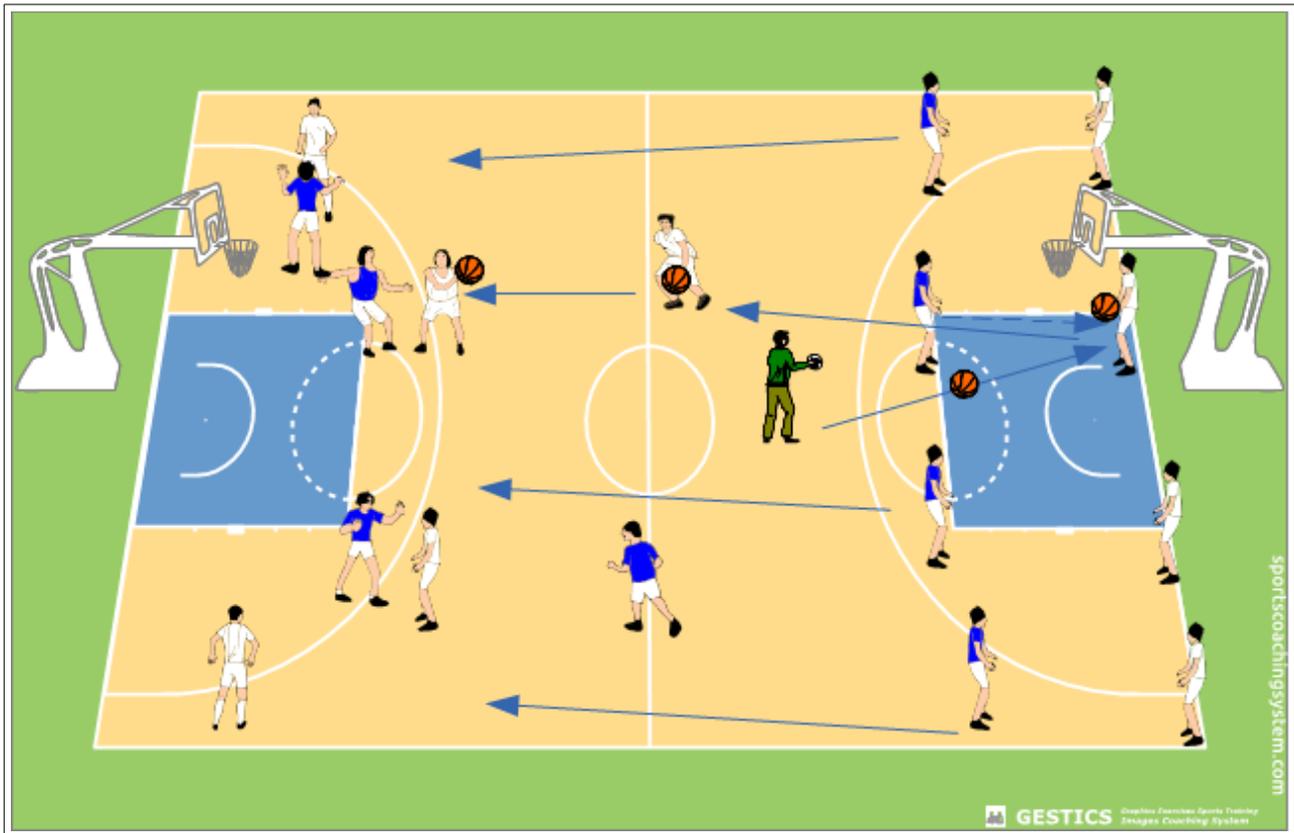


## Pallacanestro: quattro contro quattro



N° 3046 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS - PALLACANESTRO - HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM)

**DESCRIZIONE BREVE:** i giocatori si sfidano quattro contro quattro

**PARTENZA:** da schema descritto

**SQUADRE:** 2 squadre

**CAMPO:** è quello usato per la pallacanestro, m. 28x15

**SCOPO DEL GIOCO:** attaccare difendere e fare canestro

**DESCRIZIONE:** due squadre composte da quattro giocatori si dispongono in riga una squadra di fronte all'altra. L'allenatore lancia la palla ha uno dei giocatori in attacco e il corrispondente difensore va a toccare la linea di fondo campo. In quel momento gli attaccanti partono e vanno ad attaccare nel canestro di fronte ad essi. Il difensore che è andato a toccare la linea cerca di recuperare e poi le due squadre si sfidano quattro contro quattro.

**SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 3046**

**TIPO DI GIOCO:** esercitazioni (Esercizi di preparazione allo sport)

**PROPEDEUTICITÀ:** 1) preparazione alla pallacanestro: attacco; 2) preparazione alla pallacanestro: difesa