

WBSC

*Game Time!*

**#playeverywhere**

# Baseball

**BASEBALL 5 "VITONEN"  
HARJOITTEITA JA IDEOITA**







# Baseball5 -Mitä se on?

Hauskaa, nopeaa ja vaistonvaraista/vaistomaista  
5x5 Urbaani versio baseballista ja softballista

WBSC

*Game Time!*

**#playeverywhere**





# Baseball5 -Miksi?

“Baseball5” kehittyi tarpeesta saada laji(t) helpommin pelattaviksi matalalla kynnyksellä.

Se tarjoaa WBSC:nalaisille jäsenille ja liitoille vaihtoehtoon liikkua, harrastaa ja kilpailla.

WBSC

*Game Time!*

**#playeverywhere**





# Baseball5 -Kuinka?

Baseball5 ylläpitää pelin yksilöllisyyden samalla kun se poistaa fyysiset ja materiaaliset hankaluudet.

WBSC

*Game Time!*

**#playeverywhere**





# Soveltuvuudet ja mahdollisuudet

WBSC  
*Game Time!*

## Baseball5:

Antaa liikunnanopettajille taitoihin perustuvan oppituntimallin.

On pelattavissa vuoden ympäri.

Mahdollistaa koulun sisäisiä turnauksia.

Mahdollistaa koulujen välisiä turnauksia.

Opettaa tasa-arvoa ja joukkuehenkeä.

Tarjoaa väylän muihin urheilulajeihin.

**#playeverywhere**





# HARJOITUSMALLEJA

Ohessa on 15 ideaa,  
jolla alkaa  
**Baseball5** harjoitukset

Aina ensin  
huolellinen lämmittely

- Heittäminen
- Koppaa, Heitä & Juokse
- Lyöntiviesti
- Pesäjuoksuviesti
- Maalialueelle heitto
- Seinänpeluu
- 5 Syöttöä
- Heita& Seuraa
- Neliö
- Silta
- Muurin suojaaminen
- Kenttäpeliharjoitus
- Tähtiheittely
- Lyö & Joukse
- Seis & Jatka



# HEITTÄMINEN

- Pareittain
- 1 B5-pallo / pari
- Kartiottai salinviivat



## PROGRESSIO:

Vieritä maata pitkin –poimi molemmilla käsillä

Vieritä maata pitkin –poimi yhdellä kädellä

Yhden pompun heitto –ota kiinni molemmilla käsillä

Yhden pompun heitto –ota kiinni yhdellä kädellä

Heitto ilmassa –ota koppi molemmilla käsillä

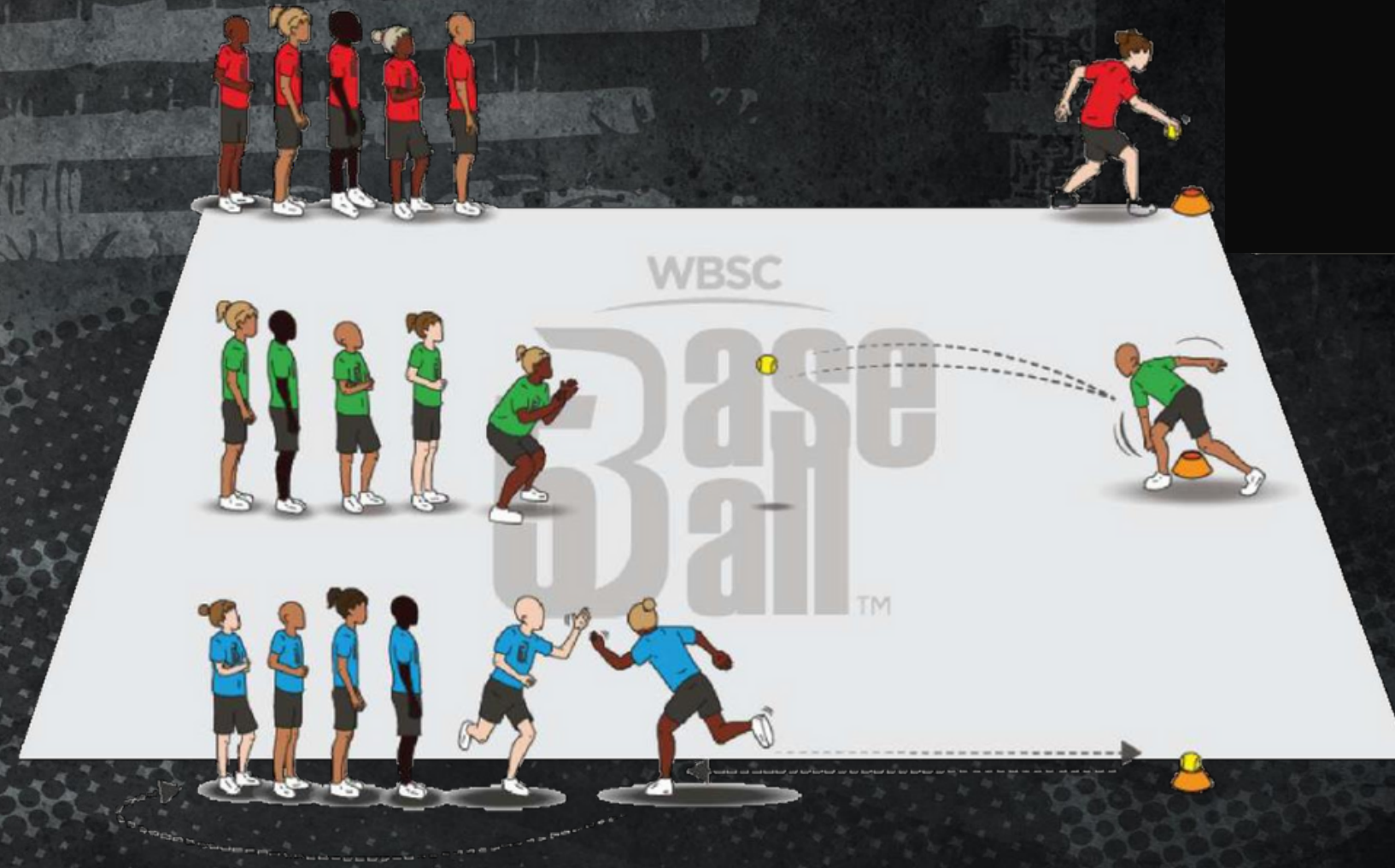
Heitto ilmassa –ota koppi yhdellä kädellä

Aloita lyhyellä välimatkalla, kasvata etäisyyttä hiljalleen



# KOPPAA, HEITÄ, & JUOKSE

- 3-4 ryhmää,  
kussakin 4-6  
pelaajaa
- 3-4 B5-
- pallokartiota



Jonon ensimmäinen juoksee kartiolla, ottaa pallon ja heittää seuraavalle jonossa –joka heittää pallon takaisin. Pallo laitetaan takaisin kartiolla ja pelaaja juoksee takaisin. antaa ylävitosen seuraavalle pelaajalle ja juoksee sitten jonon päähän. (Seuraava pelaaja juoksee kartiolla jne.)

VAIHTOEHDOT: pallon vieritys, yliolan heitto, pomppusyöttö. Pallon vastaanottajan jalan pitää olla pesässä (kartiolla).



# LYÖNTIVIESTI

- 3-4 ryhmää,  
kussakin 4-6  
pelaajaa
- 3-4 B5-palloa
- 3-4 kartiota
- Seinää



Ota pallo kartiolta, lyö se seinään, ota koppi, pistä pallo kartiolle, siirry jonon

loppuun ja seuraava pelaaja toistaa. Jatketaan kunnes kaikki ovat lyöneet

Lyönti ilmassa seinään antaa pisteen, pompun kautta ei.

vastan



# PESÄJUOKSUVIESTI

- 2 joukkuetta, 5-7 pelaajaa
- 4 kartiota/pesää



Viestijuoksu pesien kautta vastapäivään kiertäen –koske pesiä tai kierrä kartiot  
Lähtöpesällä kosketus seuraavaan juoksijaan, (joka lähtee omalle kierrokselleen)  
Joukkue, joka juoksee ensimmäisenä kaikki pesät, saa pisteen.



