

Tuntisuunnitelma 2

Aihe: Lippupallo demo

Ohjattava ryhmä: Yläasteen luokka

Tavoitteet: Oppia pelaamisen kautta lippupallon peli-idea ja eri pelitilanneroleissa toimiminen. Ymmärtää 4 yrityksen ja 1 syötön sääntö sekä juoksu että heittopeli hyökkäyspelaamisessa.

TAVOITTEET	HARJOITTEET	OPETUSMUOTO JA ORGANISOINTI	ARVIOINTI	AIKA
<p>Kognitiiviset (K):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pelin ymmärtäminen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Laitahyökkääjän rooli ○ Yhden eteenpäin suuntautuvan heiton sääntö ○ Vapaan tilan hyväksi käyttäminen ja luominen pallolliselle pelaajalle 	<p>I. HEITTOPELIT</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pienpeli: 4 vs. 3 • Hyökkääjät (C, QB, RB ja WR) ovat oman aloituslinjansa takana aloittaessaan. Laitahyökkääjä on sentterin tavoin lähellä linjaa, alueen laidassa. Edellisten pienpelien tapaan myös laitahyökkääjälle voidaan heittää pallo hänen ylitettyään aloituslinjan. Hyökkääjillä on 4 yritystä edetä aloituslinjaltaan 15 jaardin keskilinjaan. Mikäli hyökkääjät pääsevät keskilinjan ohi, he saavat 4 uutta yritystä edetä maalialueelle. Jos hyökkäys epäonnistuu etenemisessä, aloittaa puolustanut joukkue hyökkäysvuoronsa omalta 5 jaardin 	<ul style="list-style-type: none"> • Opetusmuoto: Ohjattu oivaltaminen • Organisointi: Ohjaaja valmistelee kentät, jakaa oppilaat pienryhmiin, kertoo säännöt ja kysyy harjoitteen lopuksi kysymykset, jotka oppilaiden tulee opettajan johdattamana ratkaista • Alue: 60 jaardia pitkä x 30 jaardia leveä. Maalialueet 10 jaardia molemmissa kentän päädyissä, aloituslinjat 5 jaardia maalilinjasta. Hyökkääjien aloituslinja 5 jaardia, puolustajien lähtölinja 12 jaardia ja keskilinja 20 jaardia. • Välineet: Amerikkalainen jalkapallo, lippuvyöt ja tötsät. Pallo voidaan tarvittaessa vaihtaa helpommin kiinniotettavaan välineeseen riippuen oppilaiden käsittelytaidoista. • Kysymykset: • Kuinka laitahyökkääjä voi edetä kentällä ilman, että kantaa palloa? – Ottamalla pallon kiinni heitosta. • Minne laitahyökkääjän kannattaa 	<p>Arviointi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ymmärtävätkö oppilaat laitahyökkääjän roolin ja tehtävät? • Ymmärtävätkö oppilaat yhden eteenpäin suuntautuvan heiton säännön? • Osaavatko laitahyökkääjät käyttää hyväksi alueen vapaata tilaa? • Osaavatko muut hyökkääjät luoda laitahyökkääjälle vapaata tilaa? <p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sääntöjen, taktiikan ja pelaajaroolien tehtävien ymmärtäminen kysymyksiin vastaamalla 	<ul style="list-style-type: none"> - 1-3 min ohjeistus ja palaute - 7 min harjoitus

	<p>aloituslinjalta.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Puolustajat (LB, LB ja CB) lähtevät 7 jaardin päästä aloituslinjasta hyökkääjien liikkeestä. 7 jaardia mitataan aina uudesta aloituskohdasta, mikäli hyökkääjät pääsevät etenemään alueella. Puolustaja ei saa häiritä syötön vastaanottoa (esim. hyökkääjän työntäminen tai estäminen) 	<p>liikkua alueella vastaanottaakseen pallon? – Vapaaseen tilaan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kuinka muut hyökkääjät voivat auttaa tässä? – Liikkumalla itse toiseen suuntaan houkutellen puolustajat mukanaan. 		
<p>Psykomotoriset (PM):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Liikunnalliset perustaidot: <ul style="list-style-type: none"> ○ Käsittelytaidot: kiinniottaminen, heittäminen 	<p>I.1 HEITTÄMINEN JA KIINNIOTTAMINEN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Harjoitustehtävät: Pariharjoitteena pallon heittäminen ja kiinniottaminen. Tavoitteena harjoitella pallon heittoa vastaanottajan liikkuessakin pelinomaisesti eteenpäin. Voidaan aluksi kokeilla helpotettua versiota paikaltaan tai vaikeuttaa harjoitetta juoksemalla yleisiä heittokuvioita. • Heittäminen: Etusormi pallon päässä olevan viivan päällä, muut nauhalla. Purista palloa sormilla. Kämmenen ja pallon väliin jää pieni väli. Mitä pienempi käsi, sitä enemmän ote on pallon 	<ul style="list-style-type: none"> • Opetusmuoto: Ongelmanratkaisu • Organisointi: Ohjaaja jakaa parit ja oppilaat lähtevät suorittamaan itsenäisesti pariharjoitteina. Ohjaaja voi antaa tarvittaessa vihjeitä taitojen ydinkohdista. • Alue: 30 jaardia pitkä x 15 jaardia leveä (Useampi alue, riippuen käytettävissä olevan tilan koosta ja oppilaiden määrästä) • Välineet: Amerikkalainen jalkapallo ja tötsät. Pallo voidaan tarvittaessa vaihtaa helpommin kiinniotettavaan välineeseen riippuen oppilaiden käsittelytaidoista. 	<p>Arviointi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Osaavatko oppilaat heittää pallon liikkuvalla pelaajalle? • Osaavatko oppilaat ottaa pallon kiinni liikkueensa? <p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kysymällä oppilailta, kuinka suoritukset onnistuivat (oppilaat reflektoivat). Antamalla vinkkejä taitojen ydinkohdista. 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 min ohjeistus ja palaute - 4 min harjoitus

	<p>päästä kiinni.</p> <p>Heittokäden peukalo osoittaa alkuasennossa korvaan ja päätty etutaskuun heiton loppuksi. Astu kiinniottajaa kohti heittokäden vastaisella jalalla. Heittoliike aloitetaan pään yläpuolelta, kyynärpää edellä. Heittoliike on nopea veto.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kiinniottaminen: Katso pallon kärkeä ja ota pallo kiinni sormilla. Ylös suuntautuneissa heitoissa peukalot yhteen. Alas suuntautuneissa heitoissa pikkusormet yhteen. Muista joustaa käsivarsilla. 			
<p>Kognitiiviset (K):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opittujen taitojen hyödyntäminen pelissä 	<p>I.2. HEITTOPELIT</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pienpeli: 4 vs. 4 • Pelataan uudestaan pienpeliä samoilla säännöillä. Lisätään neljäs pelaaja puolustukseen, kun peli alkaa sujuu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Opetusmuoto: Erialaisten ratkaisujen tuottaminen • Organisointi: Ohjaaja kertoo säännöt ja oppilaat pyrkivät ratkaisemaan aiemman pelin taktisia ongelmia hyödyntämällä opittuja taitoja. • Alue: 60 jaardia pitkä x 30 jaardia leveä. Maalialueet 10 jaardia molemmissa kentän päädyissä, aloituslinjat 5 jaardia maalilinjasta. Hyökkääjien aloituslinja 5 jaardia, puolustajien lähtölinja 12 jaardia ja keskilinja 20 jaardia. • Välineet: Amerikkalainen jalkapallo, lippuvyöt ja tötsät. Pallo 	<p>Arviointi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hyödyntävätkö oppilaat opittuja taitoja? <p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pelin kehityksestä suhteessa aiempaan peliin 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 min ohjeistus ja palaute - 7 min harjoitus

		<p>voidaan tarvittaessa vaihtaa helpommin kiinniotettavaan välineeseen riippuen oppilaiden käsittelytaidoista.</p>		
<p>Kognitiiviset (K):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pelin ymmärtäminen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Alueen puolustaminen miespuolustuksella 	<p>2. MIESPUOLUSTUS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pienpeli: 4 vs. 4 • Pelataan uudestaan pienpeliä. Kannusta puolustavia pelaajia löytämään puolustettava hyökkääjä varsinkin aloituksissa varmistaakseen, että 1 vs. 1 puolustaminen tekee hyökkäävälle joukkueelle vaikeampaa edetä. Puolustajat saavat lähteä alle 7 jaardin päästä aloituslinjasta, mutta he eivät voi yrittää pelinrakentajan säkitystä ja voivat ylittää aloituslinjan vain Hand offin tai Tossin jälkeen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Opetusmuoto: Ohjattu oivaltaminen • Organisointi: Ohjaaja valmistelee kentät, jakaa oppilaat pienryhmiin, kertoo säännöt ja kysyy harjoitteen lopuksi kysymykset, jotka oppilaiden tulee opettajan johdattamana ratkaista • Alue: 60 jaardia pitkä x 30 jaardia leveä. Maalialueet 10 jaardia molemmissa kentän päädyissä, aloituslinjat 5 jaardia maalilinjasta. Hyökkääjien aloituslinja 5 jaardia, puolustajien lähtölinja 12 jaardia ja keskilinja 20 jaardia. • Välineet: Amerikkalainen jalkapallo, lippuvyöt ja tötsät. Pallo voidaan tarvittaessa vaihtaa helpommin kiinniotettavaan välineeseen riippuen oppilaiden käsittelytaidoista. • Kysymykset: • Mikä on paras tapa puolustaa aluettasi, kun toisella joukkueella on pallo? - 1 vs. 1, miespuolustus. Peittämällä jokainen hyökkääjä, jotta heillä on vaikeampi edetä pallon kanssa 	<p>Arviointi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ymmärtävätkö oppilaat miespuolustuksen tarkoituksen? • Onko jokaisella puolustajalla oma hyökkääjä puolustettavana? <p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sääntöjen, taktiikan ja pelaajaroolien tehtävien ymmärtäminen kysymyksiin vastaamalla 	<ul style="list-style-type: none"> - 1-3 min ohjeistus ja palaute - 7 min harjoitus
<p>Kognitiiviset (K):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pelin ymmärtäminen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Hyökkäyksen pysäyttäminen syötönkatkolla 	<p>2.1 SYÖTÖNKATKO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pienpeli: 4 vs. 4 • Pelataan uudestaan pienpeliä. Puolustaja ei 	<ul style="list-style-type: none"> • Opetusmuoto: Ohjattu oivaltaminen • Organisointi: Ohjaaja valmistelee kentät, jakaa oppilaat pienryhmiin, kertoo säännöt ja kysyy harjoitteen 	<p>Arviointi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ymmärtävätkö oppilaat, kuinka pysäyttää hyökkäys? 	<ul style="list-style-type: none"> - 1-3 min ohjeistus ja palaute - 7 min harjoitus

