



Čas přípravy  
30 minut



Čas realizace  
45–60 minut



Prostor  
vedlejší cesta bez  
silničního provozu  
nebo hřiště s pevným  
povrchem



Roční období  
jaro–podzim



Počet účastníků  
10–15



Věková kategorie  
3. třída/9 let

## ZÁVOD KOLOBĚŽEK

**Obecný cíl:** Rozvoj těchto kompetencí: k učení, sociální a personální.

**Konkrétní cíl:** Vyzkouší si jízdu zručnosti na kole nebo koloběžce. Rozvíjí základní schopnosti a dovednosti v ovládnání vozidla. Trénuje vytrvalost a soutěživost.

**Motivace:** Znáte pohádku Princezna koloběžka? Víte, jaký úkol dostala? Měla dorazit na zámek k panu králi oblečená-neoblečená, obutá-neobutá, učesaná-neučesaná, přijet-nepřijet a přinést dar-nedar. Protože byla velmi chytrá, tak si dokázala se záladným úkolem poradit. V rybářské síti, obuta v jedné botě, trochu jde, trochu běží, prostě koloběží. Teď budete koloběžít vy.

**Potřeby:** Koloběžka, kola, potřeby pro vyznačení tratě (křída, lahve s pískem), startovní listina, startovní čísla, stopky, medaile, diplomy, lano nebo tyčka.

K tomuto metodickému listu není k dispozici žádný pracovní list.

**Provedení:** Rychlostní závody „jezdců“ na koloběžkách (kole)

Při pořádání závodů je nutno respektovat tyto zásady:

- Trať musí být dostatečně široká, a to tak, aby každý jednotlivý závodník měl pro sebe minimálně 1 metr široký pruh, nejlépe vyznačený, z této vyznačené tratě nesmí vyjet, jinak je diskvalifikován.
- Při větším počtu závodníků musí proběhnout vyřazovací jízdy (do dalšího kola postupuje buď jenom vítěz, nebo první dva či tři závodníci).
- Pořadatel musí rozdělit závodníky do kategorií jednak podle vyspělosti (hlavním kritériem je výška a ne věk) a jednak podle typu koloběžky.

Každý závodník má své startovní číslo. Závodníci na startovní čáře jsou odstartováni na povel: „Připravit, pozor, teď.“ Musí co nejrychleji dorazit do cíle. Pozor na průjezd cílem, aby se správně určilo pořadí závodníků. Vždy startují samostatně koloběžky i kola.

### Jízda zručnosti na koloběžce (kole)

Příprava trasy závodu: trať dlouhá asi 100 m, s překážkami:

1. Slalom – mezi čtyřmi lahvemi s pískem.
2. Jízda mezi nakreslenými čarami – délka cca 2 m.
3. Obkroužení mety – kolem lahve s pískem.
4. Podjetí lana – popř. tyčky, které drží pomocníci.
5. Zastavit v cíli, přesně ve vymezeném prostoru, bez přejetí cílové čáry.
6. Vyznačíme směr jízdy křídou.

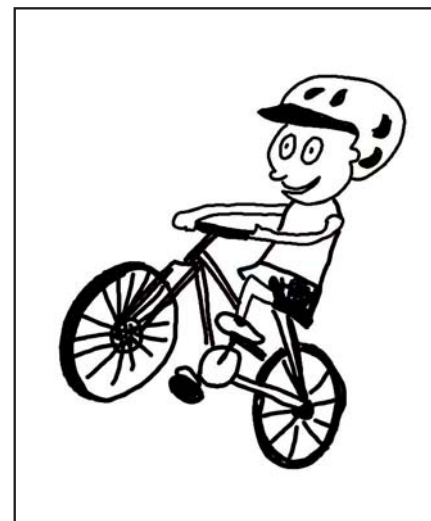
Závod:

- Závodníci startují po jednom a měří se čas jízdy.
- Každému závodníkovi je přiděleno startovní číslo.
- U překážek jsou pomocníci, kteří hlásí nebo zapisují trestné body v případě nesplnění úkolu.
- K času jízdy se přičte čas za trestné body (TB) 1 TB = 10 sekund.
- Pořadí se určí podle dosažených časů.
- Nejkratší čas je čas vítěze

Vyhodnocení:

Nastoupí všichni závodníci a vyhodnotíme 3 nejlepší v jízdě na kole a 3 nejlepší v koloběžkách. Pro vítěze diplomy popř. medaile, všem sladkou odměnu.

Tato aktivita přibližuje Ideál Pionýra: Pravda, Poznání, Přátelství, Překonání.



### Přístup k dětem se specifickými vzdělávacími potřebami:

U dětí s ADHD nebo dětí s autismem je třeba, aby startovaly až po zhlédnutí prvních závodníků. Je nutné, aby si tyto děti pravidla a úkoly na trase zafixovaly, pak si zapamatují cíl aktivity. U dětí s ADHD může i přesto nastat nekoncentrovanost a zbrkllost, tzn. porušení pravidel.

### Pozor na:

Děti musíme poučit o bezpečnosti a chování při závodě i mimo něj!

Je třeba mít lékárničku – zvýšené riziko úrazu!

### Moje poznámky: