**Σουτ στο μπάσκετ**

O στόχος του σουτ είναι να μπει η μπάλα στο καλάθι.

**Τι είναι σημαντικό να προσέχετε στο σουτ σε στάση:**

* Αν είστε δεξιόχειρες, το δεξί σας πόδι να είναι λίγο πιο μπροστά από το αριστερό.
* Τα πόδια να είναι ανοιχτά όσο περίπου το άνοιγμα των ώμων.
* Τα μάτια να κοιτούν στο καλάθι.
* Τα γόνατα να είναι λίγο λυγισμένα για να δώσουν ώθηση στο σουτ καθώς τεντώνουν όταν φεύγει η μπάλα από τα χέρια.
* Nα κρατάτε την μπάλα πάνω από το μέτωπο και να την απελευθερώνετε όταν το χέρι σας είναι σχεδόν τεντωμένο.