# TOUCHDOWN -MAALIALUEELLE HEITTO

- 2 joukkuetta, 5-6 pelaajaa
- 1 **B5**-pallo
- 8-16 kartiota–salin viivat



Syöttöjä joukkuekavereille –pallo kädessä ei liikuta –pallon koppaaminen maalialueella antaa pisteen

Pallon pudotus, pallo annetaan vastustajalle –syötönkatko, vastustaja saa pallon.

VAIHTOEHTO: iso pehmopallo



# SQUASH-SEINÄNPELUU

- Pelaajat 1-2 jonossa
- 1-2 **B5**-palloa
- 2 kartiota
- Seinä



Jonon ensimmäinen heittää pallon seinää vasten ja menee jonon perälle – Seuraava pelaaja nappaa pallon ja heittää pallon seinää vasten – Toista kunnes kaikki ovat tehneet suorituksen.

PALO jos pelaajat eivät saa palloa puhtaasti kiinni – PALO jos pallo tulee takaisin seinästä kartioiden ulkopuolella

Jos kaksi joukkuetta kilpalee keskenään voittaja on se joukkue jonka viimeinen pelaaja ehtii tehdä suorituksen.



# 5 SYÖTTÖÄ

- 2x viidenpelaajan ryhmää
- 1 B5-pallo
- 4 kartiota



Viisi heittoa ilman, että pallo putoaa tai vastustaja katkaisee syötön

Piste jokaisesta onnistuneesta viidestä syötöstä –pallo annetaan toiselle jolkueelle

Peli loppuu, kun toinen joukkue saa viisi tai kymmenen pistettä tai aika on täysi



# HEITÄ ja SEURAA

- 2 ryhmää, 8-10 pelaajaa
- 2 B5-palloa
- 4 kartiota



Ota pallo kiinni ja heitä se pelaajalle toisen kartion luona, juokse toisen jonon päähän  
Seuraava pelaaja –toistaa kunnes kaikki ovat suorittaneet tai aika loppuu

VAIHTOEHTOJJA: Heitto yläkautta, heitto alakautta tai pompulla, pallon vierittäminen

VAIKEUTTAMINEN: Pelaa kahdella pallolla



# NELIÖ

- 2 neljän tai viidenpelaajan ryhmää
- 2 **B5**-palloa tai isompaa pehmopalloa
- 2x neljänkartion neliötä



Heitä pallo ylä-tai alakautta oikealla tai vasemmalla olevalle pelaajalle

Toista, kunnes sovittu määrä kierroksia on heitetty tai aika loppuu –kilpailu ryhmien välillä

VAIHTOEHTO: Viides pelaaja aloittaa keskeltä ja heittäjä siirtyy heittonsa jälkeen vastaanottaneen pelaajan paikalle



