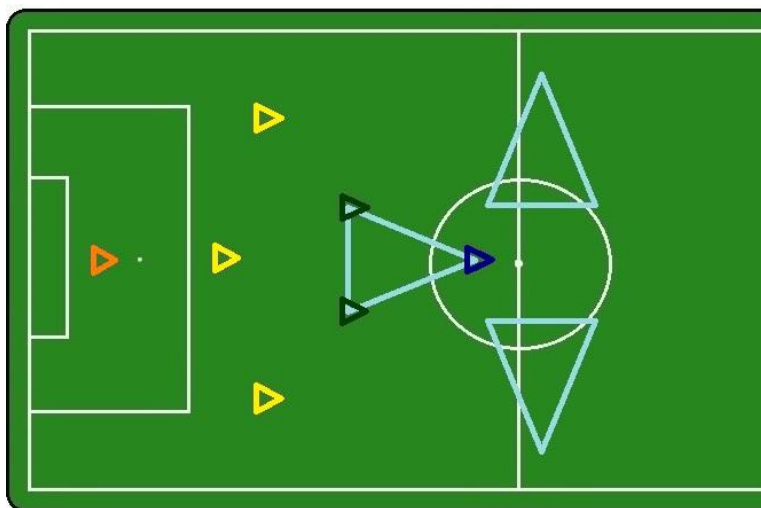


Kuva 12: Laitapuolustajan tulisi lähteä rohkeasti hyökkäyksiin mukaan. Nousevan puo-  
lustajan ansiosta pelinrakenteluun ja hyökkäyksiin saadaan leveyttä. Jos laita on tukossa,  
tulisi keskikenttien pystyä myös vaihtamaan laitaa; Toisella puolella on aina vielä yksi  
pelaaja (toinen laitapuolustaja).

## Kolmion liikkuminen

Kaksi keskikenttää ja hyökkääjä muodostavat 3-2-1 -pelijärjestelmässä kolmion. Muodostuvan kolmion tarkoitus on säilyttää pelaajien väliset välimatkat sopivina ja joukkueen sijoittuminen kentällä tasapainoisena. Ideana on, että pelaajat muodostavat kolmion, jonka kulmina ovat pelaajat. Kolmion muoto muuttuu tilanteen mukaan. Pelaajien liikkuminen kääntää kolmiota eli jos hyökkääjä on laidassa, on toinen keskikenttä nousut ylimmäksi pelaajaksi. Näin varmistetaan, että pelissä on aina joku pelaaja viemässä hyökkäystä eteenpäin.

Kolmio on asetettu tavoite, joka ohjaa pelaajien liikkumista kentällä, mutta sitä ei täydy orjallisesti noudattaa, vaan pelaajien todellinen sijoittuminen määräytyy vastustajan sijoittumisen ja pallon sijainnin mukaan.



Kuva 13: Hyökkääjän (tummansininen) liikkeet kohti laitoja ja kulmia mahdollistavat nopeammat hyökkäykset. Keskikenttäpelaajien tulisi liikkua näiden liikkeiden mukaan. Esimerkiksi jos hyökkääjä tekee liikkeen, vasemmalle laidalle, tulee toisen keskikentän (se joka on kauempana vasemmasta laidasta) nousta rohkeasti ylöspäin, jolloin hänestä tulee ylin pelaaja. Näin ylhäällä on aina yksi pelaaja viemässä peliä eteenpäin.

## Hyökkäyspelaaminen

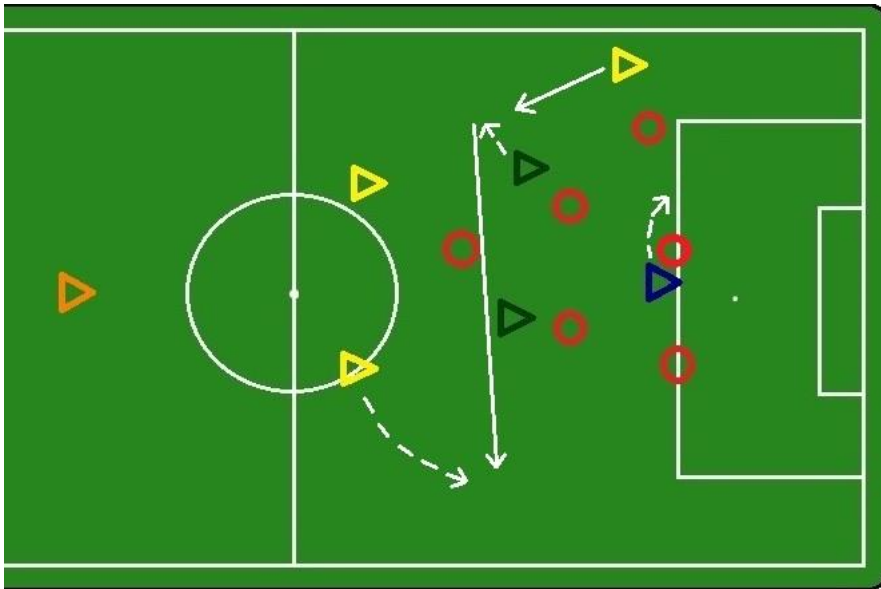
3-2-1 -pelijärjestelmän hyökkäyspelaaminen muodostuu nousevien laitapuolustajien ja kolmion yhteistyöstä. Kolmion pohjan ja topparin kautta pystytään muuttamaan pelin painopistettä puolelta toiselle.

Laitapakkien tulee aktiivisesti tukea hyökkäystä (kuva 14 ja 15). Toinen laitapuolustaja nousee aina mukaan. Kun muutetaan painopistettä, on toisenkin laitapuolustajan nouseminen, jotta laidalla on joku kenelle voidaan syöttää. Samalla, kun toinen laitapuolustaja nousee, toinen tippuu alemmas muodostamaan topparin kanssa puolustuslinjaa.

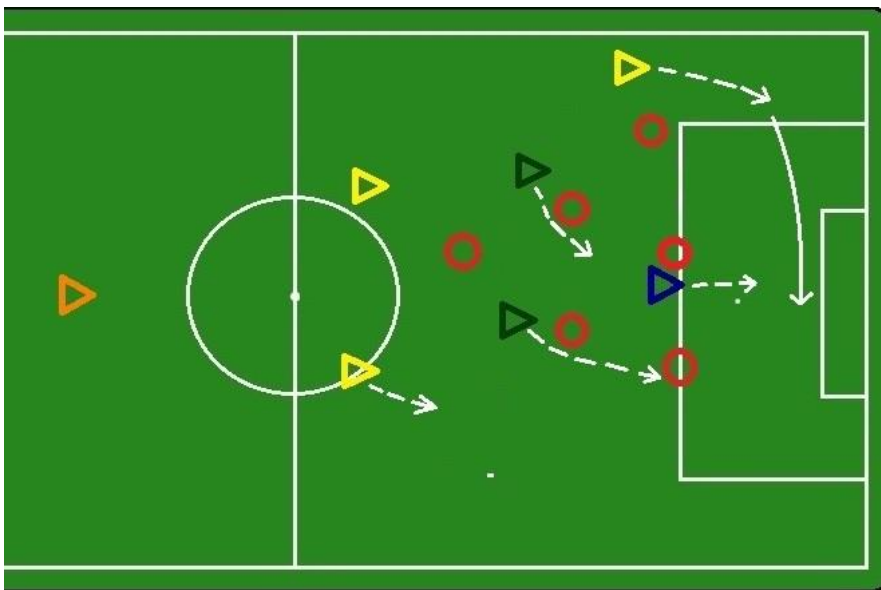
Keskikenttien tehtävänä on rakentaa peliä. Tärkeimmät tehtävät ovat painopisteen muuttaminen puolelta toiselle ja tukea hyökkääjää maalinteossa. Mitä vähemmän aikaa painopisteen muuttamiseen menee, sitä enemmän siitä on hyötyä, koska silloin toisella puolella on enemmän tilaa. Keskikenttä tukee hyökkääjää maalinteossa ja nousee mukaan hyökkäyksiin.

Tärkeitä asioita muistettavaksi:

- Laitapuolustajien tulee nousta mukaan hyökkäyksiin. Toinen laitapuolustaja jää alemmas varmistamaan kun toinen nousee
- Painopisteensiirrot nopeasti
- Kun toinen keskikenttä nousee hyökkäämään, toisen tulee jäädä alemmas rakentamaan peliä



Kuva 14: Laitapuolustajat osallistuvat aktiivisesti hyökkäyksiin. Pallottoman puolen puolustajan tulee olla valmiina lähtemään mukaan hyökkäyksiin jos toinen laita on tukossa. Näin mahdollistetaan nopeat puolenvaihdot.

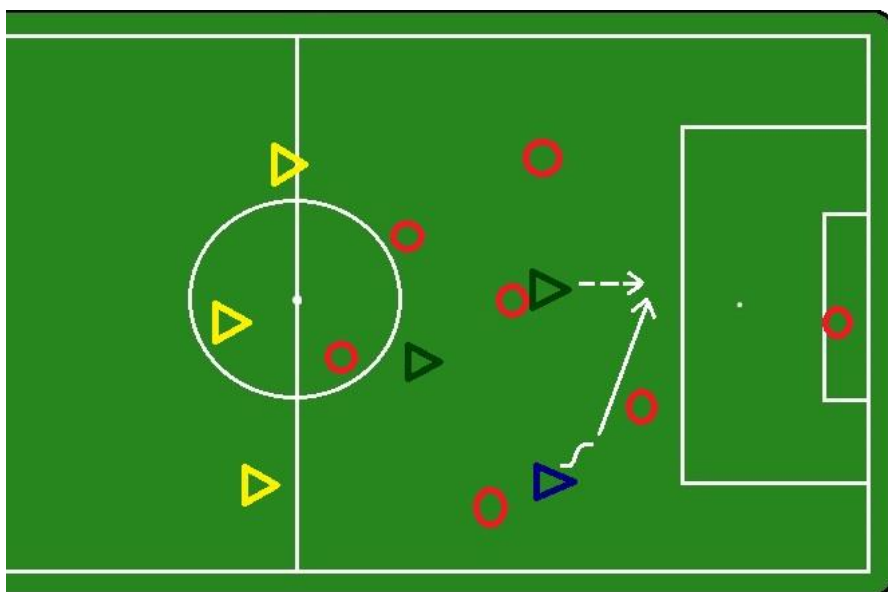


Kuva 15: Laitapuolustajia, kuten muitakin pelaajia kannustetaan rohkeaan pallolliseen peliin hyökkäyspäässä. Jos hyökkäyspäässä on 1 vs 1 tilanne, kannustetaan pelaajia rohkeasti haastamaan ja pyrkimään kohti maalia. Kun toinen puolustaja on lähellä vastustajan maalia, on toisen puolustajan oltava alempana, jotta vastustaja ei pääse vaarallisiin vastahyökkäyksiin niin helposti.

## Murtautuminen

5 vs 5 pelissä pelitilanteet ovat suurimmaksi osaksi 1 vs 1 tilanteita. Uuteen kenttäkoon siirryttäessä pelaajille aletaan opettamaan 2 vs 1 tilanteiden muodostamista ja niiden ratkaisemista. Suurimmat haasteet alkuun ovat syötön ajoittamisessa ja pallottoman pelaajan sijoittumisessa. Usein palloton pelaaja tulee joko liian lähelle tai jää liian kauas. Tärkeitä asioita 2 vs 1 tilanteista:

- Kuljeta kohti vastustajan puolustajaa tai vastustajan maalia. Silloin pidät itselläsi kaksi vaihtoehtoa, syöttö tai haastaminen, koska kummallakin puolella vastustajaa on tilaa. Jos pallollinen pelaaja kuljettaa esimerkiksi kohti laitaa, on puolustajan helppo ottaa tila pois.
- Pallollisen tulisi syöttää, kun hän on saanut vastustajan puolustajan pelaamaan itseään vastaan. Syötön tulisi tapahtua ennen kuin vastustaja on liian lähellä. Niin kauan kun vastustaja pyrkii peittämään myös syöttöä, on vaikeampaa saada syöttö omille.



Kuva 16: Kun pallollinen pelaaja suuntaa kuljetuksensa 2 vs 1 tilanteessa kohti vastustajan puolustajaa tai maalia, pysyy hänellä koko ajan kaksi vaihtoehtoa: haasto tai syöttö. Jos pallollinen pelaaja juoksisi laitaa myöten, on puolustajan helppo peittää syöttö ja pakottaa pelaaja ahtaaseen tilaan.

## **Pallonmenetys → puolustaminen**

Pallonmenetyksen tapahtuessa joukkue kaventaa, jotta pelaajien etäisyydet saadaan lyhemmiksi ja tehtyä vastustajan syöttöpeliiä vaikeammaksi. 3-2-1 -pelijärjestelmän vahvuus on tiivis keskusta, joka ohjaa vastustajan hyökkäykset laitoihin, tulemaan pienemmistä kulmista kohti maalia. (Kuva 10)

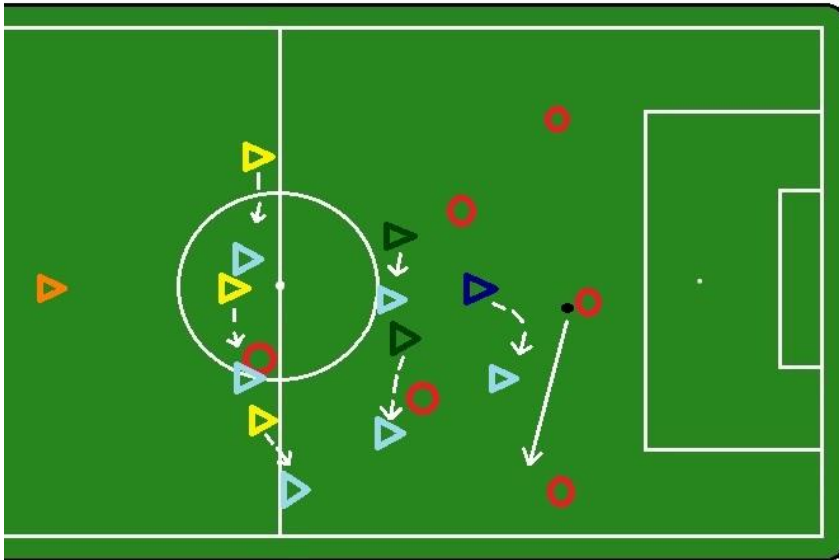
## **Prässääminen**

3-2-1 pelijärjestelmässä prässääminen ei ole aggressiivista. Johtuen joulukuusen muodosta, prässiiä ei saada tarpeeksi tiiviiksi vastustajan kenttöpäädyssä, jotta se tuottaisi vastustajalle ongelmia. Joulukuusen tarkoitus on ohjata vastustajan peliiä kohti laitoja ja laidoilla viedä tila pois. Joulukuusen ansiosta kentän ”keskikaistan” tulisi olla tiivis. Hyökkääjän tehtävä on ohjata prässiiä kohti laitaa eli vastustajan avatessa peliiä, hyökkääjä liikkuu keskeltä kohti laidassa olevaa pallollista pelaajaa ja peittää syöttösuunnan topparille, keskikentälle tai toiselle puolustajalle.

Keskikenttäpelaajat peittävät syöttösuuntia ja tukevat hyökkääjää prässissä. Jos vastustaja onnistuu kierrättämään toiselle puolelle ja hyökkääjä ei sinne ehdi, tulee toisen keskikentän nousta antamaan prässii ja hyökkääjä siirtyy alemmas tukemaan prässiiä.

Puolustuslinjan tehtävä on liikkua kohti laitaa, jonne peli on ohjattu ja tehdä prässistä tiivis. Pallottoman laidan puolustajan tulee kaventaa kohti keskustaa ja tekee näin joukkueen prässistä tiiviin.

On tärkeää, että prässääminen tapahtuu joukkueena. Yksin, ilman muiden pelaajien tukea, prässääjä on helppo pelata ulos tilanteesta



Kuva 17: Pallonmenetyksen jälkeen tulee joukkueen saada etäisyydet pienemmiksi.

Hyökkääjän tulee omalla liikkumisellaan ohjata vastustajan puolustajaa pelaamaan kohti laitoja. 7 vs 7 pelissä on vielä rangaistusalueen paitsio mikä tulee ottaa huomioon, jos vastustaja jättää pelaajia ylös. Tällöin kuvassa näytettävä puolustuslinja ei toimi toivotulla tavalla ja koko joukkueen tulee sijoittua alemmas, lähemmäs omaa maalia.

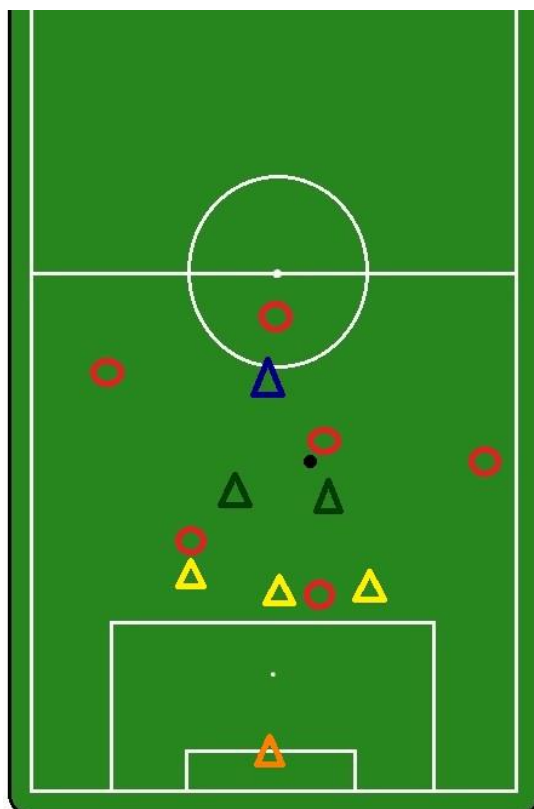
Kuvassa vaaleansiniset kolmiot osoittavat paikkaa mihin pelaaja liikkuu, kun vastustajan toppari syöttää laitapuolustajalle.

## Puolustaminen omalla kenttäpuoliskolla

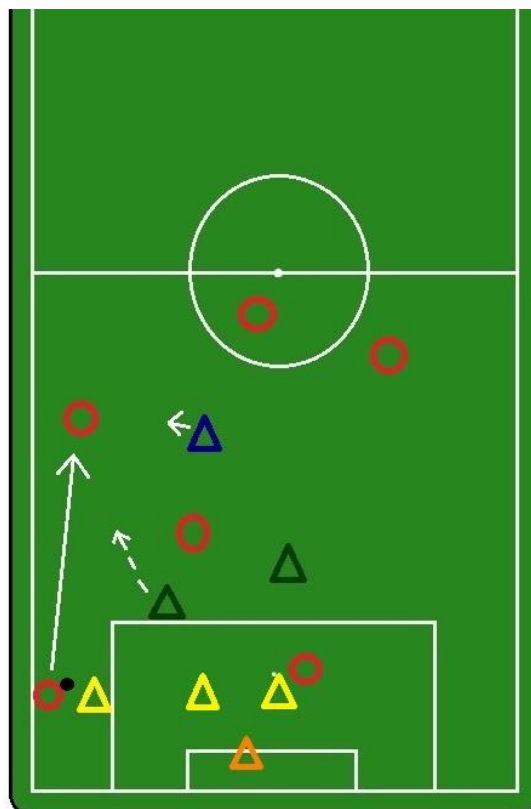
Puolustettaessa omassa päässä joukkueen sijoittuminen riippuu luonnollisesti pallollisen pelaajan sijainnista;

Pallon ollessa keskellä aktiivisen prässin antaa toinen keskikenttäpelaajista ja toinen tukee tätä. Laitapuolustajat ovat kaventaneet ja vaarallisin maalintekosektori eli keskusta on tukittu. (kuva 18) Hyökkääjän tulee antaa painetta, kun pallo on lähellä häntä, mutta muuten hyökkääjä pysyy ylhäällä valmiina vastahyökkäykseen.

Pallon ollessa laidassa, laitapuolustaja on normaalisti lähimpänä palloa ja antaa pallolliselle painetta (kuva 19). Pallottoman laidan puolustaja kaventaa kohti keskustaa ja tukee topparia maaliinedustan puolustamisessa. Toinen keskikenttä ja toppari tukevat laitapuolustajaa ja jos vastustaja pelaa palloa alaspäin laitaa pitkin, tulee ko. keskikentästä aktiivisin prässääjä.



Kuva 18:



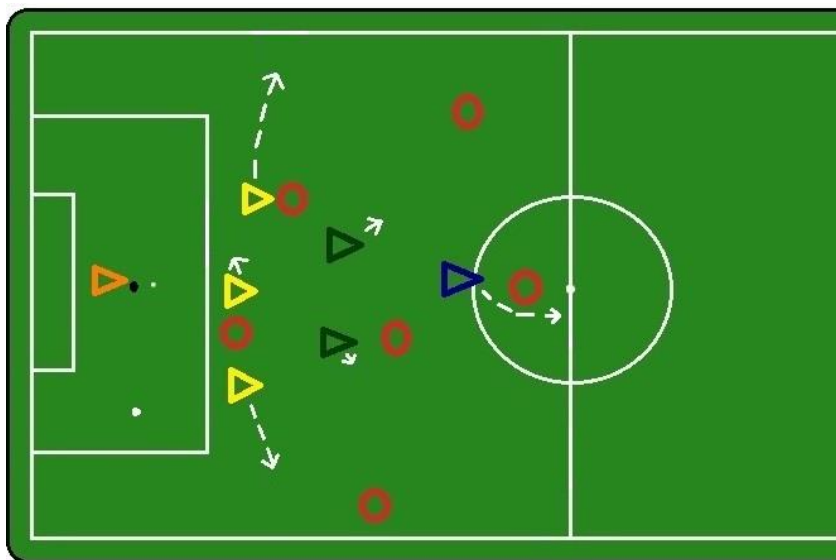
Kuva 19:



## Pallonriisto

Pallonriiston onnistuessa tulee heti mahdollistaa syöttöpelit eli peliä levitetään kohti laitoja. Laitapuolustajat levittävät kohti laitoja ja hyökkääjä nostaa ylemmäs. Pelaajat pyrkivät aktiivisesti pelattavaksi, jotta pallollisella pelaajalla olisi syöttösuuntia.

Tärkeintä pallonriiston jälkeen on saada ensimmäinen syöttö omille. Pallonriistosta ei ole hyötyä, jos peliväline menetetään heti vastustajalle.



Kuva 20: Pallonriiston jälkeen tärkeintä on levittää peliä, jotta pallollisella olisi enemmän aikaa pelata palloa. Puolustajat levittävät laitoihin ja keskikenttät siirtyvät etäämmälle toisistaan. Hyökkääjä nostaa sijoittumistaan vastustajan puolustuslinjaan.

## 1.4 9 vs 9

9 vs 9 peliä pelataan D12 ja D13 iässä. Ainoana poikkeuksena ovat kilpasarjat, joissa pelataan D13- ikäluokassa 11 vs 11. Pallokoko pysyy samana (4) molemmissa ikäluokissa. Palloliitto suosittelee, että 9 vs 9 peleihin joukkue ottaisi mukaan 11–12 pelaajaa, jotta jokainen pelaaja saa tarpeeksi peliaikaa.

9 vs 9 peleissä jatketaan E- junioreissa aloitettua polkua kohti 11 vs 11 peliä. 9 vs 9 peliä pelataan 3-2-3 -pelijärjestelmällä. Pelijärjestelmästä löytyy E- junioreissa opetellun pelijärjestelmän sisällyttämiä asioita. Pelijärjestelmässä ei muutu jo opetellut pelipaikat vaan kentälle lisätään vain kaksi laitalinkkiä.

9 vs 9 pelissä POHU:n juniorit jatkavat pelaavan, energisen ja nopeasti palloa liikuttavan jalkapallon pelaamista. Pelaamisessa korostetaan pallotonta liikettä ja kannustetaan rohkeisiin ratkaisuihin pallon kanssa, kuten haastamiseen 1 vs 1 tilanteissa ja ratkaiseviin syöttöihin tai laukauksiin hyökkäyspelaamisessa.

### 3-2-3

3-2-3 -järjestelmässä (kuva 21) kentälle lisätään kaksi pelaajaa: oikea ja vasen laitalinkki. 3-2-3:ssa harjoitellaan laitalinkkien pelaamista. 3-2-3 on polun seuraava askel kohti 4-2-1-3 -pelijärjestelmää, joka käydään läpi 11 vs 11 osiossa.

Yhden topparin on tarkoitus mahdollistaa laitapuolustajien pelaaminen leveällä, kun joukkueella on pallo. Tällöin topparin kautta pystytään kierrättämään peliä laidalta laidalle. Topparin tehtäviin kuuluu pelinavaaminen ja keskisektorin puolustaminen.

Laitapuolustajien tärkeimmät tehtävät ovat keskikenttäpelaajien tukeminen hyökätessä ja topparin kanssa tiiviin puolustuslinjan pitäminen. Laitapuolustajat nousevat rohkeasti hyökkäyksiin mukaan.

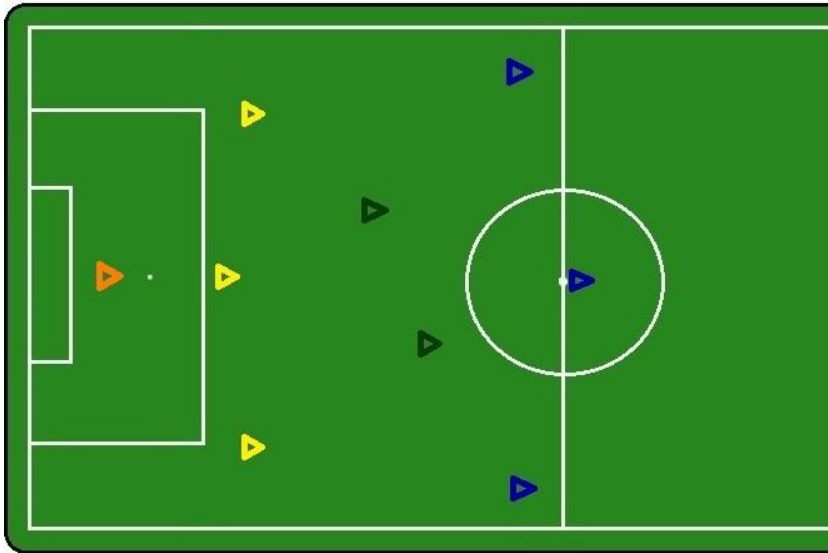
Keskikenttien tehtäviin kuuluu pelin painopisteen muuttaminen, pelin jakaminen laitoihin ja puolustettaessa syöttösuuntien peittäminen. Keskikentistä toinen on tilanteesta riippuen hyökkäävämpi kuin toinen, mutta he eivät pelaa peräkkäin (ylempi/ alempi) vaan ovat samanarvoisia.

Laitalinkkien tehtävä on tuoda leveyttä pelinrakenteluun ja hyökkäämiseen. Linkkien ansiosta hyökkäyksissä on jo valmiina leveys ja hyökkäyksiin lähtö onnistuu tarpeen mukaan todella nopeasti.

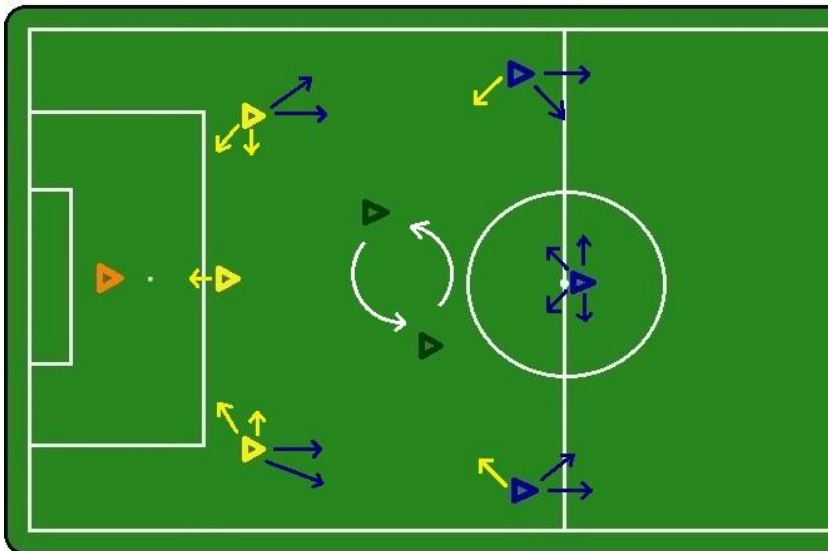
Hyökkääjän tehtävänä on osallistua pelinrakenteluun ja tehdä juoksuja vastustajan puolustuslinjan taakse. Hyökkääjän tulee pystyä myös tekemään itsensä pelattavaksi, osallistumaan pelinrakenteluun ja pitämään palloa hallussaan.

Tärkeitä asioita muistettavaksi:

- Lähdetessä hyökkäykseen on tärkeää, että aina yksi laitapuolustaja nousee mukaan.
- Murtautumisessa on tärkeää, että laitalinkit pyrkivät tekemään juoksuja puolustuslinjan taakse. Laitalinkit pyrkivät pitämään leveyden ja tekevät sieltä liikkeitä pelattavaksi.
- Hyökkääjän tehtävänä on toimia hyökkäyslinjassa pallollisena pelaajana, jonka kautta saadaan rakennettua peliä ja maalipaikkoja.



Kuva 21: 3-2-3 – pelijärjestelmä.



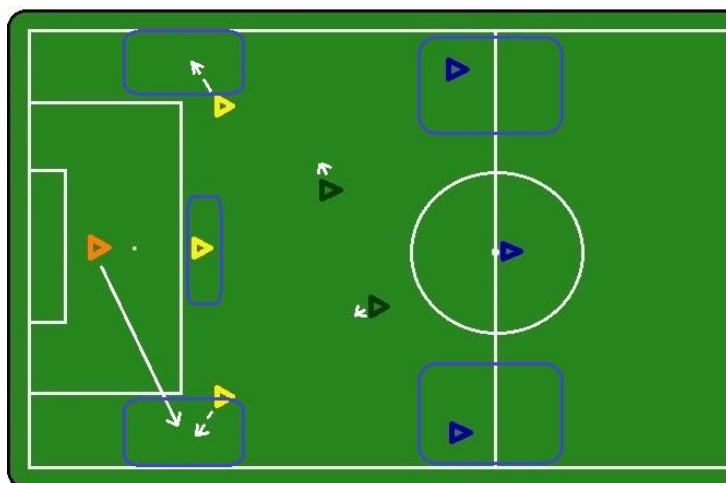
Kuva 22: Kuvassa näkyy minne pelaajien liikkeet suuntautuvat kentällä puolustettaessa (keltainen) ja hyökätessä (sininen). Puolustettaessa joukkue kaventaa kohti keskustaa, jotta pelaajien väliset etäisyydet pienenevät ja jotta joukkueen on helpompi puolustaa vaarallisinta maalintekosektoria (keskisektori).

