



PELINOPEUDEN KEHITTÄMINEN- KOULUTUSPÄIVÄT

19.-20.12.2008

Suomen Urheiluopisto, Vierumäki





Pelinopeus

Kari Savolainen



Kari Savolainen

Liikenopeus

”Pelinomaisella liikenopeudella tarkoitetaan liikkeelle lähtöjä, pysähdyksiä, rytminmuutoksia, harhautuksia, suunnanmuutoksia ja ketteryyttä” (Westerlund 1997)





Kari Savolainen

Pelinopeus

Pelinopeus tarkoittaa yksilön ja viisikon kykyä toimia viiveettömästi eri pelitilanteissa

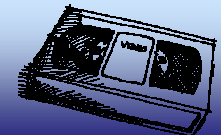


Kari Savolainen

”HYÖKKÄÄ - PUOLUSTA”

Pelisuunnan muutosnopeus = transition

- Viisikon pelisuunnan muutosnopeudella tarkoitetaan viisikon kykyä siirtyä viiveettömästi puolustuspelistä hyökkäyspeliin tai päinvastoin





Kari Savolainen

”VAIHDA SUUNTAA”

Liikesuunnan muutosnopeus

- Yksilön liikesuunnan muutosnopeudella tarkoitetaan yksilön kykyä vaihtaa luistelusuuntaa



Kari Savolainen

”TUNNISTA TILANNE”

Tilanteen tunnistamisnopeus

- Tilanteen tunnistamisnopeus hyökkäyspelissä tarkoittaa pelitilanteen vaatiman ratkaisumallin valintaa nopean vastahyökkäyksen ja viiveellisen kontrollipelaamisen välillä.
- Tilanteen tunnistamisnopeus puolustuspelissä tarkoittaa pelitilanteen vaatiman ratkaisumallin valintaa nopean ja viiveellisen puolustuspelaamisen välillä.
- Liittyy pelin lukemiseen ja tulkintaan - mikä on ratkaisun laatu ja nopeus suhteessa sovittuun pelitapaan?



Kari Savolainen

”VAIHDA ROOLIA”

Roolinmuutosnopeus

- Yksilön roolinmuutosnopeudella tarkoitetaan yksilön kykyä siirtyä :
 - a) viiveettömästi puolustavasta roolista hyökkävään rooliin tai päinvastoin
 - b) hyökkäysroolien sisällä roolista toiseen (kiekollinen - kiekoton)
 - c) puolustusroolien sisällä roolista toiseen (häiritsijä -vartioija)

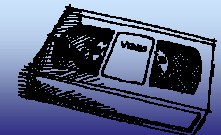


Kari Savolainen

”VAIHDA RYTMIÄ”

