

KOŠARKA NA DALJAVO, OSNOVNE ŠOLE Razpis za Športni izziv *SPET POD KOŠEM*

Organizatorja

Zavod za šport RS Planica in Košarkarska zveza Slovenije

Informacije: Matic Vidic, Leskoškova 12, 1000 Ljubljana

e-pošta: matic.vidic@kzs.si

telefon: 01 520 10 10, 041 943 925

Obdobje tekmovanja

Izziv 1 – od 8.3.2021 do 2.4.2021

Izziv se opravlja v skladu z veljavnimi epidemiološkimi ukrepi znotraj dovoljenih skupin, ki se lahko v tistem obdobju združujejo!

Tekmovalne stopnje

Tekmovanje se odvija na nivoju šole.

Starostne kategorije

2. triada
3. triada

Udeležba v izzivu

Šola v izzivu sodeluje tako, da za posamezen razred oz. skupino športni pedagog vnese rezultat v aplikaciji Športni izziv - <https://izziv.sportmladih.net/> z uporabniškim računom, ki ga ima za vašo šolo. V primeru, da v aplikaciji račun športnega pedagoga šole ni povezan s šolo se prosimo obrnite na sst@sport.si.

Ekipa

Posamezna ekipa je sestavljena iz 5 učenk ali učencev in je lahko mešana glede na spol. Izziva se lahko udeleži neomejeno število ekip posameznega razreda, pri čemer lahko en učenec ali učenka v posameznem izzivu sodeluje le v eni ekipi.

Opis izvedbe izziva

Igralci so postavljeni pod košem, vsak ima svojo žogo. Znak za štart naslednjega igralca je trenutek, ko igralec, ki je metal na koš, po metu ujame in prime žogo z obema rokama.

OPIS IZVEDBE IZZIVA: Igralec stoji na čelni črti igrišča za košem, z obrazom obrnjen proti sredini igrišča. Žoga je v položaju trojne nevarnosti oz. med komolci. Na znak začne z ustrezno roko (desna, če gre v desno stran in obratno) voditi žogo stran od koša v smeri stožca, ki je postavljen na črti meta za 3 točke v namišljeni podaljšani črti linije prostih metov. V trenutku, ko z eno nogo stopi v polje meta za 3 točke na zunanji strani stožca, se obrne na stran žoge, zamenja roko, s katero vodi žogo, ter nadaljuje z vodenjem proti košu. Zaključek prve različice vaje je met iz dvokoraka (delamo na obe strani), zaključek druge pa met s polrazdalje (odebeljeni del pravokotnika oz. »raket«², med prvim in drugim skakalnim mestom; prav tako delamo v obe smeri).

Naloge po starostnih kategorijah

2. triada

Učenci opravijo opisano nalogo, zaključek je poljuben met izpod koša. Vsak učenec opravi nalogo najmanj štirikrat (dvakrat na vsako stran), tako, da skupina opravi 20 metov. Končni rezultat je seštevek vseh zadetkov. V primeru, da je v skupini manj kot 5 učencev, nekateri izmed njih nalogo ponovijo večkrat, da skupina opravi 20 metov.

Video 2. triada - <https://izziv.sportmladih.net/challenge/view/0pTp15>

3. triada

Učenci opravijo opisano, zaključek pa je lahko met iz dvokoraka ali met s polrazdalje. Uspešen met iz dvokoraka šteje 1 točko, uspešen met s polrazdalje pa šteje 2 točki. Igralci najprej nalogo izvajajo na eno stran, nato pa še na drugo stran. Skupina nalogo opravlja 3 minute, končni rezultat je seštevek točk uspešnih metov na koš.

Video 3. triada - <https://izziv.sportmladih.net/challenge/view/e2aFtB>

Nagrade

Praktične nagrade bomo žrebali izmed vseh prejetih rezultatov, oddanih s strani šol v aplikaciji Športni izziv pri posameznem izzivu.

Izžrebali bomo:

- 6 ekip (5x majica Šport mladih – Športni izziv)
- 20 ekip (5x svetilka Šport mladih)