

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY

**MODIFIKACE NETRADIČNÍCH SPORTOVNÍCH HER NA 1.
STUPNI ZÁKLADNÍ ŠKOLY**
DIPLOMOVÁ PRÁCE

Andrea Lenková

Učitelství pro 1. stupeň základní školy

Vedoucí práce: Mgr. Kalistová Petra

Karlovy Vary 2019

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně
s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni, 1. června 2018

.....
vlastnoruční podpis

Poděkování:

Chtěla bych poděkovat vedoucí mé práce, paní Mgr. Petře Kalistové, za odbornou pomoc při zpracování mé diplomové práce.

Děkuji všem pedagogům, žákům a kolegům za vyplnění dotazníku, který je součástí mé diplomové práce.

Poděkování směřuje také mé rodině, která se mnou měla trpělivost a povzbuzovala mě. Mé mamce, za shlédnutí a přečtení diplomové práce a mému malému synovi, za to, že trpěl mé změny nálad.

ANOTACE

Diplomová práce je zaměřena na zjištění, zda pedagogové tělesné výchovy znají netradiční sportovní hry. Pomocí anketního šetření, bych ráda zjistila, jaké mají názory pedagogové 1. stupně na tyto hry. Jakých obměn tradičních sportovních her využívají a jak často je začleňují do výuky tělesné výchovy. Zda a jak často využívají netradičních sportovních her ve výuce. Jak žáci vnímají změny některých hodin tělesné výchovy, kde hrají méně známé hry.

The diploma thesis is focused on finding out whether physical education teachers know non-traditional sports games. With the help of a survey, I would like to find out what opinion on these games the primary teachers have. What variations of traditional sports games they use and how often they integrate them into physical education teaching. If and how they use the non-traditional sports games. How pupils perceive changes in the physical education lessons when they play some less known games.

ZDE SE NACHÁZÍ ORIGINÁL ZADÁNÍ KVALIFIKAČNÍ PRÁCE.

OBSAH

SEZNAM ZKRATEK	2
ÚVOD	3
1 HRA	4
1.1 POHYBOVÉ HRY	5
1.2 SPORTOVNÍ HRY.....	6
2 NETRADIČNÍ SPORTOVNÍ HRY	7
2.1 NETRADIČNÍ HRY.....	9
2.1.1 Brännball.....	9
2.1.2 Discgolf	11
2.1.3 Double disc court – DDC.....	12
2.1.4 Faustball (Fistball).....	13
2.1.5 Feldhandball	14
2.1.6 Goalball.....	15
2.1.7 Guts.....	16
2.1.8 Indiacca	17
2.1.9 Kin-ball.....	18
2.1.10 Korfbal	19
2.1.11 Ringo.....	20
2.1.12 Shuttlecock	21
2.1.13 Tchoukball	22
3 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE	24
3.1 CÍLE.....	24
3.2 ÚKOLY	24
4 MODIFIKACE HER DO HODIN TĚLESNÉ VÝCHOVY NA 1. STUPNI	25
5 VÝZKUM.....	33
5.1 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMU.....	33
5.2 ORGANIZACE VÝZKUMU	33
6 VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKŮ	34
6.1 CHARAKTERISTIKA DOTAZNÍKŮ	34
6.2 NÁVRATNOST DOTAZNÍKŮ	34
6.3 ANALÝZA VÝSLEDKŮ DOTAZNÍKU PRO UČITELE	35
6.4 ANALÝZA VÝSLEDKŮ DOTAZNÍKU PRO ŽÁKY	41
7 DISKUZE A VÝSLEDKY PRÁCE	45
ZÁVĚR.....	47
RESUMÉ	48
SEZNAM LITERATURY	49
SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK, GRAFŮ A DIAGRAMŮ	51
PŘÍLOHY	I

SEZNAM ZKRATEK

NSH – Netradiční sportovní hry

Úvod

Vybrané téma diplomové práce jsem si vybrala, jelikož od malička jsem byla v pohybu a měla jsem ráda všechny možné hry. Mezi ně patřily pohybové i míčové hry. Nikdy jsem se nevyhýbala ani hrám s chlapci. Chodila jsem do sportovních zájmových kroužků, jako byl tenis, volejbal, basketbal, florbal, s chlapci fotbal. Nejvíce mě oslovila atletika, u které jsem vydržela nejdéle.

Postupem času jsem si udělala kurz rozhodčího pro atletiku a také jsem trénovala malé děti. Vedla jsem kroužek pohybových her.

Co se týká tělesné výchovy na Základní škole. Na každou hodinu, coby žákyně, jsem se těšila. Dnes v pozici učitele tomu až tak moc není. Nedávno jsem byla požádána, abych se opět věnovala tělesné výchově a vypomohla na jedné základní škole. Byla jsem nemile překvapená, jak laxně se děti staví k tělocviku a pohybu vůbec. Přesvědčit k nějakému výkonu 13-14leté dívky, byl nadlidský výkon. Mohla jsem vymýšlet cokoli. Nakonec je zaujalo pouze známkování a trochu se začaly snažit. Pro mě to byla přínosná praxe a mohu se podle toho zaměřit na lepší zapojení dětí do hodin tělesné výchovy. Vypozorovala jsme také to, že u děvčat rozhoduje nálada, s jakou zrovna jdou do hodin tělesné výchovy a také to, jak jsou zrovna ovlivněny jinými dívkami. Myslím, že u dětí na prvním stupni je jednodušší něčím zaujmout v rámci tělesné výchovy, protože je baví pohyb. Hodně je baví i obměny různých her, ať pohybových nebo sportovních.

V práci se proto zaměřím i na to, jak učitelé na hodinách tělesné výchovy obměňují různé hry. A z druhé strany, jak žáci ty změny postřehují a co je na tělesné výchově nejvíce baví. Chtěla bych díky šetření zjistit, jak tělesná výchova vypadá na různých školách.

1 HRA

Každá hra je pro děti důležitá. Ať už ve škole v rámci nějakého předmětu, jako je český jazyk, matematika, cizí jazyky, dějepis, zeměpis a jiné, kde si formou hry opakují probrané látky. I v tělesné výchově je třeba zaujmout děti hrou. Mohou to být hry, které již znají nebo úplně nové. Důležité je zaměření na zábavu, ale i na vzdělávání (rychlost, hbitost, postřeh).

Dříve byly děti více v přírodě a vymýšlely si různé hry. Je pravda, že dřív to bylo jiné, protože děti chodily více ven, kde si hrály s kamarády. Hrály hry jako např. skákání panáka nebo přes gumu, kuličky, na schovávanou, zeměkoule, vybíjená a jiné míčové hry. Sama si vzpomínám, kdy jsme byli stále venku a na večer se vraceli domů. Nyní se více dětí věnuje počítači, PlayStationu, nebo hraní her v mobilním telefonu. Nerozvíjí svůj pohyb a tím jsou více leniví. Je radost vidět rodiče, jak se věnují svým dětem. Chodí s nimi ven a hrají si s nimi. Radí jim, rozvíjí jejich myšlení, pohotovost, dovednost a snaží se vše konat formou her.

Hra je vlastně činnost, která by měla vést k obveselení a rozptýlení. Je to činnost jednoho nebo více lidí a cílem by měla být radost a relaxace. Společné nebo společenské hry jsou nejčastější. Herní činnost patří obvykle k volnočasovým aktivitám člověka.

Bohužel nejsou hry jen, které nám dávají radost, relaxaci, pohodu, ale také jsou hry hazardní. U hazardních her nejde o hru pro radost nebo pro pocit vítězství, ale hraje se o nějaký finanční obnos. Takové hry jsou založeny hlavně na náhodě. Hry, které mohou vytvořit závislost, jinak gamblerství, můžou vést k ekonomické i sociální devastaci, protože do toho dávají víc a víc peněz, až to zasahuje do jejich osobního života. Mohou ztratit úplně všechno. Tím jsou myšleny například: hrací automaty, loterie, sázky, karetní hry, ruleta a jiné. Tito lidé mají pouze vidinu peněz (Vlastní pozorování).