Kaksi keskikenttäpelaajaa liikkuvat rotaatiossa; Kun toinen keskikenttä nostaa, toinen hakee alempaa, kun toinen on vasemmalla puolella keskisektoria, toinen sijoittuu enemmän oikealle. Hyökkääjän tehtävä on liikkua vapaaksi niin, että häntä voidaan käyttää pelirakentelussa. Laitalinkkien tehtävänä on tehdä liikkeitä linjan taakse.

## Pelinavaaminen

FC POHU – juniorit pyrkivät avaamaan peliä lyhyillä syötöillä eikä pitkillä avauksilla. Avausten tulisi ensisijaisesti suuntautua laitaan. Jos vastustaja prässää niin korkealta, että lyhyellä syötöllä avaaminen ei onnistu, tulee pitkän pallon suuntautua myös laitaan. D- junioreiden peliäly riittää jo pidempiin, tarkoituksenmukaisiin palloihin, mutta niitä tulisi käyttää vain vastustajan korkean prässin purkamiseksi, ylivoimatilanteen tai vasta-hyökkäyksen mahdollisuuden hyödyntämiseksi. Suurin osa pelistä avataan lyhyillä syötöillä, jotta juniorit oppivat pelaamaan rohkeasti omalla kenttäpuoliskolla ja rakentamaan peliä maata pitkin.

- Pelialueesta halutaan tehdä iso. Laitapuolustajat ja laitalinkit liikkuvat pelattavaksi kohti laitoja.
- Keskikenttäpelaajat sijoittuvat niin, että he muodostavat joukkueen muiden pelaajien kanssa kolmioita kentälle. Kolmiot helpottavat syöttösuuntien löytämisessä.
- Ensimmäisen syötön jälkeen pallottoman laidan pelaajat kaventavat kohti keskustaa, jotta he olisivat paremmin pelattavana.



Kuva 23: Kuvassa on sinisellä merkittynä alueet, jonne maalivahdin avaukset tulisi suunnata. Laitapuolustajat levittävät lähemmäs sivurajaa. Keskikenttät ovat valmiina tekemään itsensä pelattavaksi heti avauksen jälkeen. Keskikenttien sijoittuminen muodostaa kentällä kolmioita. Ennen pitkää avausta maalivahti nostaa puolustuslinjaa ylemmäs, etteivät pelaajien väliset etäisyydet olisi liian pitkät.

## Pelinrakentelu

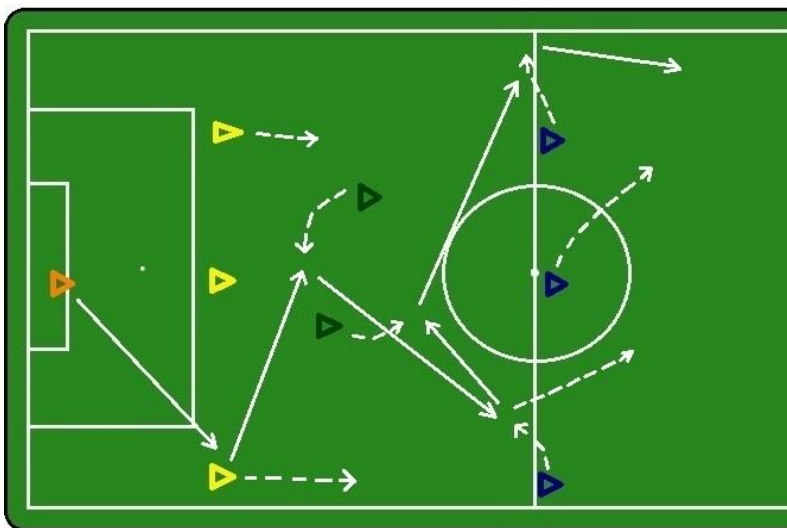
Pelinrakentelussa jatketaan 7 vs 7 pelissä opeteltuja asioita; Pelinrakentelussa pyritään pallonhallintaan ja pitämään pallo maassa. Hyvänä muistisääntönä on: joka toinen syötö pystyyn, joka toinen tiputuksena alas tai sivulle. Näin pelinrakentelu ei ole vain eteenpäin puskemista vaan peliin saadaan mukaan leveys ja samalla laitapakit ehtivät mukaan tukemaan hyökkäyksiä. Pelaajien tulisi hakeutua pelattavaksi väleihin (kahden vastustajan pelaajan väliin jäävä tila).

Laitapuolustajien tulee nousta aktiivisesti mukaan pelinrakenteluun ja hyökkäyksiin. Kun toinen puolustaja nousee, toinen jää alemmas varmistamaan.

Keskikenttät liikkuvat rotaatiossa: Kun toinen keskikenttä nostaa, toinen hakee alempaa, kun toinen on vasemmalla puolella keskisektoria, toinen sijoittuu enemmän oikealle.

Laitalinkit pyrkivät pelaamaan leveällä, josta he hakevat palloa tulemalla vastaan tai leikkaamalla keskelle

Hyökkääjä pyrkii osallistumaan pelinrakenteluun ja pitämään palloa. Hyökkääjän osallistuminen pelinrakenteluun antaa tilaa keskikenttäpelaajille ja laitalinkeille.



Kuva 24: Pelinrakentelussa on tärkeää pelaajien aktiivisuus pallottomana. 3-2-3 -järjestelmän vahvuutena on pelaajien sijoittuminen kentällä; Pelissä pystytään nopeasti vaihtamaan laita ja hyökkäyksiin lähtö tapahtuu tarvittaessa nopeasti.

## Hyökkäyspelaaminen

Hyökkäyspelaamisessa ratkaisevaa on toisen keskikenttäpelaajan (toinen nousee, toinen varmistaa) ja laitapuolustajien tuki sekä kolmen ylimmän pelaajan palloton liike. Pelistä ei saa tulla ylimpien pelaajien seisomista linjassa, kun keskikenttä ja laitapakit pyrkivät löytämään syöttösuuntia vaan hyökkääjältä ja laitalinkeiltä vaaditaan paljon pallotonta liikettä kaikkiin suuntiin: vastaan, sivulle ja linjan taakse. Tärkeää on pallottomien pelaajien liikkeet väleihin pelattavaksi. Kaikkia pelaajia kannustetaan hyökkäysalueella rohkeaan pallolliseen peliin ja rohkeisiin ratkaisuihin, kuten haastamiseen, laukomiseen ja ratkaiseviin syöttöihin.

Laitapuolustaja nousee tukemaan hyökkäystä ja muodostaa paikan tullen 2 vs 1 tilanteita laitalinkin kanssa.

Toinen keskikenttä nousee maalintekoon ja toinen jää alemmas varmistamaan. Keskikentät pyrkivät nopeisiin painopisteensiirtoihin, murtautumiseen johtaviin syöttöihin ja laukauksiin.

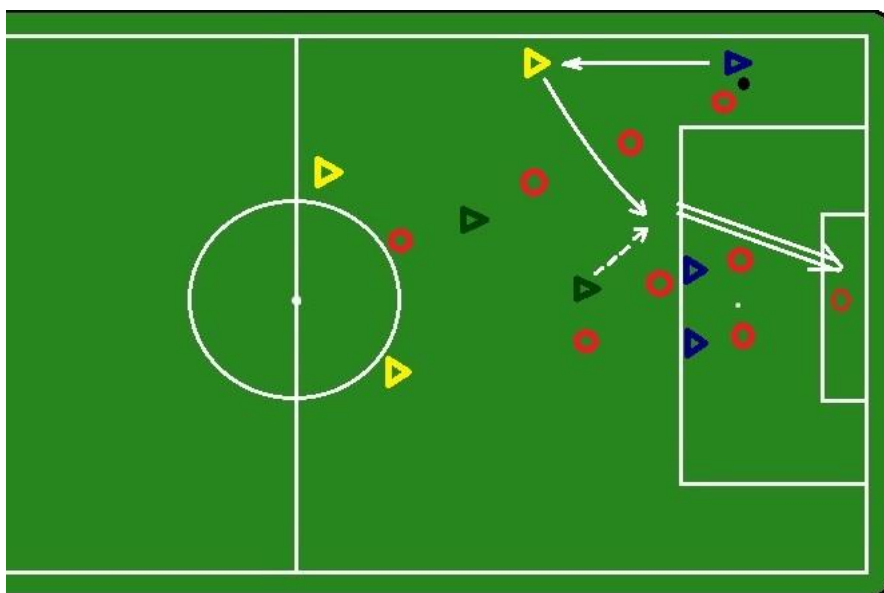
Laitalinkit pyrkivät tekemään juoksuja linjan taakse, josta he pyrkivät maalintekoon tai keskityksiin. Laitalinkkien tulisi aktiivisesti pyrkiä vastustajan puolustuslinjan taakse.

Hyökkääjä pyrkii pelattavaksi ja pallon kanssa joko murtautumiseen johtaviin syöttöihin tai maalintekoon.

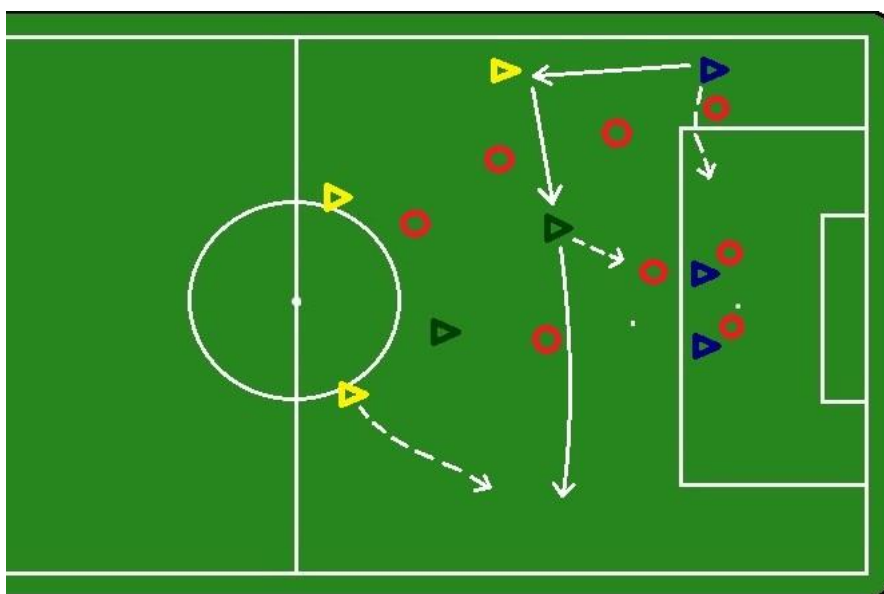
Tärkeää olisi saada pelaajia maalille heti, kun pallo on saatu pelattua laitaan.

Hyökkäysalueella pyritään nopeisiin, suoraviivaisiin ratkaisuihin.

Kuvissa on kaksi esimerkkiä hyökkäyspään pelaamisesta. Kuvat ovat jatkumoa pelinrakentelu-osion kuvasta.



Kuva 25: Laitapuolustajat nousevat tukemaan hyökkäyksiä ja mahdollistavat tiputtamisen alaspäin tai 2 vs 1 tilanteen vastustajan puolustajan kanssa. Pelaajien tulisi rohkeasti hakea juoksuja väleihin ja paikan tullen laukoa. Kuvassa toinen keskikenttä tekee liikkeen vastustajan kahden pelaajan väliin ja pääsee sen ansiosta laukaisupaikkaan.



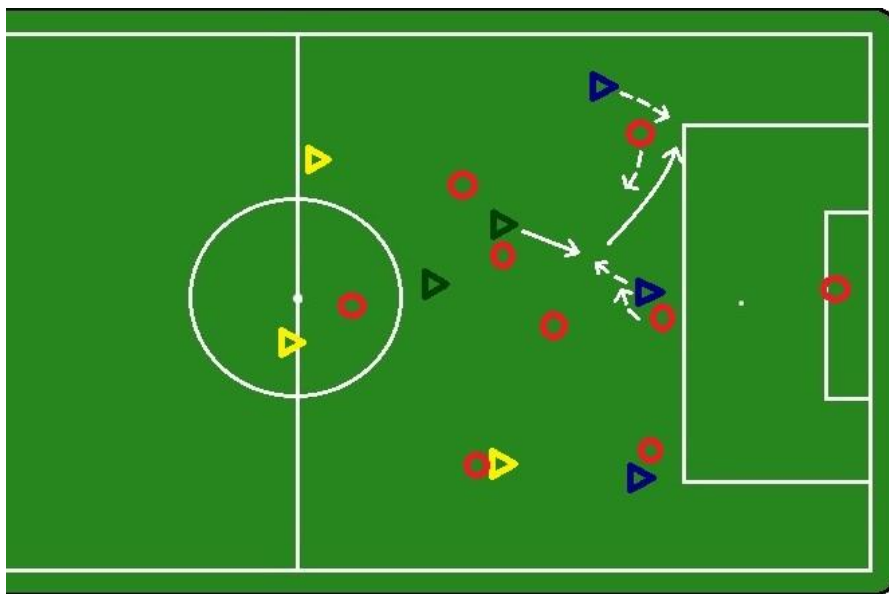
Kuva 26: Jos pallollinen laita on tukossa, pystytään laitapuolustajan ja toisen keskikentän kautta siirtämään painopistettä kentän toiselle laidalle. Tämä vaatii aktiivisuutta pallottoman puolen laitapuolustajalta.



## Murtautuminen

Murtautumisessa jatkuu samat asiat kuin aiemmassa kenttäkoossa, mutta niitä syvennetään. Murtautumisissa pyritään 2 vs 1 tilanteiden muodostamiseen, mutta nyt niissä painotetaan enemmän pallottoman roolia. Aikaisemmassa kenttäkoossa opeteltiin pallollisen roolia ja tehtäviä. Pallottomalta vaaditaan enemmän liikettä. Syötä ja liiku – periaate pitäisi olla aina mukana.

Murtautumisessa on ratkaisevaa laitalinkkien ja hyökkääjän yhteistyö. Hyökkääjän tehtävä on pitää vastustajan puolustuslinjaa mahdollisimman alhaalla, josta hän tekee liikkeitä pelattavaksi. Hyökkääjän tehtävänä olisi tulla pelattavaksi vastaan ja tehdä peliä vastustajan keskikentän ja puolustuslinjan välistä. Hyökkääjän liikkuminen pelattavaksi aiheuttaa liikettä vastustajan puolustuslinjassa. Laitalinkkien tulisi muodostaa hyökkääjän kanssa 2 vs 1 tilanteita ja tehdä liikkeitä puolustuslinjaan syntyviin väleihin.



Kuva 27: Murtautumisessa on tärkeää hyökkääjän tuleminen pelattavaksi, mutta myös laitalinkkien aktiivisuus tehdä juoksuja linjan taakse.

## **Pallonmenetys → puolustaminen**

3-2-3 -pelijärjestelmä mahdollistaa korkean prässin. Korkea prässä tekee vastustajan avauspelaamisen ja pelinrakentelun hankalaksi. Puolustettaessa on tärkeää, että laitalinkit ja laitapuolustajat ovat kaventaneet, jotta puolustus olisi tiiviimpi. Kahden keskikentän tehtävä on peittää syöttösuuntia ja puolustaa keskisektoria eikä liikkua laidalta laidalle antamaan painetta vastustajalle. Pelaajien lopullinen sijoittuminen riippuu pallon sijainnista. (Kuva 22)

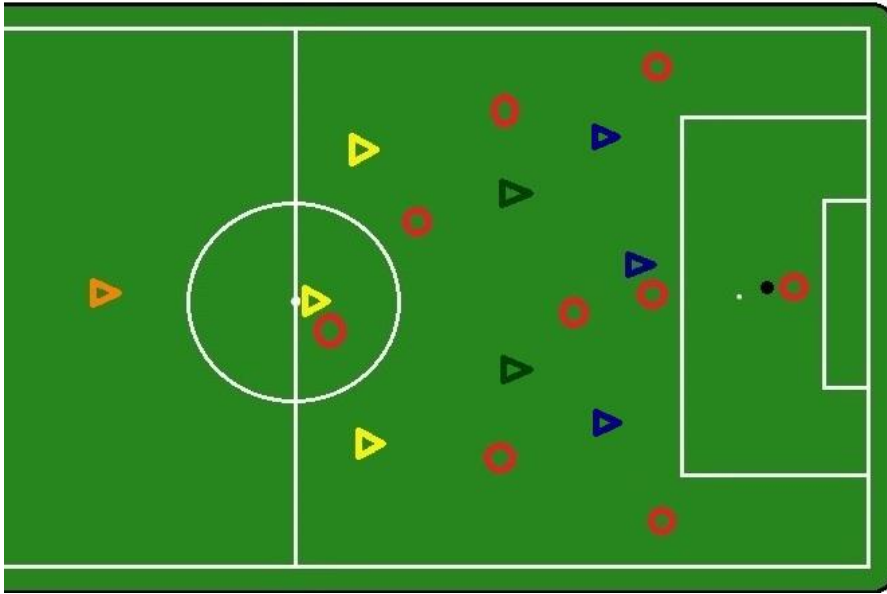
### **Prässääminen**

3-2-3 -järjestelmässä prässääminen on mahdollista ylhäällä. Vastustajan maalivahdin tai topparin avatessa peliä koko joukkue kaventaa, jotta vastustajan on vaikeampi löytää syöttösuuntia linjojen väliin. Puolustusryhmitys pidetään tiiviinä, jotta vastustajalla olisi vähemmän syöttösuuntia. Laitalinkit ja -puolustajat kaventavat kohti keskustaa. Laitalinkit myös tippuvat hieman. Vastustaja pyritään ohjaamaan niin, että pelinavaaminen kohdistuu laitoihin. Puolustuslinja on noin puolessa kentässä. Prässin tarkoituksena on ohjata vastustajan peliä kohti laitoja.

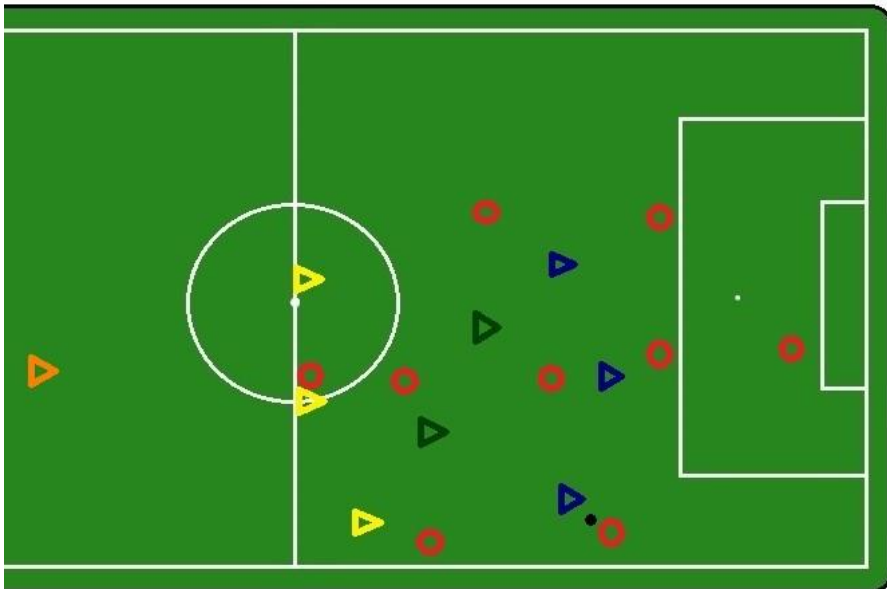
Jos pallo on vastustajan päädyssä, tulee maalivahdin olla noin puolessa välissä puolta kenttää. Joukkueen sijoittuminen riippuu vastustajan pallollisen pelaajan sijainnista.

