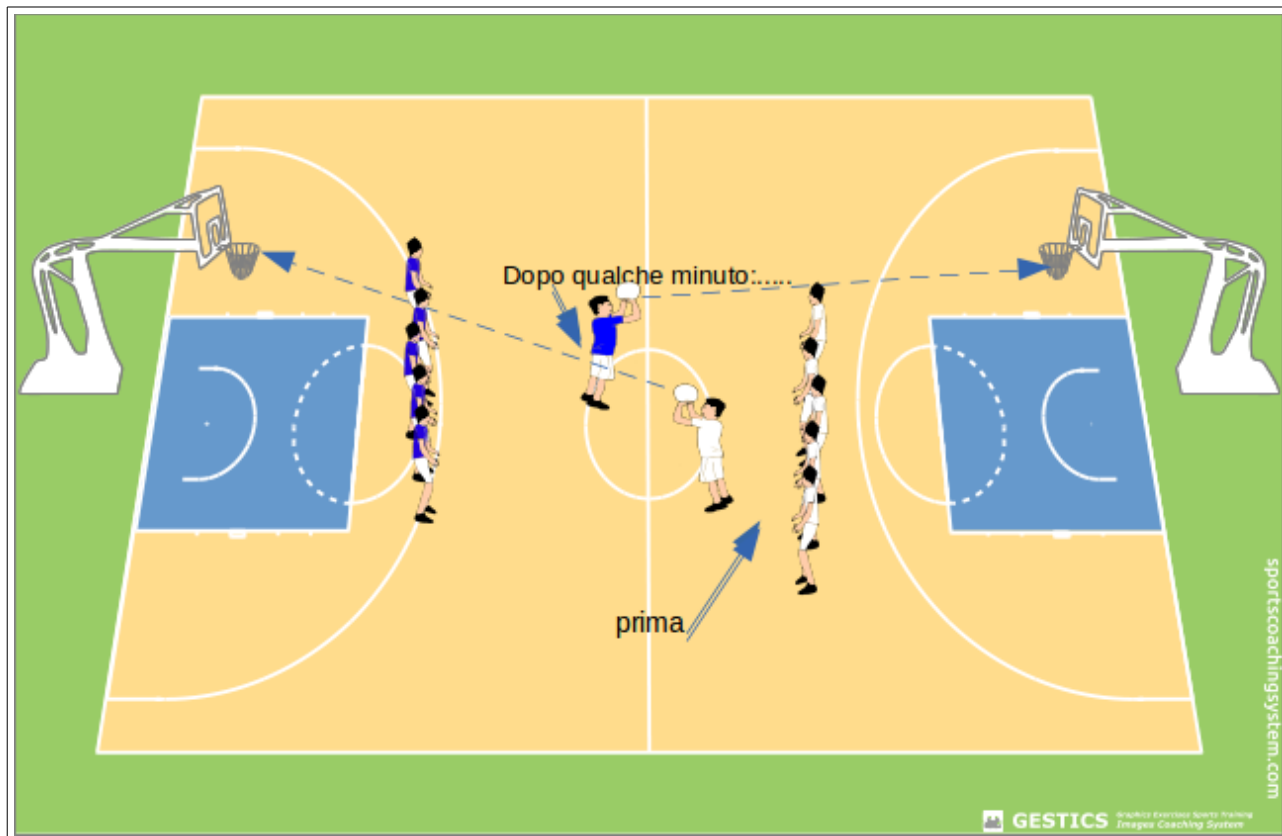


## Pallacanestro: Canestro volante



N° 0162 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - PALLACANESTRO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

**PARTENZA:** liberi

**SQUADRE:** 2 squadre, 5 - 8 giocatori per squadra

**CAMPO:** è quello usato per la pallavolo m. 18x9

**SCOPO DEL GIOCO:** Fare canestro

**DESCRIZIONE:** Le squadre si alternano nel tiro a canestro per tirare la palla in senso di attacco. Il campo è diviso a metà da una linea mediana che non deve essere superata né per far punto né per difendersi

**REGOLE:** Non si può oltrepassare la linea mediana. Prima di fare canestro devono essere effettuati 3 passaggi. Ogni giocatore deve tirare a turno la palla.

**VITTORIA:** vince la squadra che somma il maggior punteggio

**PUNTEGGIO:** 1 punto per ogni componente che raggiunge lo scopo del gioco

**VARIANTI:** La palla prima di essere passata può essere palleggiata per una volta.

**CONSIGLI:** Variare la misura del campo tenendo presente lo spazio e il numero dei partecipanti

**MATERIALE:** 2 cerchi e 1 palla di peso medio

### **SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 0162**

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

**PROPEDEUTICITÀ:** 1) preparazione alla pallacanestro: tiro