Jednoduché hry v období mladším školním věku dokáží děti hrát opakovaně, dlouho a přejí si je hrát znovu. K takovým hrám patří různé honičky a honičky se záchranou. Důležité je, aby všechny děti byly v pohybu. Z her např.: Hry na sochy, hry se záchranou na určitých místech (Oheň, voda; Na žraloky apod.), Mrazík aj. (*Školáci v pohybu, 2012*).

U dětí, kterým se vytrácí chuť sportovat a pohybovat se dochází mnohdy ke zhoršení zdatnosti, roste jim nadváha, může být až obezita a další nějaké civilizační zdravotní

problémy (*Školáci v pohybu, 2012*). U obézních dětí je problém nižší motivace a také pohodlnost. Aktivní svalová hmota nevykazuje rozdíly s normálním proporčním dítětem a tím pádem předpoklad pro pohybovou zátěž nejsou závislé na hmotnosti (*Bunc, 2010*).

Tělesná aktivita vyvolává pozitivní emoce. Každý má emoce jiné a projevují se rozdílně. Pokud vidíme spokojenost, radost, štěstí jsou to pozitivní emoce, které jsou samozřejmě příjemné. Důležité jsou pozitivní tělesné zkušenosti, které podporují pohodu a dobré zdraví. Pohybové aktivity (hry a sport) neovlivňují jen tělesně-motorický vývoj schopností, ale mají vliv na postoj k vlastnímu tělu a vnímání sebe samým. Musíme je plánovat tak, aby úkoly byly pro děti zvládnutelné, splnitelné, ale nesmí přetěžovat, ani podceňovat. Pro děti se musí najít cesta, která jim zajistí dobré zkušenosti při pohybu a hře. Nemusíme hledat nové druhy sportů a forem pohybů, ale řešení je ve způsobu, jak se s nimi děti setkávají, jak je akceptují, jak se k nim staví a jak se v nich realizují (*Zimmer, 2001*).

1.1 POHYBOVÉ HRY

Při pohybu je důležité poznávání nových míst a také kontaktu s kamarády. Postupem dospívání dětí se pohybová aktivita vytrácí, přístup a emoce mizí. Aktivita není tak velká a klesá. Pohyb je pro ně lhostejný a může být protivný. Zásadní je období mladšího školního věku, kdy si vytvářejí vztah k pohybovým aktivitám. Dítě, by mělo mít možnost se pohybovým aktivitám učit. Díky pohybu se děti učí rozvíjet vnímání, zvládat daná pravidla, poznávat osobní možnosti a vnímat vztahy. Pohyb ve škole může napomáhat k soustředění i zvládnutí látky. Většinou se děti s volným pohybem setkávají o přestávkách. Může se jim pomoci různými pomůckami, například: overbaly, skákové gumy, hrací pole na podlaze chodby nebo třídy, což jsou skákové panáči aj., nebo formou her to může být: Honzo, vstávej!, Tichá pošta, Měl čáp čepičku, jakou barvičku. Pokud hra děti baví, dokážou se udržet v pohybu (*Dvořáková, 2012*).

Další forma jednoduché hry, může být honička se záchranou, při které je nutné běhání, orientace v prostoru a v situaci, všimnout si kamaráda a nějakým způsobem mu pomoci. Může se stát, že se bude muset obětovat. Musí něco podlézt, přeskočit,

oběhnout... Složitější jsou pak domluvy třeba ve dvojicích. Ve skupině je velmi obtížné spolupracovat, protože má každý svůj názor a musí se nějak domluvit a najít společnou strategii (*Dvořáková, 2012*).

1.2 SPORTOVNÍ HRY

Sportovní hra je soutěživá činnost. Většinou dvou soupeřů v stejném prostoru a času, který podle schválených pravidel usilují o to, kdo má větší převahu k ovládnutí společného předmětu (*Táborský, 2004*).

Od ostatních sportů se liší tak, že se mohou a musí utkávat vždy a pouze dva soupeři (jednotlivci, dvojice, vícečlenná družstva). Protivníci soupeří o společný předmět, téměř vždy jen jeden (míč, opeřený míč, disk, kruh atd.) v některých výjimečných případech jsou ve hře současně společně dva předměty (ringo, double disc court).

Důležitá jsou pravidla. Kvůli nim by měla být hra bezpečná, spravedlivá a měla by vést k přehlednosti a ne chaosu. Pravidla musí respektovat všichni účastníci, ať individuálně či týmově a jsou závazná. Sportovní hry podporují rozvoj pohybových schopností, jako je rychlost, vytrvalost a obratnost. Rozvíjí také vnitřní systém člověka, napomáhá k podpoře zdraví, také k edukaci aktérů hry, ale i diváků, kteří hru sledují. Hodně podporují týmovou spolupráci.

Vybíjená je hra, kterou děti mají velmi rádi a vydrží u ní dlouho a vyžadují ji. Klasická vybíjená, co se týče aktivity dětí, nesplňuje. Děti se pohybují velmi málo, před míčem se ukrývají a nejsou aktivní. Požadavky na pohyb splňuje spíše vybíjená všichni proti všem se zpětným vrácením dětí do hry (*Dvořáková, 2012*).

2 NETRADIČNÍ SPORTOVNÍ HRY

Jsou to také hry, které nejsou až tak známé. Netradiční sportovní hry můžeme využít k trávení volného času aktivním způsobem. Můžeme je uplatnit ve sportovním tréninku nebo školní tělesné výchově. Některé hry jsou přizpůsobeny nejen zdravým lidem, ale také osobám se zdravotním postižením.

Není snadné říct, které sportovní hry vnímat jako netradiční. Někdy záleží i na oblasti, kde se mohou něčím lišit. Známé ve světě, ale u nás v ČR mohou být neznámé nebo v podvědomí člověk ví o jaký sport se jedná. Pro nás je netradiční sportovní hra např. americký fotbal, kriket, ale ve své domovině jsou nejpopulárnější. Populární modifikace „tradičních“ her je beach volejbal, streetball, futsal. Vnášejí dynamiku, bouřlivost a zábavu do průběhu hry (*Růžička, 2013*).

Netradiční sportovní hry můžeme rozdělit podle různých kritérií, někdy se mohou překrývat (Softtenis-síťová netradiční sportovní hra, může být i řazena do pálkovacích (raketových)).

Růžička dělí netradiční sportovní hry do 3 skupin:

- Netradiční sportovní hry kontaktní
- Netradiční sportovní hry síťové
- Netradiční sportovní hry pálkovací

Netradiční sportovní hry kontaktní:

Bývají omezena časem, nebo dobou, kdy se jeden tým snaží získat více bodů než ten druhý. Musí ale dané náčiní, jako je například míč, talíř, míček, aj. dostat do branky, nebo do nějakého vymezeného prostoru, kde získají bod. Kontaktní hra probíhá také na společném herním prostoru a zde dochází mezi hráči dvou družstev k nějaké vzájemné interakci. I přes to, že v pravidlech mají psáno, že jsou bezkontaktní.

Netradiční sportovní hry síťové:

Síťové hry jsou bezkontaktní hry. Středové území, což bývá středová síť, středová čára nebo volný středový prostor (území nikoho) rozděluje hřiště mezi soupeři. Hra není ovlivněna časem, ale dosažením určitého počtu bodů nebo setů dle pravidel. Činnosti hry je manipulace s herním náčiním, což může být míč, kroužek, talíř, míček, aj. Odehrává se střídavě mezi soupeři. Smysl hry je určité herní náčiní odehrát na druhou polovinu hřiště, což je k soupeři tak, aby soupeř nedokázal náčiní vrátit zpět, samozřejmě dle pravidel.

Netradiční sportovní hry pálkovací:

Pro hru je důležitý a základní odpal, který začíná a otevírá hru, nebo části, které přichází poté. Důležité náčiní, které potřebujeme je pálka a dva týmy proti sobě. Jeden z týmu je na pálce a po odpalu je vše spjato s řetězcem činností, kdy musí odpálit, přeběhnout a dosáhnout mety. Mety jsou cílové nebo jedna domácí. Hlavní cíl je získání bodu. Druhé družstvo má za úkol hráče vyautovat. Jejich úkol je chycení odpalu, přihrávka (jako přesun míčku, nebo na metu (bod) hřiště) nebo nějakým jiným způsobem zabránit zisku bodu (dotek míčem odpalujícího a běžícího hráče).

Netradiční sportovní hry můžeme využít i motivačně, a to ve formě turnajů, nebo miniturnajů. Což jsou utkání více družstev. Pokud je turnaj oficiální, součástí by měly být propozice. Jsou to informace družstvům nebo účastníkům turnaje. Motivační jsou samozřejmě také ceny a odměny (Růžička, 2013).

Netradiční sportovní hry se hrají podle daných nebo modifikovaných pravidel. Můžeme je využít ve formě drobných činností. Při rozcvičení pro danou hru můžeme využít náčiní, které při netradičních sportovních hrách budeme potřebovat. Například: ringo kroužek, frisbee (létaující talíř), interkrosové hole, omnikin míč pro Kin-ball, kriketová pálka, lakrosová hůl, pálky pro ricochet, squash, badminton, dřevěná hůl, kroužek pro Ringet a různé míče pro danou hru. Pro lepší obratnost a manipulaci můžeme netradiční sportovní hry zmenšit a udělat si netradiční minihru. Hru nohejbal můžeme s dětmi hrát přes lavičku a dvojice proti sobě.

Děti hodně hrají hru Školka, kdy kopou míč do brány s jedním dotekem, mohou si i přihrávat. Vyřazují brankáře, který má určitý počet bodů a trefou do brány se mu body snižují. Herní školku s netradičními sportovními hrami můžeme hrát také. Učitel ukáže sled činností a žáci je musí zopakovat. Můžeme zkusit s dětmi i ve dvojicích. Je vhodné před tím, než začneme danou netradiční sportovní hru hrát vše vysvětlit. Zábavná forma pro děti je nějaká soutěž. K tomu můžeme využít také netradiční sportovní hry. Kdy si dáme za cíl, kdo vydrží nejdéle. Např.: odbíjet raketou míček vzhůru, driblovat po slepu. Další úkol, který s dětmi můžeme dělat je, že jim vytvoříme dráhu, kde procvičí činnosti pro danou hru. Např.: Ringet: převzetí kroužku – oběhnutí branky – vedení kroužku – přihrávka s vyučujícím (spolužákem) – zpětná přihrávka, zpracování – slalom mezi kužely (*Růžička, 2013*).

2.1 NETRADIČNÍ HRY

Základní informace o konkrétních vybraných netradičních sportovních hrách. Jsou seřazeny pro přehlednost abecedně.

2.1.1 BRÄNNBALL

Kolektivní pálkovací hra. Hrají ji dvě družstva. Znaky hry jsou spojeny se softbalem či baseballlem. Pro jedince, kteří jsou méně zdatné pohybově a fyzicky. Cílem je dosažení většího počtu bodů. Body můžou získat obě družstva, jak družstvo v útoku, což je družstvo na palce, tak družstvo v obraně, což je v poli. Hraje se poločas utkání a v něm se družstva mění.

Hřiště: rozměr 60x60 metrů (min. 30x50 metrů). Vnitřní pole 28x20 metrů. Spojnice met a hlavní čára (rovnoběžnost se spojnicí met číslo 2, 3). „Spalovač“ bränner má svou metu o velikosti 1x1 metr. Mety 1, 2 a 3 jsou prodlouženy o tři metry. Prostor pro odpal má délku čtyři metry a leží mezi cílovou a první metou. Z krajních bodů, kde je vyznačeno místo pro

odpal, vytyčíme výseč. Výseč je dlouhá jako vnější pole (prodloužení vnitřního pole), vrchol úhlu je 90 stupňů. Na konci jsou kužely ve stejné barvě jako místo pro odpal. Prostor pálkoviště má velikost 16x6 metrů. Zde smí být hráči až po odpalu.

Vybavení: (Obr. 1) tenisový míček, dřevěná pálka (cca 70 cm, 5 cm průměr), 3 mety (30x30cm), barevné kužele (11x4 odlišné barvy).

Hráči: družstvo o minimálně 9 hráčích, vystřídat se dají jen dva.

Hrací doba: jedno utkání 2krát 12 minut.

Pravidla: Úkolem je odpálení míčku do výseče a oběhnout všechny mety.

Polaři-po získání odpáleného míčku ho musí přihrát brännerovi („spalovač“) a tím zamezit pálkařům v obíhání met. Hra se tím zavře.

Pálkaři si nadhazují sami. Nadhozy jsou omezeny na první dobrý odpal, který s prvním dopadem padne do výseče. Pálka musí být položena do prostoru pro odpal. Po odpalu se snaží pálkař doběhnout co nejrychleji za prodlouženou hlavní čáru (cílová meta) s došlapem na mety 1,2 a 3. Chybný odpal je brán jako odpal mimo výseč, pokud pálkař neodloží pátku v určeném prostoru nebo překročí základní čáru. Pálkaři zůstávají na metách po dobu, než bude dobrý odpal. Po odpalu běží hráč po vnější straně hřiště, nesmí běžet před metami, jinak se vrací na první metu. Smí se předbíhat. Pokud bränner stojí na metě s míčkem a zavolá „bränn“, hra je zastavena a hráči, kteří nejsou na metě, musí zpět na první metu. Může se pohybovat jen za hlavní čarou a nesmí do vnitřního pole ani pro míček, ani ho sebrat. Meta může mít na sobě více hráčů. Není-li kdo by odpaloval, jde odpalovat hráč, který má nejmenší počet odpalů a má nejnižší pořadové číslo. Polař nesmí překážet běžci. Pokud tomu tak bude, rozhodčí určí počet met, kterých by dosáhli. Zda vyběhne běžec dříve z mety, tak se odpal bude opakovat, hráči se vrací na mety, z kterých vyběhli. Polaři v poli stojí libovolně ve vnitřním i vnějším poli, mohou i za základní čarou.

Bodování: pálkaři

- oběh met s přerušением běhu = 1 bod
- oběh všech met bez přerušení = 6 bodů

- chyba polářů, kdy špatně přihrají brännerovi (ten překročí hlavní čáru nebo si vezme míček z vnitřního pole) = 4 body

Bodování: poláři

- chycení míčku z odpalu do jedné ruky (také mimo výseč) = 2 body
- chycení míčku z odpalu s dotekem nějaké části těla, nebo obou ruč (i mimo výseč) = 1 bod
- pokud hráč neobsadí metu, nedoběhne na ni, nebo se nestihne vrátit před zavoláním spálený (bränn) = 1 bod
- pokud nebudou mít pálkaři koho dát na pálku = 6 bodů
- porušení pořadí na pálce = 5 bodů
- neodložení pálky do místa odpalu = 1 bod

2.1.2 DISCGOLF

Aktivita pro celou rodinu, která se dá hrát kdekoliv. Cílem hry je házet na jamku s nejmenším počtem hodů.

Hřiště: označíme si výhoziště, umístíme cíl vhodné bývá 50–180 metrů (nejčastěji 100–120 metrů) od výhoziště, navrženo v přírodě tak, aby se potýkali s přírodními překážkami (stromy, keře aj.)

Vybavení: disk, jamku (ocelový koš, kruh aj.)

Hráči: není omezen počet (individuálně, skupinově)

Hrací doba: není omezena

Pravidla: Z označeného místa začíná hráč vyhazovat směrem k jamce. Jedna končetina musí být na zemi. Až odhodí smí opustit výhoziště. V hodech se hráči střídají, nebo může začínat vždy ten co je nejdále od jamky. Na první odhod hra navazuje od místa, kam disk dopadnul. Pokud je disk na místě, z kterého se nedá odhazovat, provádíme ho na nejbližším možném

místě. Ale nesmíme si přizpůsobovat okolí k odhodu. Vítěz je ten, který bude mít nejmenší počet hodů. Většinou se hřiště skládá z několika jamek.

Bodování: součet hodů (jak se trefí do určené jamky)

2.1.3 DOUBLE DISC COURT – DDC

Sportovní hra dvojic. Procvičíme techniku házení, chytání talíře, ale také taktické myšlení, správné časování, týmovou spolupráci.

