

IZBRANI PREDMET KOŠARKA

DINAMIČNO KOŠARKARSKO OGREVANJE:

- <https://www.youtube.com/watch?v=oblBY1fEsA>

MET NA KOŠ:

pazi na pravilno tehniko meta.

V spodnji tabeli so zapisana mesta in načini meta na koš. Iz vsakega položaja vrzi zaporedoma na koš 10x, zapiši število uspešnih metov. Spoštuj pravila FAIR PLAY-a.

Pri dvokoraku pazi na:

- trojno nevarnost,
- prehod v vodenje (križni/vzdolžni/po obratu).

Če želiš, lahko posnameš izvedbo svojega meta, da odpravimo morebitne napake.

	MET NA KOŠ (10/0?)	levo	desno
1.	Izpod koša		
2.	Z roba rakete		
3.	Prosti met		
4.	dvokorak		