**УПУТСВО ЗА ИЗВОЂЕЊЕ НАСТАВЕ ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА НА ДАЉИНУ**

*Спортски поздрав- ЗДРАВО !!!*

**Теоријски део:** Пронаћи и прочитати на интернету правила кошаркашке игре, па у упитнику испод одговорити на постављена питања. Линк (https://sr.wikipedia.org/sr-ec/Кошарка).

**Практични део:** Пример тренинга (вежбања ) и линкове како се изводе вежбе вам је у материјалу. У обавези сте да одрадите тренинг минимум 2 пута недељно и да ми петком до 12 часова пошаљете попуњен упитник, који ће те добијати заједно уз вежбе. Попуњен упитник шаљете ми на gagimatke@gmail.com или га попуните у Microsoft Teams-u.

|  |
| --- |
| **УПИТНИК** |
| ИМЕ И ПРЕЗИМЕ |  |
| РАЗРЕД И ОДЕЉЕЊЕ |  |

1. Колико пута недељно је одрађен тренинг ?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Место извођења тренинга? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Тежина тренинга (лак, умерен , тежак)?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Које су позиције играча у кошарци (набројати)?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Карактеристике плејмејкера (набројати две)?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Колико вреди поена кош убачен као слободно бацање?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Напомена: За било какве недоумице пишите ми на мејл: gagimatke@gmail.com.