



## Corsi di avviamento alla pratica sportiva - Minibasket



**Corsi di avviamento alla pratica sportiva (FSE-PON 2014/2020 - “Inclusione sociale e lotta al disagio”**  
**Progetto: “Fare, convivere, conoscere...quindi essere!”).** Progetto realizzato nell'ambito del [PON - FSE - Inclusione sociale e lotta al disagio](#).

Corso di minibasket per lo sviluppo/consolidamento delle capacità coordinative, per lo sviluppo delle capacità condizionali (forza, rapidità, resistenza), per lo sviluppo delle capacità funzionali (mobilità articolare) e per educare all'agonismo: comprensione e rispetto delle regole di gioco e delle sanzioni, rispetto dei compagni e degli avversari (fair play). Conoscere e applicare i fondamentali tecnici della Pallacanestro (palleggio, passaggio, tiro, arresto, difesa, rimbalzo).

---

**URL Sorgente (modified on 09/09/2018 - 10:46):**<https://old.icbrigatasassari.edu.it/progetto/corsi-di-avviamento-all-a-pratica-sportiva-minibasket?page=6>