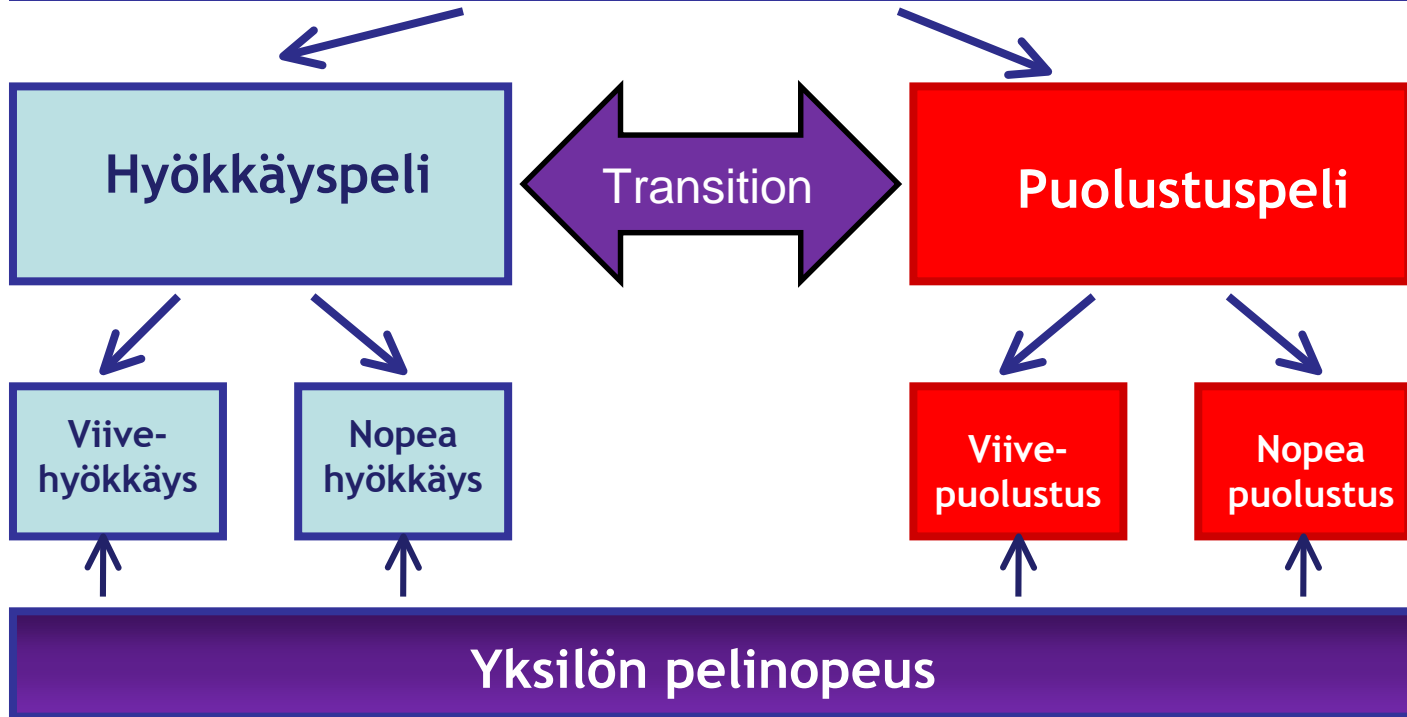
Vauhtinopeus

- Hyökkäyspelissä vauhtinopeus mahdollistaa yksilölle tai viisikolle vauhtieron puolustavaan pelaajaan tai viisikkoon nähden
- Puolustuspelissä vauhtinopeuden estäminen mahdollistaa yksilölle tai viisikolle vauhtieron poistamisen hyökkäävältä pelaajalta tai viisikolta