Hřiště: dvě čtvercové plochy (13 metrů) a od sebe jsou vzdáleny 17 metrů. V tělocvičně nebo nějakým vnitřním prostředím lze využít volejbalové hřiště, ale vzdálenost mezi plochami musí být minimálně 5 metrů.

Vybavení: (Obr. 2) dva létající disky

Hráči: dvě dvoučlenná družstva

Hrací doba: podle domluvy jeden či více setů

Pravidla: Bránit své území! Útok dvěma způsoby:

- Hod jedním diskem, aby se talíř zastavil v soupeřově vnitřním území, ale nesmí se dotknout prostoru za hranicemi vnějšího pole.
- Hod dvou disků, aby zasáhly oba soupeře, nebo obou soupeřů v tu stejnou chvíli.

Začátek hry je, když každá dvojice má v poli jeden disk. Současně vyhodí disky, po tom, co si odpočítají: „Připraveni, tři, dva, hod!“, nebo se využije rozhodčí a disky směřují do vnitřního pole soupeře. Hráči se při podání střídají. Strany si mění, pokud součet získaných bodů obou týmů se změní o 5 bodů. Konec výměny je, jakmile je jeden z disků ze hry. Nesmí se s diskem chodit. Druhé družstvo může nahlásit „kroky“. Vše se musí odehrávat v prostoru vnitřního území. Nesmí se odhazovat z výskoku.

Při hře se může dostavit nějaké porušení, které musí být nahlášeno hned. „Útočný faul“ – pokud je hráč trefen diskem nad koleno, když se chystá k odhodu. „Dvoják“ – dotek týmu nebo jednoho hráče obou disků současně. „Úhel“ – padající disk musí mít 30°

k horizontále podlahy. Ten, kdo je pozorovatel (rozhodčí), dbá na spravedlivý průběh hry, počítá body, hlídá výměny stran.

Bodování: dosáhnout při hře můžeme jednoho nebo dvou bodů.

1 bod – bránící družstvo

- pokud útočící hodilo disk do autu (za vnitřní pole)
- pokud se disku v letu dotkne hráč, který ho odhodil nebo spoluhráč
- pokud hráč odevzdá disk svému spoluhráči

1 bod – útočící družstvo

- pokud se disk zastaví na vnitřní hrací ploše
- pokud disk protihráč upustí na zem

1 bod – soupeř

- pokud se jeden tým prohřeší třikrát porušením pravidel

2 body

- pokud se hráč nebo tým během hry dostane do kontaktu s oběma disky současně

2.1.4 FAUSTBALL (FISTBALL)

Dynamická kolektivní míčová hra. Je to sportovní síťová hra, která nám připomíná kombinaci volejbalu a nohejbalu.

Hřiště: rozměr 50x20 metrů (travnatá, venkovní plocha), nebo rozměr 40x20 metrů, což je hřiště na házenou (tělocvična). Dvě rozměrově stejné plochy jsou rozděleny páskou ve výšce dva metry. Od středu jsou označeny čáry pro podání, ve vzdálenosti tří metrů.

Vybavení: volejbalový míč, páska, stojany pro zavěšení pásky

Hráči: pět hráčů v jednom družstvu (tři hráči vpředu, dva hráči vzadu)

Hrací doba: dvakrát 15 minut

Pravidla: Podání může proběhnout kdekoli za podávací čarou, ale jedna noha musí být stále v kontaktu se zemí. Pro odbití k protihráčům jsou maximálně tři úder, kdy musí každý úder vykonat jiný hráč. Odehrát míč je možno rovnou ze vzduchu nebo s jedním odrazem od země. Podává vždy družstvo, které udělalo chybu. Odehrávat míč se smí jen jednou rukou sevřenou v pěst. Odbít přímo pěstí nebo předloktím. Hráči mohou blokovat jednou rukou sevřenou v pěst.

Bodování: 1 bod

- pokud se dotkne míč nebo hráč pásky
- pokud spadne dvakrát po sobě na zem míč na půlce jednoho družstva
- pokud skončí v zámezí

2.1.5 FELDHANDBALL

Míčová sportovní hra brankového typu.

Hřiště: fotbalové hřiště, brankoviště půlkruhové o poloměru 13 metrů, přerušovaná půlkruhová čára 19 metrů (na volný hod), čára trestný hod od brankové 14 metrů, středová čára, dvě třetinové čáry, středový kruh 9,15 metrů poloměr

Vybavení: míč (na házenou, obvod 58-60 centimetrů, váha 425-475 gramů pro muže a pro ženy 54-56 centimetrů a 325-375 gramů)

Hráči: 11 hráčů z jednoho družstva

Hrací doba: 2 x 30 minut hrubého času

Pravidla: Hráči se smí pohybovat po celém území hřiště s výjimkou brankoviště. Zde se smí nacházet jen brankář. Hráč smí držet míč tři vteřiny a pouze tři kroky. Smí se jednoúderný driblink. Povoleno je, při střelbě, použít způsob v letu a v naskoku. Gól platí, pokud se dostane míč celým svým objemem přes brankovou čáru, ale nesmí u toho porušit žádné ustanovené pravidlo. Vítězí družstvo, které dá soupeři více vstřelených gólů. Pravidla podobná házené.

Bodování: 1 bod (vstřelená branka, celým obvodem míče)

2.1.6 GOALBALL

Týmová míčová hra. Nejvíce se této hře věnují nevidomí a i slabozrací. Můžeme také vidět, jak se spojí svět nevidomých a vidomých hráčů, kdy mají přes oči něco, aby nemohli vidět (klapky, brýle, přes které nevidí). Cílem je dostat míč za brankovou čáru soupeře.

Hřiště: rozměr 18x9 metrů, po třech metrech rozdělujeme hřiště na šest částí (tři části pro jedno družstvo a tři pro druhé), lajny (čáry) jsou označeny páskou, kde je nějaká šňůra, aby se hráči mohli orientovat.

Vybavení: míč (podobný basketbalovému, modrá barva a má čtyři zvukové otvory, uvnitř dvě rolničky (Obr. 3)), branky (9x1,3 metru – celá šíře hřiště, tyčky a břevno jsou kulaté)

Hráči: dvě družstva ze tří hráčů

Hrací doba: dvakrát 12 minut

Pravidla: Začátek hry jim je oznámen zvukovým signálem (pět minut a pak 30 sekund před zahájením hry). O míč se losuje. Dále je ohlášeno třemi písknutími „Hra“. Poločas se oznámí písknutím a slovem „Poločas“. Pokud se dostane míč mimo hrací plochu, vrátí ho rozhodčí na té samé polovině jen 1,5 metru před brankou a ohlásí „Hra“. Střídání je povoleno třikrát za herní čas, kdo je vystřídán, může být opět několikrát vystřídán zpět do hry. Míč smí hodit jeden hráč maximálně dvakrát za sebou. Obranný zákrok může mít jen ten hráč, který se dotýká nějakou částí těla v obranném pásmu. Míč můžeme ztratit tím, že se dostane do autu. Zastaví se před obranným pásmem, hra je přerušena a družstvo které brání hází trestný hod. Hráč nesmí vyhodit míč dříve, než k tomu dá znamení rozhodčí. Míč se musí aspoň jednou dotknout hřiště nebo čáry neutrálního nebo útočného území.

Pokud se hráč proviní dvěma po sobě jdoucími hody nebo se míč nedotkne podlahy, bránící družstvo bude házet trestný hod. Tím vznikne situace, že na hřišti zůstanou dva hráči. Jeden hráč bránící a druhý hráč útočný a ten provádí trestný hod.

Bodování: Každý míč, který se dostane za brankovou čáru dle pravidel 1 bod. Zda jedno z družstev bude mít o deset bodů více než soupeř, hra končí.

2.1.7 GUTS

Sportovní hra družstev, je bezkontaktní a jednoduchá.

Hřiště: dvě rovnoběžné základní čáry (cca 15 metrů dlouhé), které jsou 14 metrů od sebe; branková zóna, která je po délce základní čáry a do výšky vzpažení

Vybavení: (Obr. 2) létající talíř

Hráči: dvě družstva s 5 hráči (můžeme i s více)

Hrací doba: jeden nebo více setů do 21 bodů (dvoubodový rozdíl)

Pravidla: Každý výměna je ukončena ziskem bodu jedním z družstev. Útočící družstvo musí situovat disk do brankové zóny. Pokud se nepovede útočnickovi hodit disk tak, aby prolétnul brankovou zónou, výměna končí. Bránící družstvo brání v zisku bodu jakoukoliv částí svého těla. Disk však musí odrazit do vzduchu, může i několikrát za sebou a pak ho spoluhráč musí chytit do jedné ruky. Hod, který je dobrý vypadá tak, že ve chvíli, co je disk vypuštěn se házející hráč dotýká nohou země za svou základní čarou a poté disk proletí brankovou zónou, nebo se musí dotknout alespoň základové čáry (dopad menší 90° úhlem). Chycení musí proběhnout jen jednou rukou a hráč musí mít disk pod kontrolou. Nesmí se disk dotknout ještě další části těla. Vypuštěním disku, který útočník odhodí výměna začíná. Bránící družstvo stojí za svou základní čarou a musí se dotýkat konečky prstů. To je obranné postavení. Létající disk mohou hráči zachytit pohybem kterýmkoli směrem. Pro další výměnu zvedá jeden z obránců ruku, nebo dá nějaký signál a tím může začít další hra.

Bodování: 1 bod

- pokud obránci nechytí disk a ten protne brankovou zónu, bod útočící družstvo
- pokud se nepodaří prohodit disk brankovou zónou, dle pravidel, bod bránící družstvo

2.1.8 INDIACA

Síťová sportovní hra, která je podobná volejbalu, ale je využita speciální pomůcka. Hru můžeme hrát, jak venku, tak uvnitř.

Hřiště: oficiální plocha má asi 16x6 metrů, můžeme využít volejbalové hřiště (18x9 metrů). Ve středu hřiště je umístěna síť (výška 2-2,35 metrů podle věku)

Vybavení: (Obr. 4) lehký opeřený míček (bílý nebo žlutý oblý předmět, průměr 8 cm, z pryže, vyplněné měkkou pěnou, pára červené v nosiči), síť

Hráči: oficiální soutěž tvoří družstvo pět hráčů, smíšené týmy musí mít minimálně dva hráče opačného pohlaví. Rekreační hru tvoří družstvo dva až šest hráčů.

Hrací doba: dvakrát deset minut (poločas se hodnotí zvlášť) nebo se hraje do 25 bodů na dva sety, dosažení 13 bodů si družstva mění strany.

Pravidla: Začíná se podáním za koncovou čarou. Podání je způsobem jedna ruka drží, druhá úderem odbije přes síť. Střídají se na podání, tím že se posunou o jednu pozici po směru hodinových ručiček. Hráči obránci nesmí blokovat a hráči útočníci neboli síťový hráči, blokují a útočí. Udeřuje se jednou rukou (dlaní). Nejvýše se mohou tři doteky na jedné straně. Blokovat můžeme oběma rukama. Blok není úder. Nemůžeme mít tahaný nebo chycený míček, kdy následně přichází odhod. Dolní končetinou se nesmí hrát.

Bodování: 1 bod

- každá chyba soupeře (špatné zpracování, dopad na vlastní polovinu, dopad mimo hřiště, více doteku v družstvu, chycení, hození, zasažení jinou částí těla než ruky, dotek sítě)

2.1.9 KIN-BALL

Nekontaktní míčová hra. Vhodná pro všechny věkové kategorie i pro smíšená družstva. Mohou ji hrát také méně nadaní nebo handicapovaní jedinci. Hra je velmi aktivní, tím ovlivňuje fyzický rozvoj jedince.

Hřiště: oficiálně 20x20 metrů, nejmenší rozměr 15x12 metrů. V uzavřeném prostoru, který není tak velký, lze umožnit odraz o stěnu.

Vybavení: 3 odlišné barvy rozlišovacích dresů po čtyřech kusech, omnikin míč (průměr 1 metr) (Obr. 5)

Hráči: 3 družstva (barevně odlišná) po čtyřech hráčích (tedy 12 hráčů)

Hrací doba: oficiálně sedm period po sedmi minutách, pauzy mezi 1 minutu. Školní nebo turnajový účel se dá upravit počtem period (2–7)

Pravidla: Odehrát míč, tak aby ho nechytlo družstvo na příjmu. Jsou tři družstva. Tým, který odehrává míč, řekne barvu týmu, který bude přijímat. Pokud přijímací družstvo míč chytí, stává se útočícím týmem. Vše se opakuje, až do doby, než nějaký tým míč nechytí a ten se dotkne země. Odpaluje se, že se seběhne celý tým k míči, tři drží balón a jeden odpaluje a zvolá „omnikin a barvu nějakého družstva“. Pokud tým nechytí míč a spadne na zem, tak to družstvo, kterému balón upadnul, rozehrává. Odpal míče probíhá jakoukoli částí těla nad boky a musí být v kontaktu s míčem celé družstvo. Minimální délka dráhy odpalu je 1,8 metrů, směrem vzhůru nebo horizontálně. Chytit míč můžeme jakoukoli částí těla, a to jeden až čtyři hráči. Hráč nesmí držet míč celými pažemi, obejmutím. Míč mohou chytit dva hráči, ti se mohou pohybovat po hřišti, než se k nim přidá třetí hráč. Poté se mohou otáčet jen na jedné noze. Kroky, což je přešlápnutí, kdy drží tři hráči míč, jsou brány jako chyba. Deset sekund má družstvo na zpracování a odpal, bráno od doby, kdy se míče dotkne první hráč.

Bodování:

- 1 bod získávají družstva, po nechycení míče třetího týmu, nebo po špatném odpalu
- periody se bodují zvlášť, každá od nuly

- shodný počet bodů v periodě, prodlužuje se, dokud nějaké družstvo nezíská první 5 bodů (vítěz perody), může i dalších 5 bodů k určení druhého a třetího
- vítěz se určí, buď sečtením bodů jednotlivých period, nebo speciálním kinballovým systémem

Kinballový systém:

1. družstvo, které vyhrálo první, tři periody za sebou
2. družstvo získalo větší počet zápasových bodů, to je dáno součtem oblastí ze zápasu: a) podle součtu bodů vše period: vítěz 10 bodů, druhý 6 bodů a třetí 2 body; b) 1 bod vítězství v každé periodě; c) fair play body (napomenutí v utkání), družstvo, které je nejméně napomínáno 5 bodů, další 4 body a třetí družstvo 1 bod

2.1.10 KORFBAL

Kolektivní míčová hra, kterou hrají muži i ženy společně. Velkou roli hraje spolupráce, uvolnění hráče a trefit míč do korfbalového koše.

Hřiště: rozměr 40x20 metrů, na středu rozděleno středovou čarou, bod pro penalty je od koše 2,5 metru

Vybavení: (Obr. 6) stojany košů, korfbalový koš (ve výšce 3,5 metru, bez dna, výška 25 cm, průměr cca 40 cm), kulatý dvoubarevný míč (velikost 5)

Hráči: dva týmy, které se skládají ze čtyř hráček a čtyř hráčů

Hrací doba: dvakrát 30 minut

Pravidla: Družstvu musí tvořit dva hráče a dvě hráčky. Vystřídat se dají jen čtyři hráči, a to při přerušení. Vystřídání hráč už nesmí nastoupit zpět. Hráči v jednom týmu si vymění role, po dosažení dvou košů. Hráč se může otáčet jen na jedné noze. Smí blokovat hráče (nataženou alespoň jednou paží, otočen k hráči obličejem a blíže ke stojanu-koš neplatí), který chce provést přihrávku, ale bez kontaktu. Hráči v běhu smějí udělat jen dva kroky. Aut je, když se míč dotkne čáry, země, osoby mimo hrací území, nějakého zařízení nad hřištěm.

Pokud byl nějaký přestupek, rozehrání se provádí z toho místa (do čtyř sekund, nedá se skórovat). Pokud se útočí, tým má 25 sekund na provedení akce a vhození koše nebo trefení obroučky. Když uplyne čas útočící tým ztrácí míč. Čas se rozbíhá vždy při nové rozehrávce míče.

Nesmí se – hrát nohou (od kolena dolů), pohybovat se s míčem, zdržovat hru, udeřit míč pěstí, styk se zemí v držení míče, jen na chodidlech, kontakt se soupeřem (strkání, držení, překážení, když je protihráč v pohybu, když je míč pod kontrolou nevyrážet a neodebírat), vstřelit koš útočícího družstva z jeho obranného území.

Bodování: 1 bod

2.1.11 RINGO

Síťová hra, která rozvíjí rekreační rychlost, prostorovou orientaci, koncentraci, obratnost a týmovou spolupráci.

Hřiště: volejbalové (8x18 metrů, žactvo do 12 let 6x12 metrů)

Vybavení: 1–2 kroužky (gumové, barevně výrazné, uvnitř dutý, průměr 17 centimetrů, šířka 3 centimetry), síť (výška 243 centimetrů, žactvo do 12 let 200 centimetrů)

Hráči: jednotlivci (1 kroužek), dvojice, trojice (2 kroužky)

Hrací doba: do 15 bodů, rozdílem dvou

Pravidla: Po zisku osmého bodu se mění strany. Musíme umístit kroužek do hřiště soupeře a zabránit ve skórování druhé družstvo. Podání je z libovolného místa za koncovou čarou vlastního hřiště. Pokud máme dva kroužky, podáváme současně na signál. Hráči se střídají k podání (smí jen třikrát po sobě). Podání se opakuje, pokud se kroužky střetnou nebo tečují síť. Hra se hraje stále dál dokud je ve hře jeden kroužek, vždy se dohrají oba kroužky. Chytat kroužek smíme jednou rukou. Odhodit se musí z té stejné ruky, nesmí se přendávat. Nesmí se nahrávat spoluhráčům. Pokud hráči kroužek vypadne, může ho chytit on sám nebo spoluhráč, ale zase jen do jedné ruky. Zda chytíme kroužek zároveň se spoluhráčem, není to považováno za chybu. Kroužek nesmíme chytit navlečením na ruku, ani se s ním

nesmíme dotknout těla. Držet kroužek smíme 5 sekund. Kroužek musí letět vodorovně (je povoleno +- 15 stupňů). Může se chvět a mírně komíhat, ale nesmí se točit (dělat „kotouly“). Pokud máme kroužek pod kontrolou, smíme udělat jeden krok. Nesmíme odhazovat kroužek ve výskoku. Středovou čáru nesmíme překročit jakoukoli částí těla, ani se dotknout.

Bodování: Za každý kroužek zvlášť. Jedno družstvo může získat najednou 2 body, nebo každá strana po 1 bodu.

2.1.12 SHUTTLECOCK

Síťová sportovní hra, která je podobná nohejbalu.

Hřiště: rozměr 11,88x6,1 metrů; na koncových čarách uprostřed jsou ve vzdálenosti dva metry dvě krátké čáry, které slouží pro podání; středová čára (nad ní síť); umístění sítě 1,6 metru pro muže a 1,5 metru pro ženy

Vybavení: síť (tmavě zelená, 7 metrů dlouhá, 76 cm široká, anténky), opeřený míček (kaučukové tělo o tvaru touše s průměrem 3,84-4 cm, výška 1,3-1,5 cm, do kříže v trubičce 4 obarvená husí brka, celková délka 13-15 cm a 13-15 gramů)

Hráči: jednotlivci, dvojice (mohou i smíšené), družstva (trojice)+ tři další náhradníci

Hrací doba: dva vítězné sety do 21 bodů, ale musí být dvoubodový rozdíl

Pravidla: Družstvo, které získalo bod podává. Pokud bude stav scóre 20:20 podání se střídá pravidelně. Sety jsou nerozhodné, tak se hraje třetí a když jeden tým dosáhne 11 bodů, mění si strany. Podává se tak, že po vypuštění z dlaně hráč kopne do míčku. Rozhodčí dá signál z provedení podání, musíme podat do pěti vteřin. Můžeme hrát jen nohama a také hlavou. Nesmíme hrát rukou ani paží. Na polovinu soupeře se nesmí žádnou částí těla.

Bodování: 1 bod (za chybu soupeře)

2.1.13 TCHOUKBALL

Míčová nekontaktní hra, kde usiluje soupeř o větší počet bodů ve vymezeném časovém limitu. Je to dynamický a akční sport.

Hřiště: Podle počtu hráčů a modifikace

1. s dvěma odrazedly – 40x20 metrů, 20x15 (může být 20x12 metrů)
2. s jedním odrazedlem – 20x15 metrů

Branky jsou na středu za koncovou čarou hřiště. Půlkruhové území je před každou brankou, poloměr 3 metry tzv. zakázané oblast.

Vybavení: (Obr.7) jednu nebo dvě odrazové konstrukce 1x1 metr (branky, jako nakloněná trampolína 45-60° k podložce), míč (blízký míči na házenou nebo pro začátek volejbalový).

Hráči: dvě družstva, jedno družstvo o sedmi hráčích (nebo 6-9 hráčů podle velikosti plochy)

1. s dvěma odrazedly – dvakrát devět hráčů, dvakrát šest (sedm hráčů)
2. s jedním odrazedlem – dvakrát šest hráčů

Hrací doba: Muži – třikrát 15 minut; ženy, dorostenci – třikrát 12 minut; dorostenky – třikrát deset (sedm) minut. Mezi třetinami jsou pětiminutové pauzy.

Pravidla: U hry s jedním odrazedlem je rozehrává, po losování, z místa základní čáry směr k odrazedlu. Hra s dvěma odrazedly se začíná ze zvolené koncové čáry, první přihrávka musí překročit středovou čáru.

Útočníci mají maximálně tři přihrávky pro uskutečnění střelby. Mohou udělat jen tři kroky. Bod se připisuje, když míč, který je vystřelen dopadne na hrací plochu, ale nikdo z druhého družstva ho nesmí chytit. Pokud si soupeř přihrává, chytá míč, nesmí mu obránci bránit. Mohou jen akci sledovat a předvídat, kam se míč odrazí od konstrukce a tím ho pak odbít nebo rovnou chytit. Zda obránci chytí míč, obrací se role a vymýšlí svou akci na libovolnou konstrukci, pro úspěšné zdolání soupeře. Na zvolenou branku se smí hrát pouze třikrát. Stát s míčem se smí pouze 3 vteřiny. Před odrazovou konstrukcí je zakázaná zóna, kam nesmí útočící ani bránící hráč a ani tam nesmí dopadnout odražený míč útočícího hráče. Smí tam došlápnout, jen po odhodu míče na odrazovou konstrukci. Když nějaký tým

získá bod, rozehrává to družstvo, které bod ztratilo. Hra na zemi je dovolena, ale nesmí se míč odehrávat dolní končetinou. Pokud se projeví nějaké porušení pravidel, získá míč druhé družstvo a rozehrává se na místě přestupku. Zda nastane situace třetího faulu hráče, je vyloučen a nahrazen náhradníkem.

Bodování: 1 bod za špatnou střelbu útočníků si připisuje bránící družstvo; 1 bod za odražení míče od konstrukce do autu; 1 bod za neúspěšné chycení bránícího družstva a tím dopad míče na zem mimo zakázanou zónu

Diplomová práce je zpracována z literatury a internetových zdrojů, které jsou uvedeny v kapitole Přehled literatury na konci mé práce.

3 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE

3.1 CÍLE

Cílem práce je vyzorování, jaký mají žáci vztah k tělesné výchově. Zjištění, zda žáci vědí, co jsou to netradiční sportovní hry. Jak žáci vnímají změny nebo obměny her. Zda používají pedagogové jiné či netradiční pomůcky v hodinách tělesné výchovy a jestli se žáci setkali s nějakými jinými pomůckami. Zjištění, jaké netradiční sportovní hry pedagogové základních škol znají. Zda netradiční sportovní hry hrají v hodinách tělesné výchovy. Jak modifikují různé hry v rámci obměny tradičních či netradičních her. Vytvoření zásobníku her s modifikací. Jak probíhá motivace žáků.

3.2 ÚKOLY

Mým úkolem je dosažení stanovených cílů. Pomocí a na základě dotazníkového šetření, bych chtěla poukázat na situaci netradičních sportovních her na základních školách. Vyhodnocení a zpracování dotazníků, vytvoření grafů, které budou poukazovat na výsledky odpovědí z mého dotazníku. Pokusím se navrhnout hry, které jsou pro žáky zábavné s využitím modifikovaných pravidel, samozřejmě s ohledem pro žáky 1. stupně základních škol.

4 MODIFIKACE HER DO HODIN TĚLESNÉ VÝCHOVY NA 1. STUPNI

Nejčastěji používané hry jsou takové, které jsou zaměřeny na běžecké aktivity a hry s míčem. Všechny obměny těchto her jsou přijímány velice kladně.

Míčové hry

Oblíbená míčová hra pro děti je vybíjená. Zvolila jsem několik modifikací k této hře. Pro zpestření se dá jakákoliv vybíjecí hra, hrát s míčem ve tvaru vejce (Eggball).

- Hra dvojic: Hráči hrají ve dvojicích, které si vytvoří sami, nebo jim je přidělí učitel. Může být i varianta smíšených dvojic. Pokud si dvojice vybojuje míč, mají pouze tři přihrávky a pak musí vybějet. Stane-li se, že jeden hráč z dvojice je vybitý, vypadává ze hry i ten druhý. Vítězí dvojice, která vydrží na hřišti jako poslední.
- Hra dvojic se záchranou: Hráči hrají ve dvojicích. Přihrávají si a mají povoleno si nahrát jen třikrát. Pokud přihrávající si dvojice, vybijí někoho z jiných dvojic, ten hráč si jde sednout, nebo bude ve vyznačeném území, jako ve „vězení“. Druhý z dvojice je stále ve hře. Pokud míč chytí, může se vrátit jeho vybitý spoluhráč zpět do hry. Zda druhého hráče někdo vybijí a nestihne chytit míč a zachránit svého spoluhráče, je dvojice vyřazená. Vítězí dvojice, která zůstane na hřišti jako poslední. Dvojice může učitel určit sám, nebo si je děti vytvoří samy, popřípadě dáme podmínku smíšených dvojic.
- Všichni proti všem s trestem: Všechny děti hrají vybíjenou proti sobě. S míčem se nesmí chodit, ani si ho nesmí přihrávat (mezi sebou, o předměty, ani o zed'). Pokud jeden hráč vybijí nějakého jiného hráče, ten hráč jde na určené místo a tam vykoná předem stanovaný „trest“. Jsou to např.: dřepy, kliky, přeskoky přes švihadlo, kotoul aj. Poté se může hráč vrátit zpět do hry.
- Všichni proti všem s oběhem: Hrají proti sobě všichni žáci. Smí se pohybovat všude po hřišti (tělocvičně). Nesmí si s žádným hráčem přihrávat a nesmí si o nic přihrát.

Pokud má žák míč, nesmí se s ním pohybovat, smí si jen nakročit. Pokud bude hráč vybitý, musí oběhnout hřiště, v kterém se hraje. Po oběhnutí se smí vrátit zpět do hřiště a ve hře pokračovat.

- Se štítem každý míč: Hraje se všichni proti všem. Každý hráč má míč, ten slouží jako odrážedlo a jako štít. Pokud bude někdo vybíjet hráče, ten se smí zachránit tak, že letící míč odrazí pryč, tím není vybitý. Vybitý je až ve chvíli, když ho někdo vybije, aniž by střelu stihnul míčem odrazit. Hráč může i nemusí vybíjet. Je na nich, zda se budou bránit či útočit. Navíc mohou sbírat míče ze země, mohou mít tolik míčů kolik unesou. Míče se nechávají ve hře, tím pádem může mít hráč pět míčů. Vítězí hráč, který zůstane zavalený míči na hřišti jako poslední.

Hru můžeme ještě obměnit. Hráč, který odrazí střelu a ta letí vzduchem, chytí jiný hráč, je hráč, který vybíjel, vybitý. Nebo hráč, na kterého letí střela chytí míč, tak je také hráč, který vybíjel vybitý.

- Zombie: Hráči hrají všichni proti všem. S míčem se nesmí chodit, ani si ho s někým nebo o něco přihrávat. Míč se rozhodí a hráči se vybíjejí. Pokud bude někdo vybitý, chodí stále po hřišti mezi hrajícími hráči, ale má natažené ruce (může přizpůsobit i chůzi Zombii). Tím pádem se stává také překážkou pro hrající hráče. Vítězí hráč, který zůstane jako jediný normálním hráčem.
- Na krále: Ke hře potřebujeme alespoň dva týmy a v každém po čtyřech hráčích. Týmy si určí svého krále a šaška. Musí si to mezi sebou říct tak, aby je neslyšelo jiné družstvo. Ostatní jsou tím pádem poddanými. Důležitou roli má hráč, který si zvolil být králem. Nepřátelské týmy se snaží zasáhnout krále míčem. Mají to těžší, jelikož nevědí, který z hráčů je král. Zasažením krále by celé království, tedy tým, skončil (padl by v boji). Přihrávat si smí král a poddaní. Také se smí s míčem pohybovat (což můžeme upravit, aby s míčem chodit nemohli, jen si ho přihrávali). Pokud nějaký tým zasáhne poddaného, padne k zemi a vyčkává, až někdo z jeho týmu (království) mu přihraje míč, pak se smí vrátit do hry. Zda se povede vybit zasáhnout šaška, nic

se neděje. Tím pádem může šašek bránit spoluhráče svým tělem. Šašek ale nesmí brát míč do rukou, ani ho chytat a ani se ho dotýkat. Tým vítězí, pokud jejich král je jako poslední ve hře.

- Hra se dá také různě obměnit: Poddaného, který je na zemi vybitý, smí zachránit pouze král. Král může mít přiděleno více životů. Aby byla hra zajímavější, můžeme přidat další míč. Tým bude poražen, pokud se vybijí všichni hráči (kromě šaška).

Běžecké hry

Další z oblíbených her jsou běžecké hry. U dětí rozvíjejí vytrvalost a rychlost. Jednoduché honičky jsou nejpopulárnější variantou běžeckých her. Zde uvedu zásobník několika pohybových honiček.

- Na babu: Klasickou hru Na babu, žáci jistě znají. Jeden hráč je určený, který jako první chytá a další se snaží před ním utíkat. Pokud se chytač někoho dotkne, předal mu babu. Tím pádem se z chytače stal hráč a z hráče chytač. Na začátku hry si ujasnit, zda smí chytači, který předal babu, vrátit babu ten stejný hráč zpět. Ve hře žádný vítěz není.
- Na babu s držením místa: Na začátku hry určíme jednoho chytače, který předává babu dál. Snaží se někoho chytit, aby neměl babu. Pokud hráč, který chytá babu předá, hráč, který babu dostane, si musí držet místo, na které mu chytač dal babu a snažit se předat babu dalšímu hráči. Průběh bude stejný, kam dá babu, tam se hráč drží. Vítěz se nedá určit.
- Tajná hra na babu: Učitel pošeptá každému hráči jméno někoho z jiných hráčů. Určí se první, který bude předávat babu. Pokud někomu babu předá, nemá ji on, ale ten hráč, kterému bylo pošeptáno jméno chyceného.

Nebo se může hrát – Pokud chytím hráče, dám mu babu, tak nemá babu chycený, ale má babu ten, který byl pošeptán chycenému hráči. Buď mu dá nějaké znamení, nebo při chycení vykřikne jeho jméno, tím začne chytat on.

- Opičí hra na babu: Hráči se pohybují a chytají předem stanoveným pohybem. Například se určí jeden hráč, který bude mít babu. Učitel řekne, že se všichni budou pohybovat skákáním snožmo. Hráči se tak pohybují a hráč (baba) předává v tomto pohybu dalšímu babu.
- Bosá hra na babu: Babu můžeme hrát s dětmi na boso. Učitel určí prvního, který bude mít babu. Chytač ji smí předat pouze šlápnutím špičkou nohy na špičku nohy dalšího hráče. Upozorňují mírným šlápnutím, na špičku nohy.
- Hra na siláka: Určíme hráče, který bude silák (chytač). Ten, který bude určený chytá ostatní. Snaží se někoho chytit, pokud se tak stane, musí ho nadzvednout. Stačí mírně nad zem. Tímto se stává chycený a nadzdvihnutý hráč, také hráčem silákem (honičem). Mohou si pomáhat se zvedáním.

