**DELO NA DOMU - 8.r. – ŠPO**

**Učna ura št.: 48**

**Tematski sklop: Košarka**

**Metodična enota: Igra 3:3 na en koš**

**Cilj: Obvladati pravila igre 3:3 na en koš (teorija)**

**Stopnja učnega procesa: Ponavljanje**

**……………………………………………………………**

Košarka je razmeroma zapletena športna igra. Zanjo so značilna ciklična in aciklična gibanja brez žoge in z njo ter borba med igralci dveh moštev z nasprotujočimi si interesi. Moštvo, ki je v napadu, želi preigrati nasprotnika in doseči zadetek. Moštvo, ki se brani, želi preprečiti zadetek in prevzeti vlogo napadalca. Zaradi relativno majhne igralne površine so gibanja igralcev razmeroma kratka, hitra, z veliko zaustavljanja, sprememb smeri in skokov. Med temi gibanji učenci žogo tudi lovijo, podajajo, mečejo na koš, odbijajo, kotalijo in vodijo. Ta gibanja lahko v skladu z igralno situacijo medsebojno kombiniramo v različnih povezavah. Vse to zahteva visoko razvito koordinacijo, natančnost, hitro moč, hitrost reagiranja, orientacijo v prostoru in situacijsko mišljenje.

Ko govorimo o taktiki, to je urejenosti in organiziranosti v obrambi in napadu glede na nasprotnika.

**RAZVRSTITEV IGRALCEV V OBRAMBI**

Obrambni igralci so pravilno razvrščeni v obrambi, če izpolnjujejo:

* da se gibljejo med košem, ki ga branijo in napadalcem, katerega pokrivajo (govorimo o obrambi mož - moža),
* da je oddaljenost primerna (najbolje je od 1 m do 1,5 m), zaradi možnosti akcij in reagiranja obrambe,
* da učenci krijejo napadalce po naslednjih kriterijih:

 - visoki obrambni igralci pokrivajo visoke napadalce,

 - nižji obrambni igralci pokrivajo nižje napadalce,

 - hitrejši obrambni igralci krijejo hitrejše napadalce, itd.

**RAZVRSTITEV IGRALCEV V NAPADU**

Nešteto primerov iz vsakdanje košarkarske prakse potrjuje, da neko moštvo igra dobro šele takrat, ko se dobro razvršča tako v napadu, kot v obrambi. Pravilna razvrstitev igralcev v napadu je naslednja:

**SREDNJI NAPADALEC – CENTER (C)**

Srednji napadalec se razvršča nekje v prostoru, ki se nahaja na polovici vzdolžne črte kazenskega prostora na desni ali levi strani tega prostora. Lahko tudi govorimo, da se srednji napadalec giblje na levi ali desni strani napada. Naloga centra je v tem, da se najprej pravilno razvrsti, na tem mestu spremlja akcije in da se pravočasno giblje preko kazenskega prostora, skače za odbito žogo in meče na koš.

**DESNO KRILO (DK)**

Desno krilo se razvršča nekje v prostoru med vzdolžno črto igrišča in prečne črte igrišča, kjer se krožno giblje ter sodeluje v akcijah napada. Desno krilo je na desni strani igrišča (v napadu).

**LEVO KRILO (LK)**

Enako kot desno krilo, vendar na levi strani igrišča.

**DESNI BEK (DB)**

Desni bek je postavljen pred raketo na desni strani v napadu. Izvaja prenašanje žoge, ureja igro in organizira napad.

**LEVI BEK (LB)**

Enako kot desni bek, vendar na levi strani igrišča in rakete.

Pridno vadite, bodite športno aktivni, pa ne pozabite na ta rek:

ZDRAV DUH V ZDRAVEM TELESU

…………………OSTANITE ZDRAVI……………………………