Viisikon pelinopeus



Reagointi-
nopeus
-aistit
-hermosto

Räjähtävä
nopeus
-lähdöt
-laukaukset
-liikesuunnan-
muutos

Liike-
nopeus
-luistelu
-eteneminen
-vauhtinopeus

Nopeus-
taitavuus
-pelitaidot

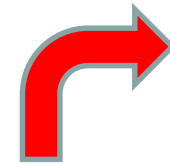


PELINOPEUS PELITILANTEISSA

PUOLUSTUSROOLI



HYÖKKÄYSROOLI



TILAN ESTO

- reagointinopeus
- liikenopeus
- nopeustaitavuus
- vauhtinopeus



Hyökkäysvalmius

- tilanteen tunnistamisnopeus: viive- vai nopea hyökkäys

- roolinmuutosnopeus
- reagointinopeus



TILAN VOITTO

- reagointinopeus
- liikenopeus
- nopeustaitavuus
- vauhtinopeus



Puolustusvalmius

- tilanteen tunnistamisnopeus: viive- vai nopea puolustus

- roolinmuutosnopeus
- reagointinopeus



RIISTO

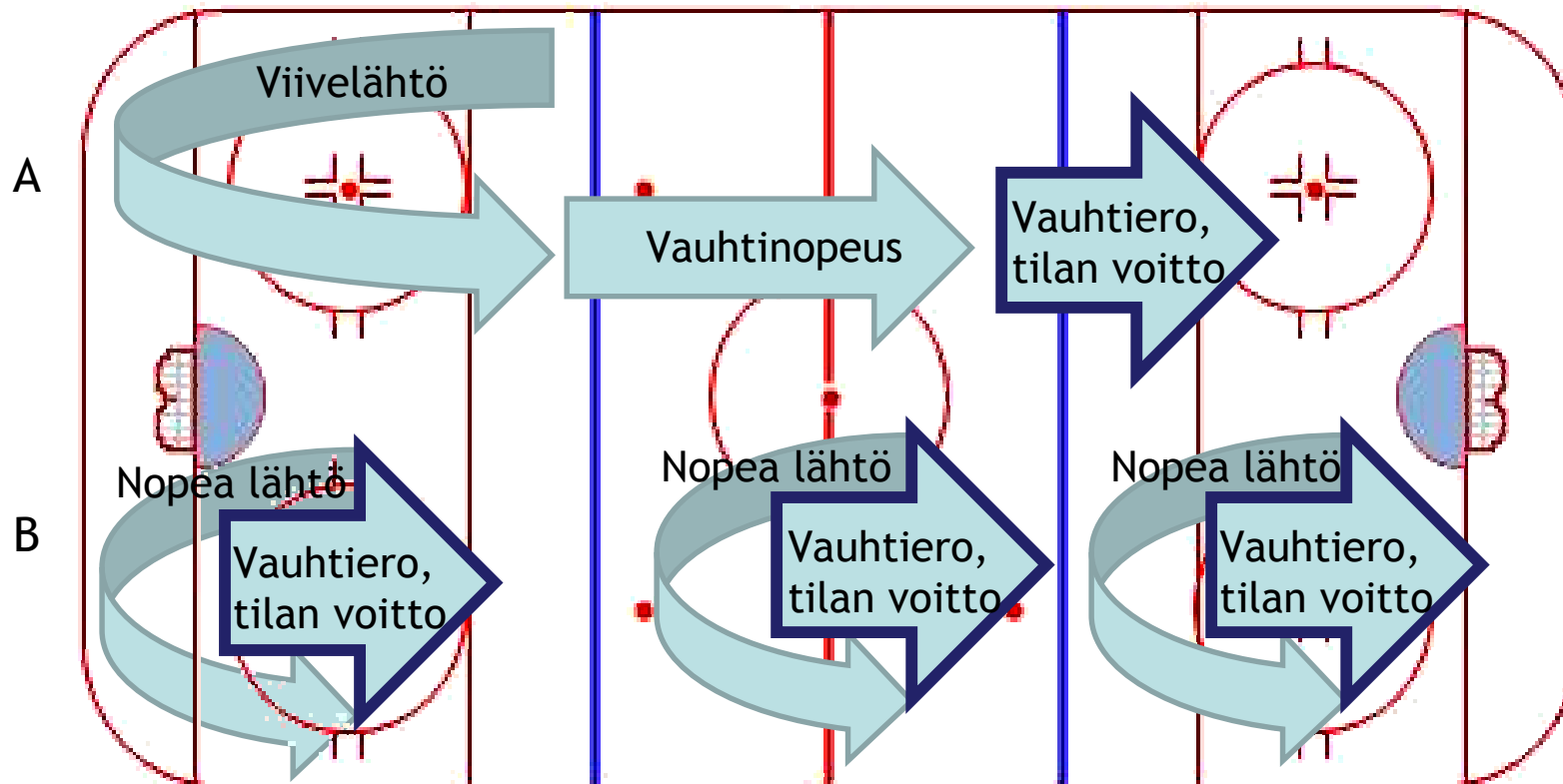


RIISTO



Kuvio 1. Viisikon pelinopeuden valinta hyökkäyspelissä

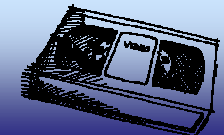
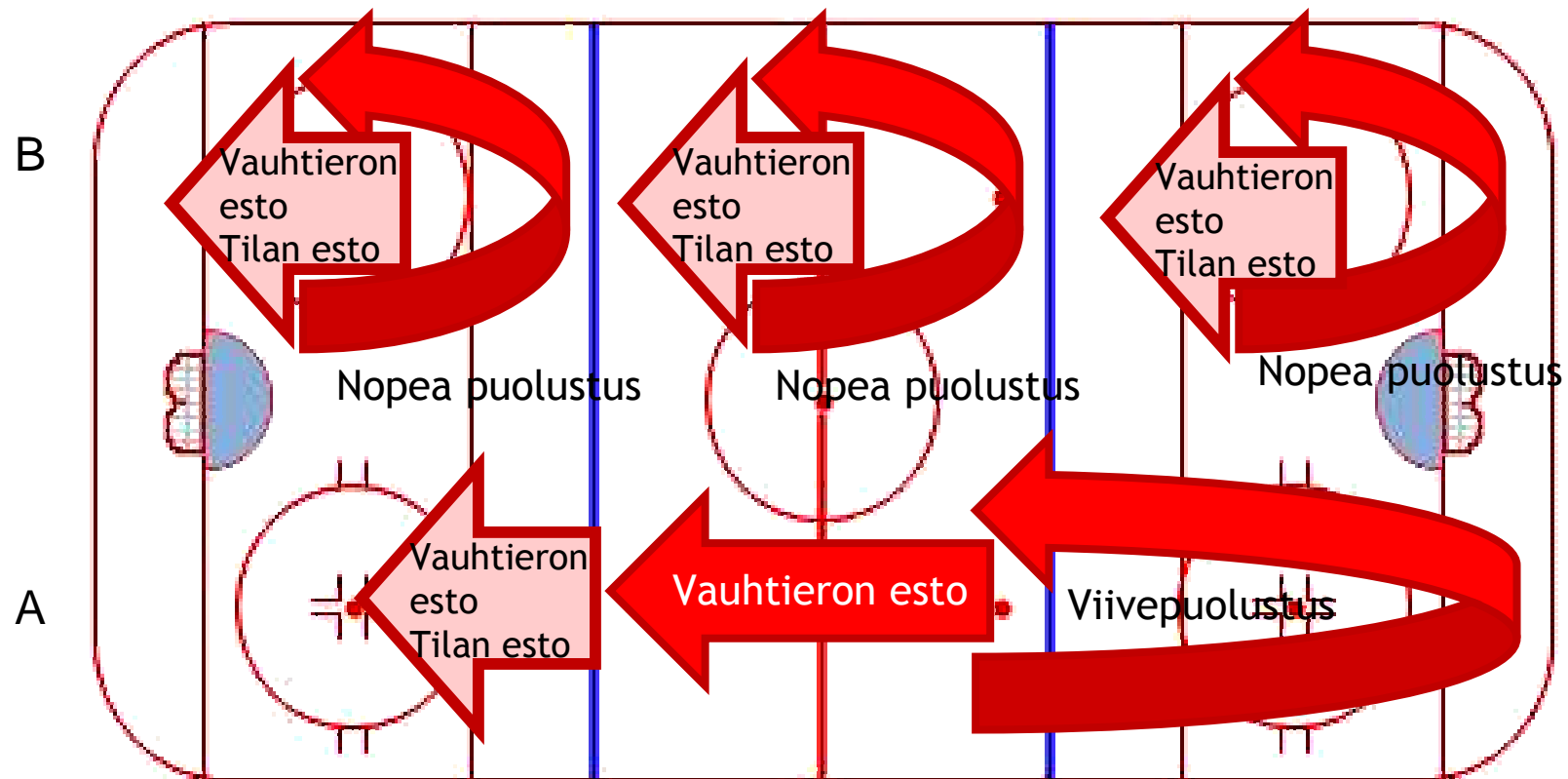
- A. Viivehyökkäys (lähtö) - vastassa organisoitu puolustus
- B. Nopea hyökkäys (lähtö) - vastassa organisoimaton puolustus



Kuvio 2. Viisikon pelinopeuden valinta puolustuspelissä

A. Viivepuolustus - vastassa organisoitu hyökkäys

B. Nopea puolustus - vastassa organisoimaton hyökkäys



Haluaisitko hyökätä tätä joukkoa vastaan?



Vai ehkä tätä joukkoa vastaan?



Maalitalanneanalyysi 2008-2009

SM-liiga 200 ottelua

Maalit tasakentällispeli

| | kpl | % |
|---------------|------------|------------|
| Suorahyökkäys | 179 | 31 |
| Riihsto | 233 | 40 |
| Päätympeli | 172 | 29 |
| YHT. | 584 | 100 |

Maalit ylivoimapeli

| | kpl | % |
|---------------|------------|------------|
| Suorahyökkäys | 29 | 10 |
| Riihsto | 20 | 6 |
| Kuviopeli | 193 | 62 |
| Rebound | 68 | 22 |
| YHT. | 310 | 100 |



KIITOS!

A large, stylized blue graphic element consisting of three curved lines that sweep across the page, mirroring the design of the IIHCE logo.

KANSAINVÄLINEN
Jääkiekon
KEHITYSKESKUS