



Čas přípravy
15 minut



Čas realizace
45 minut



Prostor
venku v tělocvičně



Roční období
jaro, léto, podzim



Počet účastníků
10–20



Věková kategorie
čte/píše

KOČKA – HRAJ SPORTOVNÍ HRU

Obecný cíl: Rozvoj těchto kompetencí: sociální a personální, občanská, pracovní.

Konkrétní cíl: Naučit se základní pravidla vybíjené. Podpořit smysl pro kolektivní hru.

Motivace: Soutěživost při kolektivních hrách provází každého jedince. Je nutné dodržovat rovněž zavedená pravidla. Umožněme tedy dětem zažít výhru, ale i prohru a umožněme jim zároveň pocit radosti z pouhé účasti při sportovní činnosti...

Legenda: Kočka Čiperka našla v parku míč, který tam někdo zapomněl. Nedávno viděla, jak děti s takovým míčem hrají hru, které říkají vybíjená. A tak odpoledne, když se sešla se svými kamarády, zeptala se, jestli si s ní tu vybíjenou zahrají. Všichni nadšeně souhlasili. Nejprve našli místo, kde by si mohli vyznačit hřiště. Potom kočka všem zopakovala pravidla, rozdělili se do dvou družstev a pak už začali hrát. Všem se hra moc líbila. Nejprve vyhrálo jedno družstvo v čele s kočkou, protože ta byla kapitán. Potom si družstva vyměnili strany. Druhou hru vyhrálo družstvo, kde dělal kapitána Medvěd Medula. Všem se hra moc líbila a zvířátka si řekla, že si ji příště zase zahrají.

Potřeby: Míč, případně další sportovní pomůcky, které chceme dětem ukázat, materiál pro vyznačení hřiště.

K tomuto metodickému listu není žádný pracovní list.

Provedení: Kámen, nůžky, papír

Při hře se uplatní známé říkání: kámen otupí nůžky, nůžky rozstříhnou papír, papír zabalí kámen. Hráče rozdělíme do dvou družstev. Ta se postaví proti sobě na protilehlých stranách hřiště. Na znamení vyběhají první proti sobě. V místě, kde se setkají, si stříhnou. Ten, kdo prohrál, ve hře nepokračuje, vítěz vyběhává dál ve směru k protivníkovi. Z týmu protivníka ve stejném okamžiku vyběhává další hráč. Oba znovu běží až na místo, kde se nově setkají, a stříhání se opakuje. Vítězný bod získává ten tým, který se dostane na vzdálenost menší než jeden metr k družstvu protivníka.

Vybíjená

Vyznačíme hřiště podobné např. kurtu na volejbal. Jen zadní čáru bychom měli vzhledem k věku dětí posunout dopředu, aby měly šanci přehodit polovinu hřiště.

Vytvoříme dvě stejně početná družstva, pokud možno stejně sportovně nadaná, jinak by mohl být výsledek příliš jednoznačný hned od začátku hry. Hráči se přesunou do své poloviny hřiště, výjimkou jsou kapitáni, kteří jsou v území lemujícím protihráčovo pole. Hráčům připomeneme, že se smějí pohybovat jen ve svém poli, případně v poli svého kapitána (po vybití). Když přecházejí do pole kapitána, nesmějí se přitom dotknout pole svého soupeře. Odcházejí proto tzv. přes kříž – v místě, které přiléhá střední dělicí čáře. Zde je možné udělat krok na kapitánovo pole.

K vybití hráče je potřeba nejprve nabít.

- Na začátku hry trojím přehozením soupeřovo hřiště (mezi kapitánem a hráčem), přičemž nesmí dojít ke kontaktu míče se soupeřovým hřištěm ani hráčem. Takové nabití provádí každé družstvo samostatně.
- Po prvním nabití se již nabíjí pouze jedním přehozením soupeřovo hřiště – obdobně nesmí dojít k žádnému kontaktu se soupeřem ani jeho hřištěm.
- Míč je nabitý, dokud někoho nevybije, nebo se nedotkne země (když jej chytí soupeř – má nabito).

Jakmile je nabito, může dojít k vybití hráče jakýmkoli dotykem hráče nabitým míčem.

Vybitý hráč odchází do pole svého kapitána (tzv. přes kříž – již bylo popsáno). Pokud hráč takovým způsobem odejde, jeho tým získává míč, jinak se odchod posuzuje jako přešlap. Hráč od tohoto okamžiku může pomáhat s podáváním míčů. Nicméně nahrávka platí, jen je-li míč přehozen přes celou délku hřiště.

Při přešlapu, jakémkoli kontaktu se soupeřovým hřištěm, družstvo ztrácí míč a odevzdává jej úderem o zem protihráči (jinak by měl soupeř nabito).

Kapitán nastupuje do hry v okamžiku, když jeho družstvo nemá v hřišti už žádného hráče. Přichází opět přes kříž a stává se z něj běžný hráč, kterého je možné vybijet (až dosud to nebylo možné). Kapitán má však od tohoto okamžiku



tři životy. Pokud nedošlo k žádnému přešlapu, získává míč, který je rovnou nabitý – má první ránu kapitána.

Hra končí, pokud kapitán už nemá žádný život.

Metodické poznámky: Existuje mnoho variant vybíjené. Pokud ji budete chtít hrát, je potřeba před každou hrou stručně připomenout pravidla, aby nedocházelo ke zbytečným sporům během hry.

Někdy se vybitým hráčům již nedovoluje vybíjet. Ne vždy se dodržuje pravidlo odchodu přes kříž – což je možné mladším dětem odpustit. Podle schopnosti dětí soustředit se doporučujeme pravidla zjednodušit, aby jim zůstal kvalitní pocit ze hry.

Tato aktivita přibližuje Ideály Pionýra: Pravda a Překonání.

Přístup k dětem se specifickými vzdělávacími potřebami:

Pravidla vybíjené zopakujte zřetelně a zjednodušeně pro všechny. Přesvědčte se, že všichni uvedené pokyny pochopili – například formou otázek.

Pohybově méně zdatné jedince či děti s lehkou mentální retardací raději ze hry vynechejte – udělte jim role podavačů míče, rozhodčích nebo jen fanoušků.

Hyperaktivní děti upozorněte na to, že pravidla je nutné při této hře dodržovat, jinak body neplatí a ony mohou být vyloučeny ze hry.

Pozor na:

Na schůzku je potřeba přesunout se na hřiště, nebo alespoň do tělocvičny. Pamatujte proto na bezpečnost při přesunu i na bezpečnost na hřišti. Děti nesmějí samy používat jakékoli nářadí ani sportovní pomůcky.

Moje poznámky: