



Čas přípravy
15 minut



Čas realizace
40 minut



Prostor
klubovna



Roční období
jakékoliv



Počet účastníků
minimálně 4



Věková kategorie
12–14 let

STOLNÍ FAMRFPÁL

Obecný cíl: Rozvoj kompetencí ke komunikaci, sociální a personální, pracovní.

Konkrétní cíl: Rozvoj vytrvalosti, přesnosti a schopnosti taktizovat, práce s pálkou, nácvik techniky stolního tenisu.

Motivace: Viděli jste Harryho Pottera létajícího na kouzelném koštěti, který v Bradavicích hrál na pozici chytače? Pojdte si zkusit zahrát stolní verzi tohoto bradavickými kouzelníky oblíbeného sportu.

Legenda: Harry Potter byl zdatným chytačem a všichni si určitě pamatujete, že svou první zlatonku chytil při zápase do pusy. Tato zlatonka mu na konci příběhu dokonce zachrání život, ale to už je zase jiný příběh. Mít dobrý postřeh, je velmi důležité. Pojdme si prověřit, jak jste na tom s postřehem právě vy.

Potřeby: Stůl pro každou skupinku hráčů – ideální je stůl na stolní tenis, dostatek pingpongových míčků, pátky na stolní tenis pro všechny hráče, plastové kelímky, zátěžová výplň – např. keramická drť, kamínky apod., pro zdatnější hráče uprostřed stolu ponecháme sítku.

Provedení: Před zahájením samotné soutěže dětem ukážeme techniku práce s pákou a necháme je, aby si ji na stole chvíli vyzkoušely. Dbáme především na správné držení pátky, děti si vyzkouší sílu odpalu. Na začátku nácviku většina z nich buď míčkem stůl přehodí, aniž by na něj míček dopadl, nebo naopak bude mít příliš slabý odpal a míček na druhou stranu stolu nedoskáče.

Děti rozdělíme do věkové a výkonnostně vyrovnaných skupinek o 4–6 hráčích a každé skupince přidělíme jeden hrací stůl. Rozměr hracího stolu je dán vašimi možnostmi, ideální je klasický stůl na stolní tenis, můžeme ovšem využít i menší stoly sražené k sobě, lavice široké, úzké... Hrací stůl by měl být ideálně 150–270 cm dlouhý (rozměry stolu na stolní tenis).

Na každém hracím stole postavíme na obě kratší strany stolu 10 kelímků zatížených kamínky či něčím jiným tak, aby blíž u hrany stolu stály 4 kelímky, před nimi 3, potom 2 a ve vrcholu 1. Kelímky vytvářejí jakýsi trojúhelník. Jsou natěsnané na sobě, aby tvořily lepší cíl.

Hráči se postaví každý na opačnou stranu stolu tak, aby stáli cca 50 cm daleko od hrany stolu, čelem proti sobě. Před sebou mají na stole vyrovnané své kelímky, které tvoří jakýsi pomyslné obruče.

V turnaji hraje každý s každým (myšleno v jedné skupince u jednoho stolu). Jeden zápas trvá 4 nebo 5 minut, podle toho, kolik je hráčů a času. Je vyzkoušené, že ve skupince o šesti hráčích jsou 4 minuty tak akorát, aby měl turnaj grády a děti to ještě bavilo. Začíná hráč, který stojí např. blíž u rozhodčího. Jeho úkolem je odpálit pátkou míček směrem k soupeřovým kelímkům (obručím) tak, aby míček doskákal (doletěl, dopadl) do kelímku a zůstal uvnitř. Proto je dobré mít je zatížené, neboť dobře mířený míček se neodrazí a zůstane uvnitř. Taktiku hodu necháme na samotných hráčích. Někdo preferuje odpálení obloučkem přímo na kelímek, někdo radši pinkne míčkem o stůl a nechá ho tam doskákat.

Dbáme na to, aby se hráči nedotýkali tělem stolu, ani se nenahýbali příliš nad stůl (proto ta 50 cm vzdálenost od stolu). Pokud míček přistane v soupeřově kelímku, kelímek se odloží pod stůl a pokračuje se dál. Soupeři se v odpalování střídají. Kdo



odstraní v časovém limitu soupeři více kelímků, je vítězem. Po uplynutí časového limitu odstraněné kelímky vrátíme zpět a nastupuje další dvojice hráčů.

Po odehrání turnaje vyhlásíme výsledky a nejlepší hráče odměníme.

Jako oddechovou hru můžeme použít alternativu bez pálek, kdy hráči míčky na soupeřovy kelímky házejí rukou. Je dobré zanechat vzdálenost hráčů od stolu asi 50cm. V létě si můžeme zahrát venku a zatížit plastové kelímky vodou.

Tato aktivita přibližuje Ideál Pionýra Překonání.

Přístup k dětem se specifickými vzdělávacími potřebami:

Dětem s diagnózou ADHD je nutné do průběhu turnaje zařadit (po určité době), jinou nabídkovou aktivitu. Nedokážou udržet tak

dlouho pozornost! Úskalí může nastat i při neúspěšnosti těchto dětí při této stolní aktivitě, neboť většinu činností konají bez promyšlení, spontánně, nekoncentrovaně. Může tedy nastoupit agrese, slovní ataky vůči dětem, vedoucím, vše bude vyplývat z jejich neúspěšnosti při hře.

Pro děti s autismem je aktivita vhodná, nicméně musí být předem názorně seznámené s činností.

Moje poznámky