

IZBRANI ŠPORT

KOŠARKA



KDO?

- vsi, ki imate radi košarko!

KAJ?

- izpopolnjevanje tehničnih in taktičnih elementov: vodenje in preigravanje, met z mesta in iz skoka, košarkarski dvokorak po podaji, odkrivanje in prodor iz vodenja po sprejemu žoge, vtekanje in met iz dvokoraka po sprejemu žoge, skok za odbito žogo, odkrivanje centra ali krilnega igralca in met ali prodor po sprejemu žoge, skok za odbito žogo, obramba proti metu, prodoru in vtekanju, zapiranje poti do koša, protinapad 2:1, postavljanje blokade.....
- igra v napadu 1:1, 2:2 in 3:3 na en koš proti aktivni obrambi, igra 4:4 s centrom na en koš, igra 4:4 in 5:5 s centrom na dva koša
- pravila ulične košarke in igra 3:3

CILJI?

- da bi dobro spoznali in se naučili tehniko, taktiko in pravila košarkarske igre
- da bi se naučili uspešno igrati na en in dva koša

ZAKAJ?

- da bi izpopolnili tehniko in taktiko košarke do takšne mere, da bi se lahko vključili v igro povsod, kjer bodo igrali košarko
- da bi pridobljeno znanje znali uporabljati v prostem času kot eno izmed oblik rekreacije

KDAJ?

- izvaja se v 8. razredu skozi šolsko leto eno uro na teden (35 ur)

Herman Novak, prof. športa