Kun pallo on pelattu laitaan, saman laidan linkki antaa prässin. Hyökkääjä peittää kierätystä ja syöttöä keskelle. Toisen laidan linkki on kaventanut keskisektorille, jotta pakka saadaan tiiviiksi ja syöttösuunnat suljettua. Pallollisen laidan puolustaja levittää kohti laitaa ja nostaa sijoittumistaan. Pallottoman laidan puolustaja kaventaa keskisektorille. Prässä annetaan joukkueena, jotta prässä ei olisi niin helppo murtaa. Yksittäinen pelaaja on helppo ohittaa.

Pelialue pyritään pitämään pienenä. Laitojen pelaajat kaventavat pallon liikkeiden mukaan.



Kuva 28: Laitalinkit ja laitapuolustajat kaventavat kohti keskustaa, jotta kaksi keskikenttää saisivat tukea keskikentän puolustamisessa. Näin vastustajien pelinavaaminen saadaan vaikeammaksi. Pelaajien lopullinen sijoittuminen riippuu vastustajasta. Jos vastustajan pelaajat nostavat, eli heitä on enemmän lähellä puolta kenttää, tulee keskikenttien ja laitalinkkien laskea alemmas.



Kuva 29: Kun vastustaja pelaa pallon laitaan, koko joukkue liikkuu, jotta prässi olisi tiivis eikä mahdollisia syöttösuuntia olisi niin paljon. Pallottoman laidan pelaajat kaventavat keskisektoriin.

## Puolustaminen omalla kenttäpuoliskolla

Ainoa, joka jää ylös on hyökkääjä. Muiden pelaajien sijoittuminen riippuu vastustajan pelaajien sijainneista. Aina puolustettaessa olisi tärkeää muistaa antaa vastustajan pallolliselle pelaajalle painetta; Joukkue ei voi vain valua kohti omaa maalia. Paineen antaa lähimpänä palloa oleva pelaaja. Vastustajan syöttäessä prässin antanut pelaaja liikkuu tukemaan seuraavaa prässin antajaa ja peittämään syöttösuuntia.

Puolustaminen, kun pallo on keskellä:

- Laitojen pelaajat kaventavat, jotta puolustusryhmitys on tiivis.
- Laitalinkit tiputtavat tukemaan keskikenttää.
- Keskikenttien tulisi olla pallon alapuolella.

Puolustaminen, kun pallo on laidassa:

- Laitapuolustaja antaa paineen, kun pallo on lähellä rangaistusaluetta.
- Toppari ja keskikenttä tukevat laitapuolustajaa.
- Pallottoman laidan linkki ja puolustaja kaventavat.
- Pallottoman laidan puolustajan tehtävänä on puolustaa maalinedustaa.



Kuva 30:

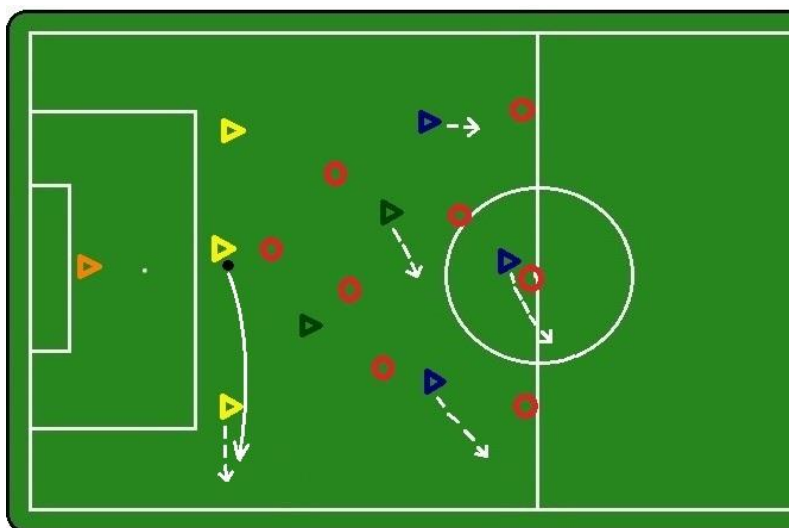


Kuva 31:

## Pallonriisto

Pallonriiston tapahtuessa ensimmäisenä peli tehdään leveäksi, jotta oma syöttöpelі helppottuu. Laitalinkit ja keskikenttä nostavat ylöspäin. Peliä pyritään saamaan nopeasti leveälle ja ylöspäin. Koska 3-2-3 -järjestelmässä on paljon hyökkääviä pelaajia, voidaan pallonriistosta lähteä nopeaan vastahyökkäykseen. Tärkeitä muistettavia asioita:

- Pallo tulisi saada pois ruuhkasta omalle joukkueelle. Ensimmäiset syötöt omille. Pallonriistosta ei ole hyötyä, jos peliväline menetetään heti vastustajalle.
- Tee pelialueesta iso. Laitapuolustajat ja -linkit levittävät laitoihin.
- Keskikenttien tulee heti pyrkiä pelattavaksi ja rakentamaan peliä
- Hyökkääjä nousee ylemmäs, jotta keskikentillä olisi enemmän tilaa pelata.



Kuva 32: Pallonriiston jälkeen tärkeintä on saada pallo omille. Helpoimmin tässä onnistutaan, jos pelialueesta tehdään isompi, jotta syötön vastaanottajalla olisi enemmän aikaa.

## 1.5 11 vs 11

11 vs 11 peliä pelataan ensimmäistä kertaa D13- ikäluokan kilpasarjassa. C14- ikäluokassa kaikki sarjatasot pelaavat jo isolla kentällä, harrastesarjaa lukuun ottamatta. Palloliiton suositus on, että 11 vs 11 peliin otetaan mukaan 13–15 pelaajaa, jotta peliaikaa riittää kaikille.

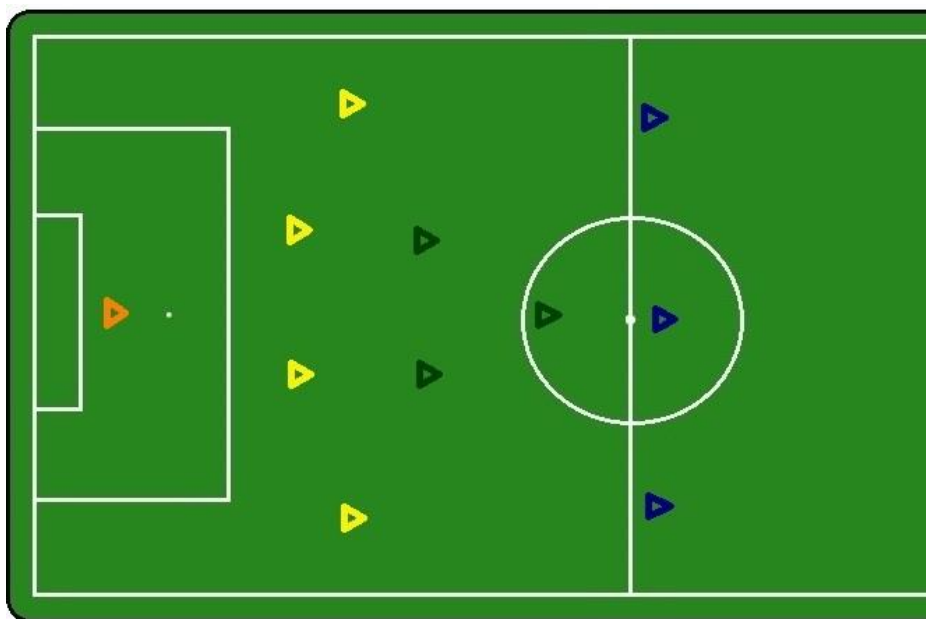
Tässä pelikirjassa esitellään 4-2-1-3 -pelijärjestelmä.

Siirryttäessä isolle kentälle, pelaajien tulee tottua melkein kaksi kertaa isompaan kenttään. Tämä muutos aiheuttaa ongelmia varsinkin pelaajien välisten etäisyyksien hallinnassa. Peli ei saa mennä sumpuksi, mutta välimatkat eivät myöskään saa kasvaa liian pitkiksi. Heti siirryttäessä voi pelaajien fyysisen vajavuuden (potku- ja juoksuvoima) takia olla vaikeaa säilyttää pelissä oikeat etäisyydet. 9 vs 9 pelissä kierrättäminen laidalta laidalle on noin 45 metriä. Isolla kentällä etäisyys muuttuu yli 60 metriin. Peleissä tulisi kuitenkin vaatia oikeiden etäisyyksien säilyttämistä, jotta pelaajat eivät opi vääriä toimintamalleja.

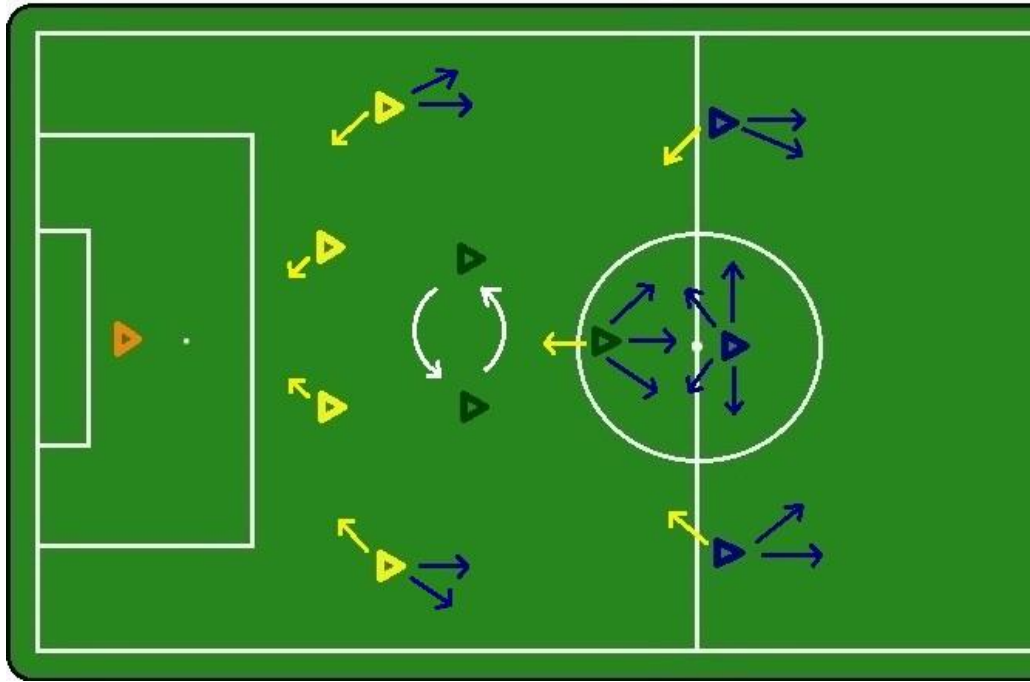
#### 4-2-1-3

Tämä pelijärjestelmä on johdettu 3-2-3 -järjestelmästä. Kaksi pelaajaa, jotka lisätään kentälle, ovat toppari ja ylempi keskikenttä. Tärkeää on muistaa edellisinä vuosina opettuja asioita: Laitapuolustajien nouseminen hyökkäyksiin, keskikenttien nopeat painopisteen siirrot, laitalinkkien aktiivinen palloton liike ja hyökkääjän osallistuminen pelinrakenteluun. Tärkeitä opeteltavia asioita:

- Kahden topparin yhteistyö pelirakentelussa ja puolustettaessa.
- Kolmen keskikenttäpelaajan yhteispeli (kts. 7 vs 7/kolmion liikkuminen).
- Laitalinkin ja -puolustajan yhteispeli.
- Etäisyyksien ylläpitäminen sopivina. Isompi kenttäkoko voi sekoittaa, jolloin hyvin usein etäisyydet jäävät liian pieniksi ja peli muuttuu sumpuksi. Etäisyyksien pelaajien välillä tulisi olla tarpeeksi pitkät, jotta pelinrakentelu onnistuu.
- Kolmioiden muodostaminen pallollisessa pelaamisessa.



