



OSNOVNA ŠOLA ADAMA BOHORIČA  
ŠOLSKA CESTA 29  
8280 BRESTANICA  
TELEFON: 07/ 49 73 025  
IZBRANI ŠPORT  
IZBRANI ŠPORT  
IZBRANI ŠPORT



# KOŠARKA.

## SPLOŠNI CILJI.

- TELESNI RAZVOJ, RAZVOJ GIBALNIH IN
- FUNKCIONALNIH SPOSOBNOSTI-USVAJANJE IN IZPOPOLNJEVANJE RAZLIČNIH ŠPORTNIH ZNANJ
- SEZNANJANJE S TEORETIČNIMI VSEBINAMI
- PRIJETNO DOŽIVLJANJE ŠPORTA, OBLIKOVANJE STALIŠČ, NAVADIN NAČINOV RAVNANJA

ENOLETNI  
PROGRAM V 7.,8. IN  
9. RAZREDU

## PRAKTIČNE VSEBINE.

- SPOPOLNJEVANJE TEHNIČNIH IN TAKTIČNIH ELEMENTOV (VODENJE Z MENJAVO ROK PO OBRATU, HITRO VODENJE, ODKRIVANJE IN MET Z MESTA, ODKRIVANJE IN PRODOR IZ VODENJA PO SPREJEMU ŽOGE, VTEKANJE IN MET IZ DVOKORAKA PO SPREJEMU ŽOGE, SKOK ZA ODBITO ŽOGO, ODKRIVANJE CENTRA IN MET ALI PRODOR PO SPREJEMU ŽOGE, OBRAMBA PROTI METU, PRODORU IN VTEKANJU, ZAPIRANJE POTI DO KOŠA, PROTINAPAD 2:1
- 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.

## TEORETIČNE VSEBINE.

PRAVILA IGRE, SODNIŠKI ZNAKI

## RAVEN ZNANJA.

USPEŠNA UPORABA TEHNIČNIH IN TAKTIČNIH ELEMENTOV V IGRI 4:4 S CENTROM NA EN KOŠ IGRAH 4:4 IN 5:5 S CENTROM NA DVA KOŠA

POUČUJE: DAMJAN KOS, MAG.  
PROF. ŠPO. VZG.

