



Koppipallo

(lentopallo tai pehmopallo)

Jakaannutaan kahteen joukkueeseen. Joukkueiden tarkoituksena on saada pallo kuljetetuksi kopittelemalla omalle maalialueelle tai maalivahdille niin, että se käy vähintään 3:lla oman puolen pelaajalla. Pallo kädessä ei saa liikkua.

Maalivahdeilla on oma esim. maalarinteipillä rajattu alue pelialueen päissä, johon muut pelaajat eivät saa astua. Jotta koko pelialue tulisi käyttöön ja liikkuminen olisi monipuolista, pelaajille voi antaa roolit (esim. puolustaja ja hyökkääjä) ja vaihtaa niitä pelin aikana pienin väliajoin.

Pudotuspallo

(lentopallo)

Jakaantukaa kahteen joukkueeseen. Kumpikin joukkue jakaantuu vielä kahteen ryhmään ja asettuu pelialueen vastakkaisille puolille jonoon.

Toinen joukkue asettuu omiin jonoihinsa pelialueen toisille sivuille niin, että joukkueista muodostuu ristikuvio +. Kummallakin joukkueella ryhmien välinen matka on yhtä suuri.

Jonon ensimmäinen heittää pallon oman joukkueensa jäsenelle, joka seisoo ensimmäisenä jonossa pelialueen toisella puolella. Heittäjä lähtee heti pallon perään ja asettuu toisen jonon viimeiseksi. Palloa heitellään edestakaisin siis oman joukkueen ryhmien välillä, ja samalla kukin leikkijä vuorollaan vaihtaa jonoa.

Pallot siis lentävät ristiin pelialueen keskellä. Voitte sopia keskenänne, miten kisa ratkeaa (esim. kumman joukkueen kaikki pelaajat ovat heittäneet ja vaihtaneet paikkaa jonoissa)

Vaikeutusaste: Kun peli rupeaa sujumaan, saa pelaaja juostessaan läpsäyttää vastapuolen pallon pois pelialueelta. Pallon heittänyt pelaaja hakee pallon takaisin ja heittää uudelleen. Pelissä on siis tarkan heiton, kopin ja juoksun lisäksi osattava arvioida milloin kannattaa heittää. Taitavimmat lentopalloilijat voivat kisailla joko sormi- tai hihalyönnillä.

Lähde: Lentopalloliitto