



Čas přípravy
5 minut



Čas realizace
60 minut



Prostor
tělocvična, hřiště



Roční období
jaro–podzim



Počet účastníků
12



Věková kategorie
4.–5. třída/10–11 let

FOTBAL – KOPANÁ

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

Konkrétní cíl: Zdokonaluje se v kolektivních míčových hrách a ovládá jejich pravidla. Rozvíjí pohybové dovednosti, zvyšuje fyzickou kondici. Učí se spolupráci s hráči, podává co nejlepší výkon a tím přispívá k úspěchu celého družstva.

Motivace: Velice populární kolektivní sportovní hra, při níž se míč dopravuje do branky kopáním nebo hlavou, je fotbal. Kolébkou kopané je označována Anglie, kde v roce 1862 byla vydána první pravidla. V Čechách se hrálo první fotbalové utkání až v roce 1887. Naše nejslavnější kluby, SK Slávie a AC Sparta, vznikly v roce 1895. První hrály jen muži. O 50 let později se začala hrát i kopaná žen. Dnes chlapci s hrdostí oblékají dresy se jmény a číslu svých fotbalových idolů. Tak se můžeme společně zúčastnit utkání našeho oddílu, kde nastoupí ke hře fotbalisté zvučných jmen.

Potřeby: 6 kopacích míčů, 2 branky, 6 švihadel, píšťalka.

K tomuto metodickému listu není k dispozici žádný pracovní list.

Možno využít metodický list 1.

Provedení:

Průpravné hry ke kopané:

Štafetové míčové hry – metodický list č. 1.

Kopání míče na branku – děti se střídají v kopání na branku i v roli brankáře.

Autobus

Hráči vytvoří dvojice (trojice). Vedoucí hráč má míč, který vede nohou k určenému cíli. Jeho spoluhráč běží stejnou trasu a dělá stejné pohyby jako on (ale bez míče). V cíli si pořadí ve dvojici vymění a vrátí se stejným způsobem zpět.

Při jiné variantě hry se 6 hráčů seřadí do dlouhého zástupu, každý má míč. Mají za úkol dovést své míče na určité místo. Hráč, kterému se míč odkutálí od nohy dále, vypadává ze hry. V cíli se porovná počet hráčů, kteří úkol zvládli a hra se může opakovat.

Na žokeje

Vytvoříme dvojice hráčů, kteří stojí za sebou. Přední hráč vede po zemi nohou míč a kolem pasu má zachycené švihadlo, jehož rukojetí drží v ruce zadní hráč. Hráči mají rozdělit úkoly – první se snaží vést míč, druhý napodobuje pohyb a sleduje směr pohybu. Dvojice má dovést míč po vyznačené trase. Na konci trasy se dvojice vymění a postupují stejným způsobem zpět.

Kopaná

Pro hru dětí lépe vyhovuje malá kopaná, která se hraje podle pravidel fotbalu s několika výjimkami. Rozměr hřiště je 22 × 44 m, branky mají velikost 3 × 2 m. Družstvo tvoří šest hráčů včetně brankáře. Hraje se 2 × 20 minut s krátkou přestávkou. V této kopané neplatí pravidlo o postavení mimo hru.

Na hřišti jsou kromě ohraničení čarami vyznačená území a značky pro pokutové kopy. Utkání řídí rozhodčí (vedoucí). Ten také určí pravidla, kterými se řídí střídání hráčů, rozehrání míče a vlastní hra. Opustí-li míč pomezí čáru (aut), musí se vhodit do hry. Vhazuje hráč mužstva, jehož příslušník se míče ve hře nedotkl jako poslední. Hráč vhazuje míč oběma rukama přes hlavu. Za různé přestupky při hře volí rozhodčí volný přímý kop, nepřímý volný kop nebo pokutový kop (penaltu). Mimo tyto tresty ve hře se užívá ještě systém trestných karet a vyloučení ze hry.

Vyhrává družstvo, jehož hráči vstřelili nejvíce gólů.

Doprovodný úkol:

Hrajeme i ostatní kolektivní míčové hry, které již ovládáme – přehazovanou a vybíjenou (metodický list č. 4 a 5).

Častým opakováním těchto her se u dětí zlepšuje rychlost, pohotovost a postřeh.

Na aktivitu lze navázat zapojením do pionýrské soutěže v Pentatlonu.

Přístup k dětem se specifickými vzdělávacími potřebami:

Děti s diagnózou autismus nechápou pravidla her. Těmto dětem nabídneme jinou činnost. Zařadit autistické děti do kolektivních her

lze tehdy, pokud jim zadáme konkrétní úkol – např. (brankář). Zadaný konkrétní úkol se budou snažit splnit. Děti s poruchou motoriky nebo děti s poruchou orientace v prostoru budou mít při těchto hrách problémy. Je lépe je pověřovat jinými úkoly – rozhodčí, hodnotitelé, příprava diplomů...

Každopádně při zařazování dětí /výše uvedená postižení/do kolektivních her je třeba dbát a respektovat obecná doporučení v úvodní části metodiky.

Moje poznámky: