WF- koszykówka 4 godz

Przepisy do przeczytania:

1. **Mecz koszykówki** rozgrywany jest przez 2 drużyny składające się po 12 zawodników. Na boisku może przebywać 5 zawodników z każdej drużyny.
2. Mecz podzielony jest na 4 kwarty każda po 10 minut, w NBA 12 minut. Mecz wygrywa drużyna z większą liczbą punktów po skończonym czasie gry. W przypadku remisu rozgrywane są 5-cio minutowe dogrywki do momentu zwycięstwa jednej z drużyn.
3. Przerwy między kwartami i ewentualnie dogrywkami trwają 2 minuty każda. Wyjątkiem jest przerwa w połowie meczu tj. między 2 a 3 kwartą, która trwa 15 minut.

Oglądnij:

Temat: Technika rzutu -<https://youtu.be/lZDTkdlZ_XY> -29.04.2020

# Temat:  Technika poruszania się bez piłki w ataku- <https://youtu.be/AW3U6oLNDCc> -29.04.2020

Temat: Technika kozłowania <https://youtu.be/Qy1lb6FPAog> 30.04.2020

Temat: Technika podań i chwytów <https://youtu.be/vMdCVxokZxc> 30.04.2020