Kuva 33: 4-2-1-3 –pelijärjestelmä.



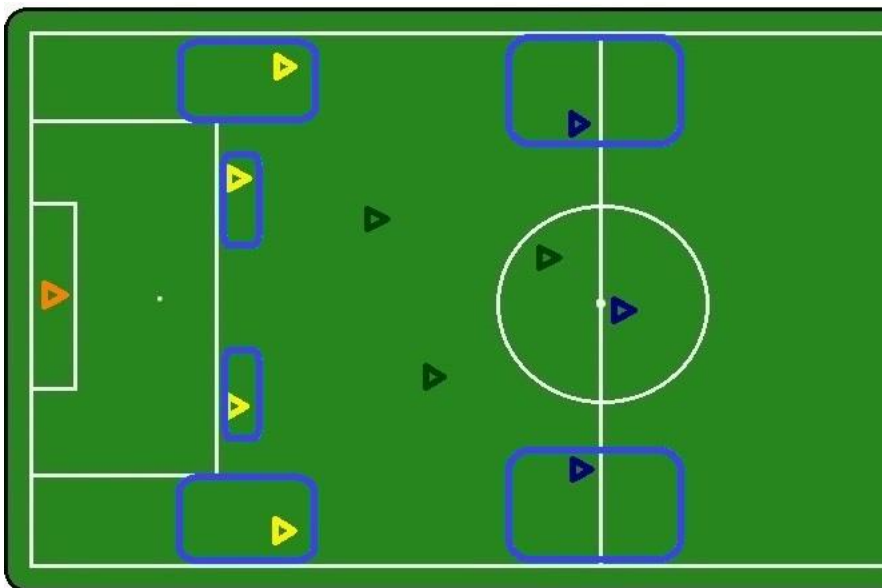
Kuva 34: Kuvassa näkyy minne pelaajien liikkeet suuntautuvat kentällä puolustettaessa (keltainen) ja hyökätessä (sininen).



## Pelinavaaminen

Pelinavaamisessa painotetaan vielä samoja asioita kuin aikaisemmissa pelijärjestelmissä; Peli pyritään avaamaan lyhyellä, mutta jos vastustaja prässää korkealta ja lyhyellä pelaaminen on mahdotonta, tulisi pitkän avauksen suuntautua myös laitaan. Suurin osa pelinavaamisista tehdään lyhyenä, jotta pelaajat oppivat pelaamalla pääsemään vastustajan kenttäpuoliskolle. Tärkeitä asioita muistettavaksi:

- Topparit levittävät kohti rangaistusalueen kulmia.
- Laitapuolustajat levittävät laitoihin ja nostavat ylemmäs kohti puolta kenttää.
- Kaksi keskikenttää sijoittuvat niin, että pelaajat muodostavat kolmioita.
- Jos lyhyttä ei pelata korkean prässin vuoksi, tulee maalivahdin nostaa puolustuslinjaa ylemmäs ja kohti jompaakumpaa laitaa. Pelistä halutaan tiiviimpi, jotta joukkueen olisi todennäköisempää voittaa mahdolliset irtopallot.



Kuva 35: Kuvassa on sinisellä merkittynä alueet, jonne maalivahdin avaukset tulisi suuntautua.



## Hyökkäyspelaaminen

Hyökkäyspelaamisessa on tärkeää sekä laitapuolustajien nouseminen mukaan hyökkäyksiin että neljän ylimmän pelaajan palloton liike. Pelistä ei saa tulla ylimpien pelaajien seisomista linjassa, kun keskikenttät ja laitapakit pyrkivät löytämään syöttösuuntia vaan hyökkääjältä ja laitalinkeiltä vaaditaan paljon pallotonta liikettä kaikkiin suuntiin: vastaan, sivulle ja linjan taakse. Kaikkia pelaajia kannustetaan hyökkäysalueella rohkeaan pallolliseen peliin ja rohkeisiin ratkaisuihin, kuten haastamiseen, laukomiseen ja ratkaiseviin syöttöihin. Tärkeitä asioita muistettavaksi:

- Laitapuolustajat nousevat aktiivisesti mukaan hyökkäyksiin. Kun laitapuolustaja nousee sivurajaa pitkin, laitalinkki liikkuu kohti keskustaa, jotta puolustajalla on tilaa nousta. (Kuva 37)
- Pallottoman laidan puolustaja voi myös nousta alimman keskikenttäpelaajan tasolle.
- Kaksi alempaa keskikenttää pelaavat samanarvoisina. Kun toinen nousee, toinen jää alemmas varmistamaan.
- Ylempi keskikenttä pyrkii viemään peliä eteenpäin ja tekemään juoksuja ylöspäin.
- Laitalinkit pyrkivät tekemään juoksuja linjan taakse ja muodostamaan 2 vs 1 tilanteita laitapuolustajia vastaan.
- Hyökkääjä pyrkii osallistumaan pelirakenteluun.

Vastustajan alueella pyritään nopeisiin ratkaisuihin, joilla saadaan painetta vastustajan maalille. Rangaistusalueen läheisyydessä pyritään rohkeisiin, vastustajalle painetta tuottaviin ratkaisuihin, kuten laukauksiin, keskityksiin ja läpisyöttöihin.

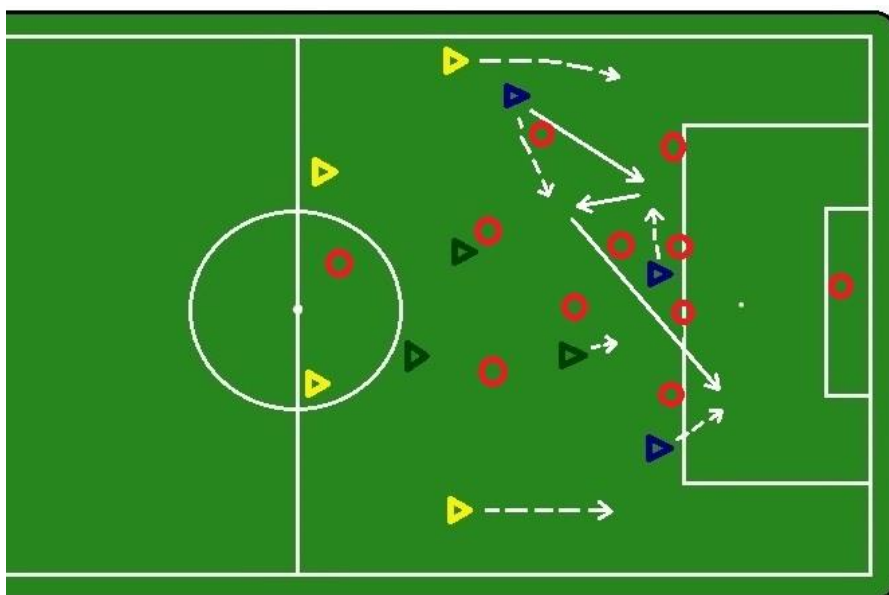


## Murtautuminen

Murtautumisessa on tähän kenttäkokoon mennessä harjoiteltu kahden pelaajan yhteistyötä, mutta isolla kentällä tulisi murtautuminen onnistua myös kolmella pelaajalla. Tämä vaatii pelaajilta kehittynyttä pelikäsitystä, hyvää syöttötekniikkaa ja aktiivista pallotonta liikettä.

Hyökkääjä ja ylempi keskikenttä hoitavat suurimman osan pelinrakentelusta. Heidän liikkumisensa tulisi tukea toisiaan. Kun hyökkääjä tekee liikkeen vastaan, tulisi ylemmän keskikentän tehdä liike hyökkääjän taakse syntyneeseen tilaan. Vastavuoroisesti jos ylempi keskikenttä hakee itsensä pelattavaksi vastaan, tulisi hyökkääjän antaa hänelle tilaa, eikä juosta tämän juoksulinjalle.

Laitalinkkien tulee olla aktiivisia tekemään liikkeitä vastustajan puolustuslinjan taakse.



Kuva 38: Ratkaisevaa murtautumisessa on ylimpien pelaajien palloton liike. Hyökkääjä ja ylempi keskikenttä hoitavat suurimman osan pelinrakentelusta. Heidän liikkumisensa tulisi tukea toisiaan. Murtautumisessa on tärkeää myös laitalinkkien aktiivisuus tehdä juoksuja linjan taakse.

## **Pallonmenetys → puolustaminen**

4-2-1-3 -pelijärjestelmä mahdollistaa korkean prässin. Pallonmenetyksen tapahtuessa prässä alkaa heti ja pelaajien sijoittuminen riippuu pallon sijainnista. Puolustettaessa on tärkeää, että laitapuolustajat ja linkit ovat kaventaneet kohti keskustaa, jotta joukkueen puolustus on tiivis ja pelaajien väliset etäisyydet lyhyet. (kuva 34)

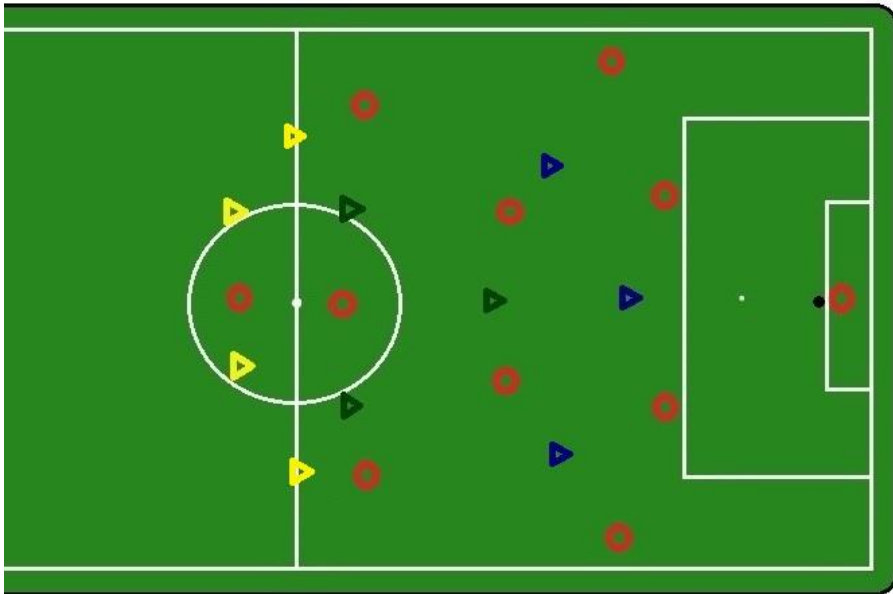
### **Prässääminen**

Prässääminen on mahdollista jo ylhäällä. Vastustajan maalivahdin avatessa peliä, hyökkääjä ja laitalinkit ovat vastustajan puolustuslinjan lähellä ja he pyrkivät peittämään syöttösuuntia. Laitalinkit ovat hyökkääjää alempana. Keskikentät tukevat prässää. Puolustuslinja on noin puolessa kentässä. Laitapakit kaventavat irti laidoista. Maalivahti on mukana ulkona maalilta valmiina tulemaan vastaan mahdollisiin pystysyöttöihin. Jos pallo on vastustajan päädyssä, tulee maalivahdin olla noin puolessa välissä puolta kenttää. Pelaajien lopullinen sijoittuminen riippuu vastustajan pallollisen pelaajan sijainnista.

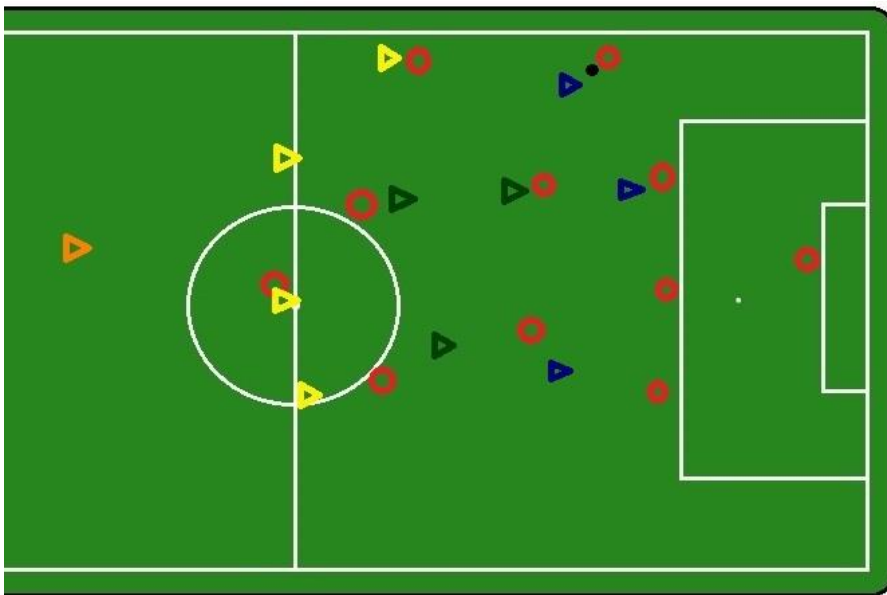
Kun pallo on vastustajan toisella puolella, koko joukkue kaventaa, jotta vastustajan on vaikea löytää syöttösuuntia linjojen väliin. Laitalinkit ja -puolustajat kaventavat kohti keskustaa. Laitalinkit myös tippuvat hieman. Keskusta pidetään tiiviinä ja vastustajaa ohjataan pelaamaan laitaan.

Kun pallo on pelattu laitaan, saman laidan linkki antaa prässin. Hyökkääjä peittää kiertäystä ja syöttöä keskelle. Toisen laidan linkki on kaventanut keskisektorille, jotta puolustus saadaan tiiviiksi ja vastustajan syöttöpeli vaikeaksi. Pallollisen laidan puolustaja levittää kohti laitaa ja nostaa sijoittumistaan. Pallottoman laidan puolustaja kaventaa keskisektorille.

Paineen antaa lähimpänä palloa oleva pelaaja. Vastustajan syöttäessä prässin antanut pelaaja liikkuu tukemaan seuraavaa prässin antajaa ja peittämään syöttösuuntia. Prässä annetaan joukkueena, jotta prässää ei olisi niin helppo murtaa. Yksittäinen pelaaja on helppo ohittaa. Pelialue pyritään pitämään pienenä. Laitojen pelaajat kaventavat pallon liikkeen mukaan.



Kuva 39: Prässätessä on tärkeää saada pidettyä joukkueryhmitys tiiviinä. Yksittäin prässäävät pelaajat on helppo pelata ulos tilanteesta.



Kuva 40: Kun vastustaja pelaa pallon laitaaan, on tärkeää, että puolustusryhmitys pysyy tiiviinä.

## Puolustaminen omalla kenttäpuoliskolla

Ainoa, joka jää ylös on hyökkääjä. Muiden pelaajien sijoittuminen riippuu vastustajan pallollisen pelaajan sijainnista. Pallolliselle on tärkeää muistaa antaa painetta aktiivisesti eikä joukkue vain valu kohti omaa maalia. Paineen antaa lähimpänä palloa oleva pelaaja. Vastustajan syöttäessä prässin antanut pelaaja liikkuu tukemaan seuraavaa prässin antajaa ja peittämään syöttösuuntia.

Puolustaminen, kun pallo on keskisektorilla:

- Laitojen pelaajat kaventavat, jotta puolustusryhmitys on tiivis.
- Laitalinkit tiputtavat tukemaan keskikenttää.
- Keskikenttien tulisi olla pallon alapuolella.

Puolustaminen, kun pallo on laidassa:

- Laitapuolustaja antaa paineen, kun pallo on lähellä rangaistusaluetta.
- Lähempi toppari ja keskikenttä tukevat laitapuolustajaa.
- Pallottoman laidan linkki ja puolustaja kaventavat.
- Pallottoman laidan puolustajan tehtävänä on puolustaa maalinedustaa toisen topparin kanssa.



Kuva 41:



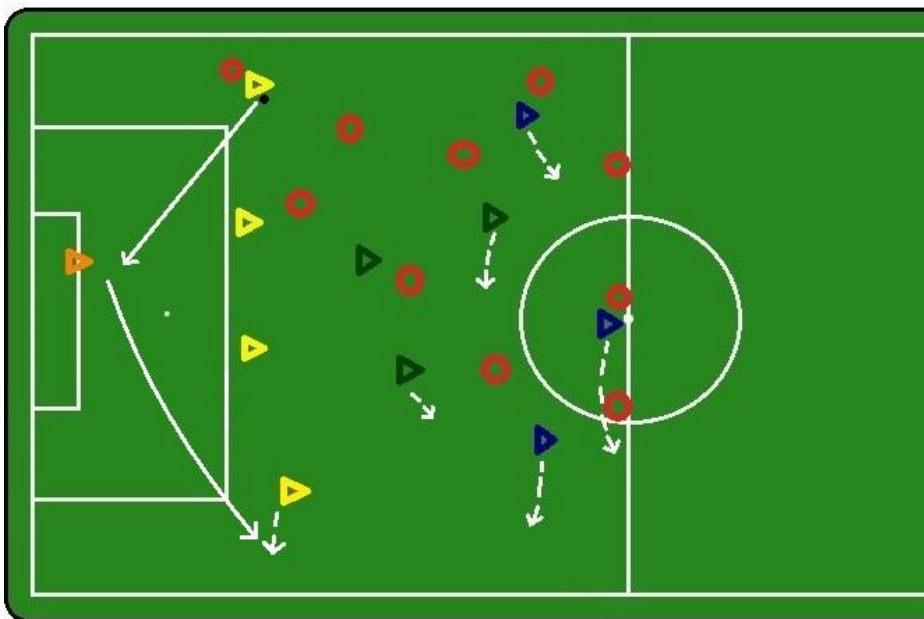
Kuva 42:



## Pallonriisto

Pallonriiston tapahtuessa ensimmäisenä peli tehdään leveäksi, jotta oma syöttöpelі helppottuu. Laitalinkit ja keskikenttä nostavat ylöspäin. Peliä pyritään saamaan nopeasti leveälle ja ylöspäin. Koska 4-2-1-3 -järjestelmässä on paljon hyökkääviä pelaajia, voidaan pallonriistosta lähteä helposti nopeaan vastahyökkäykseen. Jos vastustaja tukkii laidassa etenemisen, tulee pallo liikuttaa mahdollisimman nopeasti laidalta toiselle. Tärkeitä muistettavia asioita:

- Pallo tulisi saada pois ruuhkasta omalle joukkueelle.
- Ensimmäinen syöttö tulee saada omille. Pallonriistosta ei ole hyötyä, jos peliväline menetään heti vastustajalle.
- Tee pelialueesta iso. Laitapuolustajat ja -linkit levittävät laitoihin.
- Keskikenttien tulee heti pyrkiä pelattavaksi ja rakentamaan peliä
- Hyökkääjä nousee ylemmäs, jotta keskikentillä olisi enemmän tilaa pelata.



Kuva 38: Pallonriiston jälkeen tärkeintä on saada pallo omille. Helpointa se on jos pelialueen pyrkii tekemään isommaksi, jolloin syötön vastaanottajalla on enemmän aikaa pallon kanssa.