	<p>saa edelleenkin häiritä hyökkääjän syötön vastaanottoa, mutta nyt hän voi myös tavoitella palloa joko lyömällä sen maahan tai ottamalla sen ilmasta kiinni. Jos puolustava joukkue saa pallon haltuunsa, voi puolustaja edetä pallon kanssa kohti vastustajan maalialuetta. Myös hyökkäysvuoro pelissä vaihtuu syötönkatkon jälkeen.</p>	<p>lopuksi kysymykset, jotka oppilaiden tulee opettajan johdattamana ratkaista</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alue: 60 jaardia pitkä x 30 jaardia leveä. Maalialueet 10 jaardia molemmissa kentän päädyissä, aloituslinjat 5 jaardia maalilinjasta. Hyökkääjien aloituslinja 5 jaardia, puolustajien lähtölinja 12 jaardia ja keskilinja 20 jaardia. • Välineet: Amerikkalainen jalkapallo, lippuvyöt ja tötsät. Pallo voidaan tarvittaessa vaihtaa helpommin kiinniotettavaan välineeseen riippuen oppilaiden käsittelytaidoista. • Kysymykset: • Miten voit puolustajana pysäyttää hyökkäyksen ilman lipun ryöstöä? - Ottamalla hyökkääjän heittämän pallon ilmasta kiinni tai lyömällä sen maahan. • Mitä sinun kannattaa tehdä, kun saat pallon kiinni? - Kuljettaa palloa juoksemalla vastustajan maalialuetta kohti 	<p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sääntöjen, taktiikan ja pelaajaroolien tehtävien ymmärtäminen kysymyksiin vastaamalla. 	
<p>Psykomotoriset (PM):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lajitaito: <ul style="list-style-type: none"> ○ Syötönkatko (pallon ottaminen kiinni tai pallon lyöminen ilmasta) 	<p>2.2 SYÖTÖNKATKO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Harjoitustehtävä: • 2 vs. 1 (QB, WR, CB) • Laitahyökkääjä lähtee juoksemaan eteenpäin, jolloin pelinrakentaja heittää häntä kohti. Puolustaja pyrkii nappaamaan pallon välistä tai lyömään sen maata kohti. Aluksi laitahyökkääjä ei yritä saada palloa kiinni, vaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Opetusmuoto: Ongelmanratkaisu • Organisointi: Ohjaaja jakaa pienryhmät ja oppilaat lähtevät suorittamaan itsenäisesti harjoitteina. Ohjaaja voi antaa tarvittaessa vihjeitä taitojen ydinkohdista. • Alue: 30 jaardia pitkä x 15 jaardia leveä (Useampi alue, riippuen käytettävissä olevan tilan koosta ja oppilaiden määrästä) • Välineet: Amerikkalainen jalkapallo ja tötsät. Pallo voidaan tarvittaessa vaihtaa helpommin kiinniotettavaan 	<p>Arviointi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Osaako puolustaja ottaa pallon kiinni ilmasta? • Osaako puolustaja lyödä pallon maahan? <p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kysymällä oppilailta, kuinka suoritus onnistui (oppilaat reflektoivat). Antamalla vinkkejä 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 min ohjeistus ja palaute - 4 min harjoitus

	<p>antaa puolustajan harjoitella pallon kiinniottoa.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Puolustajan kannattaa pyrkiä pääsemään pelinrakentajan ja laitahyökkääjän väliin. • Kannusta puolustajaa etenemään saatuaan pallon kiinni (ei jää seisomaan paikalleen). • Samalla voidaan opetella yleisiä heittokuvioita. 	<p>välineeseen riippuen oppilaiden käsittelytaidoista.</p>	<p>taitojen ydinkohdista.</p>	
<p>Kognitiiviset (K):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opittujen taitojen hyödyntäminen pelissä 	<p>2.3 MIESPUOLUSTUS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pienpeli: 4 vs. 4 • Pelataan uudestaan pienpeliä samoilla säännöillä. 	<ul style="list-style-type: none"> • Opetusmuoto: Erilaisten ratkaisujen tuottaminen • Organisointi: Ohjaaja kertoo säännöt ja oppilaat pyrkivät ratkaisemaan aiemman pelin taktisia ongelmia hyödyntämällä opittuja taitoja. • Alue: 60 jaardia pitkä x 30 jaardia leveä. Maalialueet 10 jaardia molemmissa kentän päädyissä, aloituslinjat 5 jaardia maalilinjasta. Hyökkääjien aloituslinja 5 jaardia, puolustajien lähtölinja 12 jaardia ja keskilinja 20 jaardia. • Välineet: Amerikkalainen jalkapallo, lippuvyöt ja tötsät. Pallo voidaan tarvittaessa vaihtaa helpommin kiinniotettavaan välineeseen riippuen oppilaiden käsittelytaidoista. 	<p>Arviointi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hyödyntävätkö oppilaat opittuja taitoja? <p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pelin kehityksestä suhteessa aiempaan peliin 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 min ohjeistus ja palaute - 7 min harjoitus