# SILTA

- 2 kuuden-  
kahdeksan  
pelaajanryhmää
- 2 **B5**-palloa
- 12-16 kartiota



Viestikilpa –Pallo pitää saada jonon päähän ja takaisin mahdollisimman nopeasti

VAIHTOEHTO: Heitto ylä-/alakautta, vierittäminen

Voi käyttää toisentyypisiä palloja

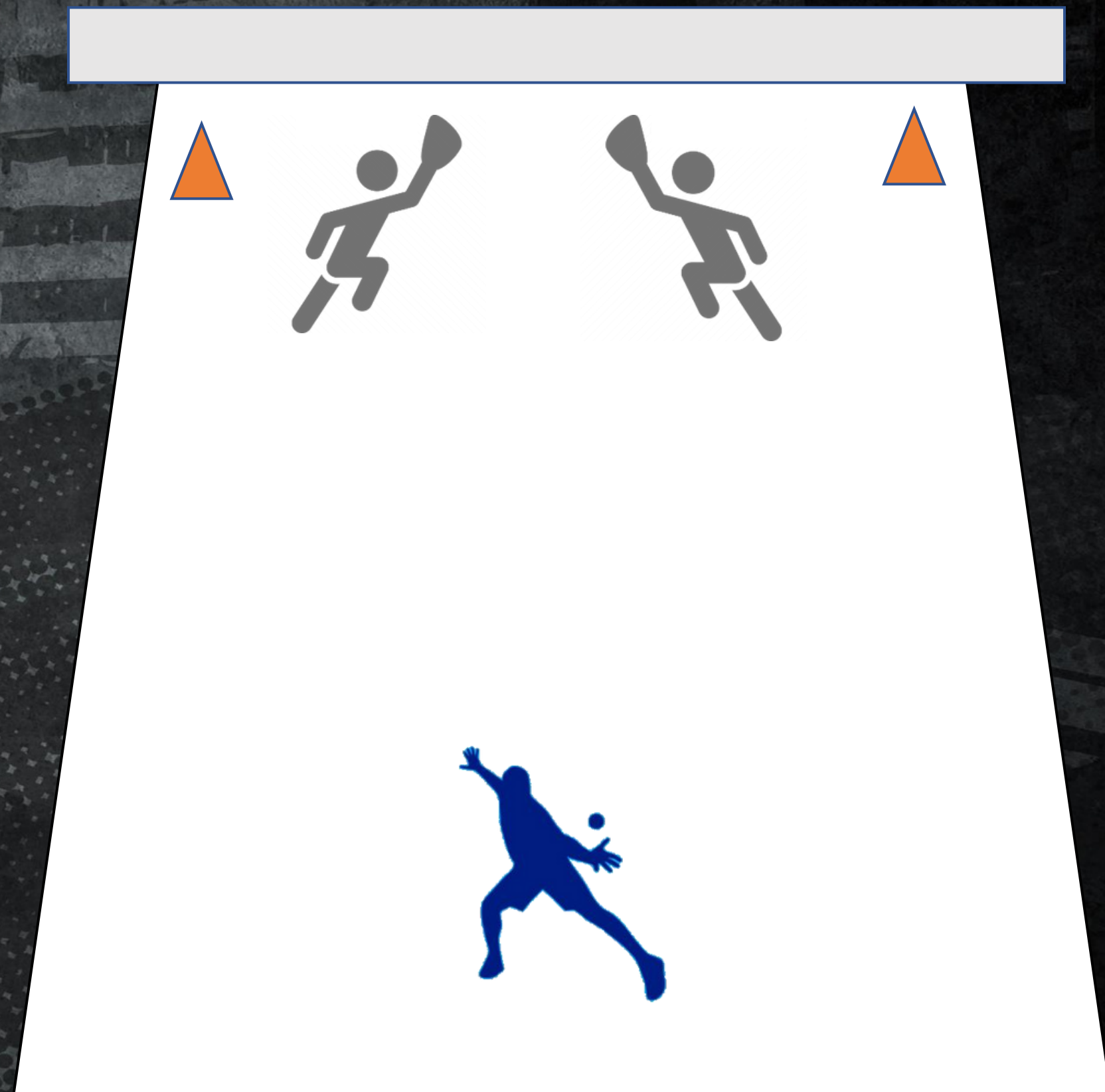
VAIHTOEHTO: Rivin viimeinen pelaaja juoksee ensimmäiseksi kun pallo on saatu takaisin



# MUURIN SUOJAMINEN

- 3-4 pelaajanryhmiä
- 1 **B5**-pallo / ryhmä
- 2 kartiota/ ryhmä
- Seinä

Lyöjä lyö palloa ja yrittää osua seinään  
Puolustajat yrittävät estää pallon osumasta  
10 yritystä/pelaaja, vaihto  
Ajan salliessa useita kertoja





# KENTTÄPELIHARJOITUS

- 5-10 pelaajaa
- 1 tai useampi **B5**-palloa
- **B5** kenttä
- 1 tennismaila

Heitä tai lyö palloa tennismailalla 1 kerrallaan jokaiselle pelaajalle, joka heittää ykköspesälle, josta pallo heitetään kotipesälle.

Toista kaikille pelaajalle, pelipaikkoja vaihdellen.

Pelaajat harjoittelevat pallon kiinniottoja ja tarkkoja heittoja ykköspesälle.

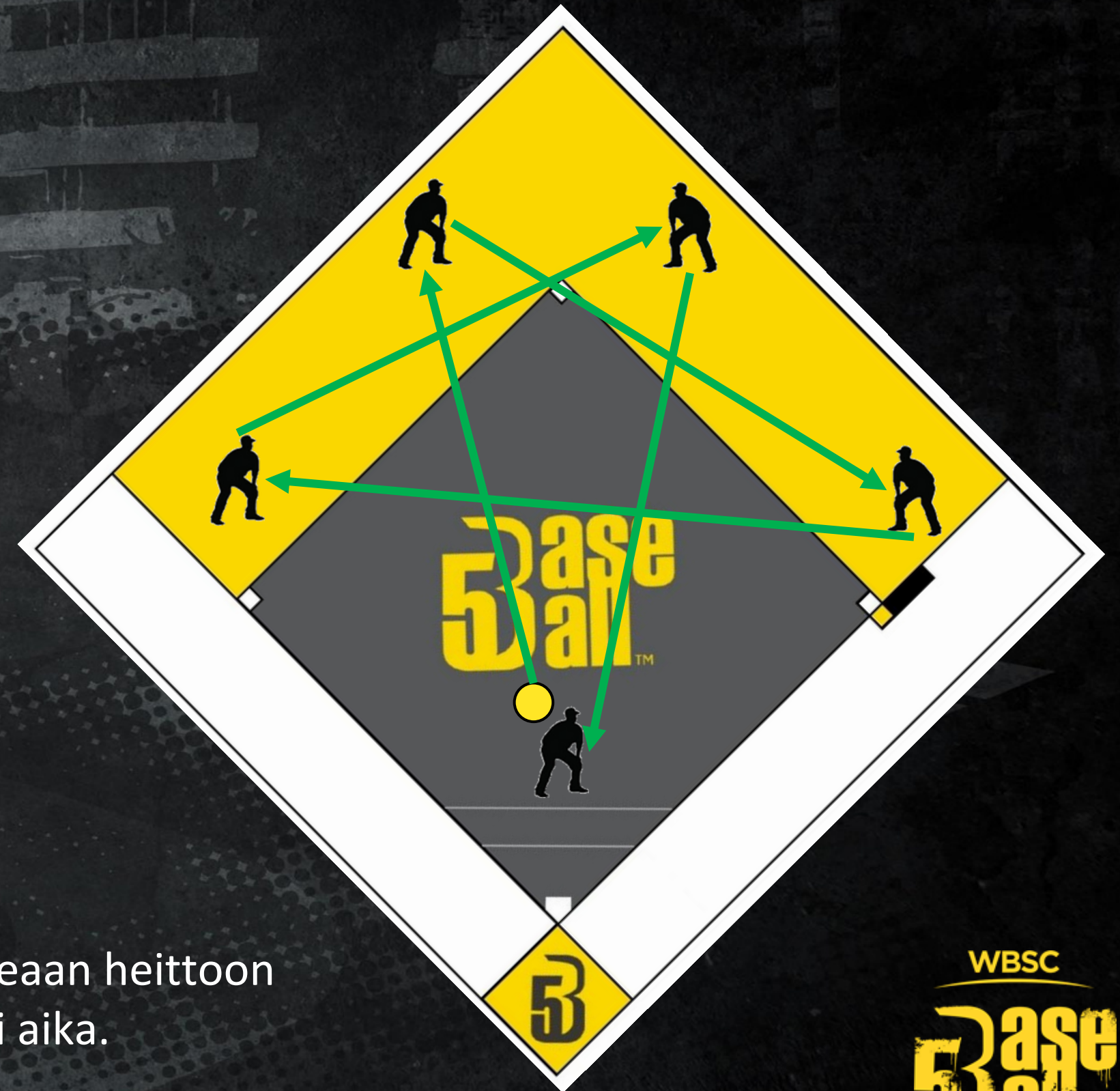
1-vahti harjoittelee pallon koppaamista puhtaasti sekä kontaktin pitämistä ykköspesään. Sieppari kotipesällä harjoittelee pallon koppaamista puhtaasti sekä kontaktin pitämistä kotipesään tai ”haamujuoksijan” polttamista kosketuksella.





# TÄHTIHEITTELY

- 5 pelaajaa
- 1-2 B5-palloa
- B5 kenttä



Pelaajat heittelevät palloa keskenään mahdollisimman nopeasti.

Keskitytään hyviin, tarkkoihin heittoihin, puhtaisiin koppeihin ja nopeaan heittoon  
Jos on useampia ryhmiä, pidä minikilpailu; tietty määrä kierroksia tai aika.

VAIHTOEHTO: Heittelyä kahdella pallolla keskittymisen parantamiseksi.



# LYÖ & JUOKSE

- 2 viidenpelaajan ryhmää
- 1 B5-pallo
- 4 pesää



Lyö pallo peliin ja yritä juosta niin monta pesää kuin mahdollista ennen kuin pallo on heitetty kotipesään.

Jos juoksija ehtii kotipesään, piste joukkueelle –Jos pallo on kotipesässä ensin, juoksija palaa –Vaihto kolmen palon jälkeen



# SEIS & JATKA

- 2 ryhmää
- viidenpelaajan
- 4 pesää
- 1 B5-pallo



Niin kuin "LYÖJA JUOKSE"-harjoituksessa –Lyöjä voi pysähtyä kakkospesälle

Lyö pallo peliin ja yritä juosta niin monta pesää kuin mahdollista ennen kuin pallo on heitetty kotipesään.

Jos juoksija ehtii kotipesään, piste joukkueelle –Jos pallo on kotipesässä ensin, juoksija palaa –Vaihto kolmen palon jälkeen

PALON voi saada myös kakkospesältä





# PELIN PERUSTEET

- 5 pelaajaa Sekajoukkueet 3-2 tai 2-3 (3 vaihtopelaajaa)
- 5 vuoroparia
- 3 paloa
- 21x21m tilaa lähes millä alustalla tahansa
- Vain yksi lyönti. Pallo on joko pelissä tai palo
- Nopeavauhtinen peli mahdollista "paras kolmesta" -otteluihin
- Ei muita varusteita kuin B5-pallo
- Suunniteltu baseballin ja softballin periaatteista

Pesät kierretään vastapäivään

WBSC

*Game Time!*

**#playeverywhere**





# PELIN PERUSTEET -

## Eroja baseballiin, softballiin ja pesäpalloon

- Ei syöttöä
- Lyöty palloon on joko LYÖNTI (pelaajapäässe pesällejuoksijaksi) tai PALO –Ei laittomia lyönnejä
- Pallon pitää aina ensin osua lailliselle alueelle
- Pallo ei voi osua takaseinään tai mennä sen yli ilmassa
- Lyöty pallo ei voi osua etulaittoman alueelle
- Pelaajien vaihdot vain puolustuksen aikana

WBSC

*Game Time!*

**#playeverywhere**





# PELIN PERUSTEET -PALOT

- Koppilyönti
- Lyötypalloheitetään pesälle ja otetaan siellä kiinni ennen jouksijaa
- Juoksijan ollessa irti pesästä häntä kosketaan pallolla  
Lyönti osuu takaseinään ilmassa
- Lyöty pallo lentää takaseinän yli ilmassa
- Lyöty pallo ei osu enislinnalle
- 

WBSC

*Game Time!*

**#playeverywhere**





# B5 Pelikenttä



WBSC

*Game Time!*

# #playeverywhere

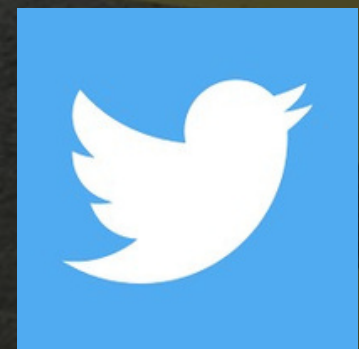




## Lisätietoa:



@Baseball5  
@WBSC  
@WBSCEurope  
wbsc\_baseball5



wbsc  
wbsc\_europe  
#BASEBALL5



#WBSC  
#WBSCEUROPE  
#PLAYEVERYWHERE



**#playeverywhere**