

# Ultimatea kouluun!

Ultimate on liitokiekolla eli frisbeellä pelattava vauhdikas joukkuelaji, jossa pelaajat syöttävät kiekkoa toisilleen. Maali syntyy, kun oman joukkueen pelaaja onnistuu saamaan syötön kiinni vastustajan maalialueella.

Ultimatessa yhdistyy useiden urheilulajien parhaat puolet. Lajia voi harrastaa aktiivisesti ympäri vuoden: kesällä ulkopelina, talvella sisällä. Lajissa pelaajalta vaaditaan kiekon käsittelytaidon lisäksi nopeutta, kestävyyttä ja ketteryyttä.

Yksinkertaisten sääntöjensä ansiosta laji on helppo aloittaa ja pelaamaan oppii nopeasti.

## ***Miksi pelata Ultimatea koulussa?***

Ultimate on mielenkiintoinen laji oppia ja opettaa. Se tuo monipuolisuutta ja vaihtelua koululiikuntaan. Uudessa lajissa lähtötilanne on kaikille oppilaille sama – kukaan ei ole toista taitavampi. Monet koulun joukkuelajit ovat pallopelejä, joissa taitavat pallonkäsittelijät erottuvat muista. Kiekko uutena pelivälineenä antaa kaikille mahdollisuuden onnistumisiin.

Ultimate on aito joukkuepeli – yksin siinä ei voi voittaa, sillä syöttöön tarvitaan kaksi. Yhden pelaajan sooloilu ei ole tässä lajissa mahdollista.

Ultimatessa tärkeintä on reilu peli – **Spirit of the Game!** Kaikkia kanssapelaajia – omia ja vastustajia – on kunnioitettava ja kaikki epäurheilijamaisuus on kiellettyä. Lajin henki tukee hyvin koulukasvatuksen tavoitteita.

Ultimatessa ei ole tuomareita eikä rangaistuksia, sillä peleissä oletetaan, ettei kukaan tahallaan riko sääntöjä tai muita pelaajia. Tahattomien kontaktien tai muiden kiellettyjen tapahtumien seurauksena peli palautetaan edelliseen tilanteeseen, ikään kuin virhettä ei olisi tapahtunutkaan. Hyvä Ultimaten pelaaja on rehellinen ja osaa myöntää omat virheensä.

Ultimaten pelaamiseen ei tarvita erityisiä varusteita, pelkkä kiekko riittää. Koulupelina sen järjestäminen lienee lenkkeilyn jälkeen halvin liikuntamuoto.

## ***Ultimaten historia ja nykytilanne***

Ultimatea alettiin pelata Yhdysvaltain itärannikolla 1960-luvun lopulla ja laji tuli Suomeen 1970-luvun loppupuolella vaihto-opiskelijoiden mukana. Laji on kerännyt muutaman vuosikymmenen aikana laajan harrastajakunnan yli viidestäkymmenestä maasta ja kaikilta mantereilta. Ultimaten sanotaankin olevan tällä hetkellä eniten suosiota kasvattava joukkuelaji maailmassa.

Suomessa Ultimatella on noin 1000 harrastajaa. Lajin kattojärjestö on Suomen Liitokiekkoliitto ry, joka on SLU:n jäsenjärjestö. Jyväskylässä lajia on harrastettu 2000-luvun vaihteesta alkaen. Harrastamme Ultimatea läpi vuoden ja osallistumme useisiin turnauksiin.

**Tulemme mielellään kouluihin esittelemään lajia ja pitämään liikuntatunteja.**



## Seura ja Yhteyshenkilöt

JyLi – Jyväskylän Liitokiekkoilijat Ry. keskittyvät Ultimate frisbeehen ja Frisbeegolfiin.

JSW on JyLin sarjajoukkue, joka pelaa Ultimatea SM-sarjan 1.divarissa.



### Ota yhteyttä niin sovitaan esittely!

Seuran PJ

Teemu Ritvanen

050-301 7048

[teemu.ritvanen@gmail.com](mailto:teemu.ritvanen@gmail.com)

Ultimate-vastaava

Matti Hokkanen

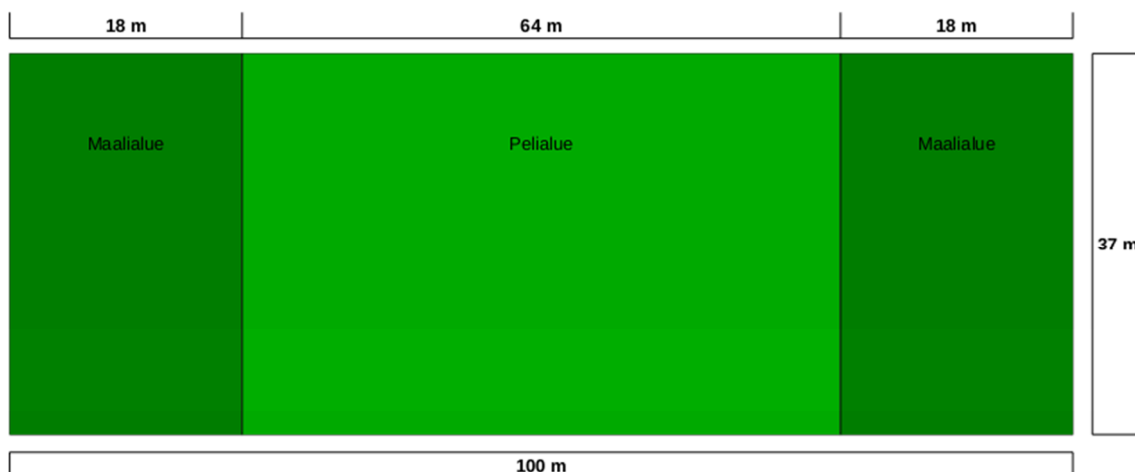
050-3402576

[matti.i.hokkanen@jyu.fi](mailto:matti.i.hokkanen@jyu.fi)

[www.jyli.fi](http://www.jyli.fi)

## Ultimaten säännöt lyhyesti

1. KENTTÄ: Suorakaiteen muotoinen alue, jonka molemmissa päissä on maalialueet. Kentän koko voi vaihdella pelaajamäärän ja käytettävissä olevan tilan mukaan.



2. PELIN KÄYNNISTÄMINEN: Jokainen piste alkaa siten, että joukkueet asettuvat riviin omalle maaliviivalleen. Puolustava joukkue heittää kiekon hyökkäävän joukkueen maalialueelle (aloitusheitto). Ulkopeleissä joukkueessa on seitsemän (sisällä pelattaessa viisi) pelaajaa.
3. PELIN KULKU: Hyökkäävä joukkue yrittää edetä vastapuolen puolustamalle maalialueelle syöttelemällä kiekkoa toisilleen. Kiekkoa voidaan liikuttaa mihin tahansa suuntaan syöttämällä se joukkueoverille. Kiekollinen pelaaja (heittäjä) ei saa ottaa askelia, mutta saa liikkua paikallaan tukijalan varassa. Heittäjällä on kymmenen (sisäpeleissä kahdeksan) sekuntia aikaa heittää kiekko. Puolustava pelaaja (markkeri) vartioi heittäjää ja laskee sekunnit ääneen ("Lasken, yksi, kaksi...").
4. MAALIN TEKO: Maali syntyy, kun heittäjä saa syötettyä kiekon maalialueella olevalle joukkueoverilleen. Maalin jälkeen joukkueet vaihtavat päätyjä ja peli käynnistetään uudelleen.

5. KIEKON MENETYS: Kun syöttö epäonnistuu (syöttö katkaistaan, kiekko lyödään tai putoaa maahan tai se menee kentän rajojen ulkopuolelle) tai puolustaja pääsee laskussaan kymmeneen (sisällä kahdeksaan), niin hyökkäävä joukkue menettää kiekon puolustavalle joukkueelle.
6. VAIHDOT: Pelaajia voidaan vaihtaa vain maalinteon jälkeen tai pelaajan loukkaantuessa.
7. VARTALOKONTAKTIT: Mitään fyysistä kontaktia pelaajien kesken ei sallita. Kontaktitilanteen aiheuttanut pelaaja syyllistyy virheeseen. Myös pelaajan estäminen juoksemalla tämän edestä on kielletty.
8. VIRHEET: Sellainen fyysinen kosketus, joka häiritsee pelaajan heittoa tai kiinniottoa, on virhe. Kiekon lyöminen heittäjän kädestä on myös virhe. Virhe on huudettava heti tilanteen syntyessä, jolloin peli pysäytetään. Virheen voi huutaa vain rikottu pelaaja. Jos virheen sattuessa pelaaja menettää kiekon hallinnan, kiekko palautetaan hänelle ja peli jatkuu kuin kiekon menetystä ei olisi sattunut. Jos puolustava pelaaja kuitenkin kiistää virheen, on tilanne pelattava uudelleen.
9. TUOMARIT: Ultimatussa ei ole tuomareita, vaan pelaajat tuomitsevat itse omat virheensä. Tätä käytäntöä noudatetaan kaikilla tasoilla aina MM-kilpailuissa saakka.
10. PELIMORAALI: Ultimaten säännöt perustuvat urheiluhenkeen ja jättävät vastuun reilusta pelistä pelaajille. Kilpailuhenkinen peli on suositeltavaa, muttei pelaajien keskinäisen kunnioituksen, sääntöjen noudattamisen tai pelaamisen ilon kustannuksella.



Ultimatea puistossa