Další varianty mohou být – Stejný princip, ale siláci (chytači), nahánějí každý sám a zvedají hráče sami. Nebo se budou držet za ruce (popřípadě kroužky), běhat a chytat společně. Pokud chytnou někoho, spolu ho zvednou.

- Hra dvojic se záchranou: Hraje se ve dvojicích. Dvojice může určit učitel, můžou se rozdělit sami nebo stanovíme podmínku smíšených dvojic. Určíme místo, kde chycení hráči budou čekat na záchranu od svého spoluhráče a místo, které bude patřit vypadlým dvojicím. Určíme dvojici, která bude chytat. Pokud se někoho dotkne, jde na místo pro záchranu. Tam chyceného smí jeho spoluhráč zachránit. Zachrání ho, pokud se ho dotkne (plácne ho). Místo pro záchranu by mohly být žebřiny. Chycený hráč se drží jednou rukou žebřin a s druhou čeká na dotek od svého spoluhráče. Pokud dvojice, která chytá, chytí oba dva hráče, hráči vypadávají. Vítězí dvojice chytačů, kteří chytí a vyřadí všechny další dvojice. Můžeme stopovat čas a dvojice střídat.

- Hra Mrazík: Učitel vybere prvního, který bude chytat. Mrazík, který chytá se dotýká hráčů a ti musí před ním utéct. Pokud se někoho dotkne, ten hráč se zastaví a je zmrzlý. Zamrzlý hráč stojí na místě s rozkročenými nohama. Pokud ho nějaký nechycený hráč podleze, je zachráněný a může se vrátit do hry. Nebo může být varianta záchrany, že si chycený hráč klekne a ohne záda, zachrání ho přeskočením. Nebo stojí na místě a dá se zachránit, když ho nechycený hráč oběhne. Pokud se Mrazíkovi podaří chytit všechny hráče, stává se vítězem. Mrazíka můžeme v průběhu hry střídat.

Další běžecké hry

- Ukradni ocásek: Hráči mají udělané ocásky. Ocásky mohou být provázek, stuha, švihadlo, rozlišovací dres aj. Má ho každý hráč vzadu za kalhotami, ale musí být vystrčen. Učitel dá znamení k začátku hry. Hráči mají za úkol sebrat protihráčům jejich ocásky a uhlídat se ten svůj, proti tomu, aby mu ho někdo vzal. Hra končí a vítěz je ten, který zůstane s ocáskem. Nebo vítězí hráč, který nasbíral nejvíce ocásků. Další varianta může být, kdy každý dosažený ocásek si hráč musí dát ke svému ocásku a tím musí bránit více svých životů.
- Na rybáře: Hraje celá třída. Vybereme jednoho rybáře, který je připravený na druhém konci hřiště než rybičky. Nejprve rybář řekne: „Rybičky, rybičky, rybáři jedou.“, poté smí vyběhnout nebo se vydat na cestu k rybičkám. Dotknutím nebo chycením, záleží na upřesnění na začátku hry, získá rybář rybičku, která se stává rybářem. Pokud je někdo chycený, chytí se za ruku, tím vytváří síť. Takto se přidávají chycené rybičky. Vítězí ta rybička, která zůstane jediná. Do další hry se může stát rybářem.
- Na rybáře s vypadnutím: Celá třída je ve hře. Rybáři a rybičky jsou na opačných stranách hřiště (tělocvičny). Určeny jsou dva rybáři, kteří budou chytat, nemusí se držet za ruce. Po zaznění: „Rybičky, rybičky, rybáři jedou.“, vyběhají proti rybičkám. Pokud nějakou rybičku chytí, vypadává. Vypadlá rybička si sedne například na lavičku. Vítězí rybička, která vydrží nejdéle na hřišti s rybáři.

Modifikace dalších netradičních sportovních her, které jsou v mé práci.

Goalball:

- Hráči stojí v kruhu. Mají zavázané oči. Používají míč na Goalball, který vydává zvuky. Jeden hráč, který má míč první, pošle a snaží se někoho strefit. Pokud trefí má bod. Nebo můžeme obměnit, že míč, který hráč pošle, nesmí projet z kruhu ven. Ostatní hráči, kteří mají také zavázané oči, se musí postarat o to, aby míč zůstal v kruhu. Pokud se míč dostane ven. Pozorovatel, tedy učitel, určí, kdo dostane trestný bod, protože neudržel míč v kruhu. Prohrává ten, kdo má nejvíce trestných bodů a vyhrává ten, kdo má nejméně bodů.
- Určíme jednoho, můžeme i více hráčů, těm zavážeme oči. Stoupnout na určenou lajnu. Ostatní hráči si stoupnou na jinou určenou čáru, před hráče, kteří mají zavázané oči. Úkol hráčů, kteří nevidí je, že jim nesmí projít míč. Ostatní hráči míč posílají proti hráčům nevidomým. Můžeme samozřejmě hráče nevidomé vystřídat za jiné hráče. Buď podle stopovaného času a nasbíraných trestných bodů, nebo do 10 trestných bodů a výměna.

Na Kin-ball, Indiacu, Korfbal:

- Utvoříme dvě družstva. Každé družstvo má svou polovinu hřiště. Pozorovatel (učitel) bude stopovat čas. Cíl hráčů je, aby míče házeli, nebo dostali, na druhou stranu k protihráči. Až dá pozorovatel znamení ke konci, všichni přestanou házet a nechají vše tak jak je ležet. Spočítáme kolik zůstalo míčů na každé polovině. Vyhraje družstvo, které na své polovině má nejméně míčů.

Tchoukball:

- Hraje se na tchoukballovou branku. Hráči stojí za sebou alespoň 2 metry od branky. První hráč hodí míč na branku, ten se odrazí a hráč za ním musí míč chytit. Pokud nechytí, vypadává. Zda míč chytí, hází na branku a jde na konec fronty. Tak se vše opakuje, dokud nezbyde jeden vítěz. Můžeme hrát na dvě skupiny, každá hraje na svou branku a vítězové si zahrají proti sobě a z toho vzejde jen jeden vítěz.

Double disc court:

- Hraje celá skupina hráčů. Máme létající talíř, můžeme jich mít i víc. Hra je podobná vybíjené, jen místo míčů budeme mít létající talíř. Hrajeme tak, že hráči hází talířem, pokud trefí, je hráč vybitý, pokud netrefí a talíř letí mimo nebo spadne na zem, je vybitý, ten hráč, co házel talíř.

Uvádím modifikaci méně známé, až netradiční hry Famfrpál (Mudlovský famfrpál). Je to kolektivní, míčová, kontaktní hra. Hráči tvoří smíšené družstvo.

Mudlovský famfrpál:

Pomůcky:

- 2 potlouky (míč pro Tchoukball nebo Volejbal), počet záleží na počtu hráčů
- 1 camrál (míč pro Korfbal), zase můžeme přidat míč, podle počtu hráčů
- 1 zlatonka (míč pro Goalball)
- Korfbalový koš, obruče

Hráči:

- 3 střelci (může být víc, podle počtu hráčů) – střílí camrálem do korfbalového koše, nebo obručí (kruhů)
- 2 odrážači (počet si můžeme určit sami) – vybíjejí hráče
- 1 bránkář, který brání koš a obruče
- 1 chytač, který hledá zlatonku

Hra:

Utvoříme si dvě družstva. Máme připravené hřiště tak, že na obou stranách máme korfbalový koš a dvě obruče (kruhy). Ke hře potřebujeme potlouky. S těmi hráči hází po hráčích druhého týmu. Pokud hráče trefí, musí vybitý hráč běžet ke svému koši a dotknout se ho, pak smí pokračovat ve hře. Tímto můžeme znepříjemnit rozjetou akci pro získání bodů, kdy vybitý hráč se této situace nemůže zúčastnit, jelikož běží ke svému koši. Nebo chtějí získat bod a pomohou si vybitím, aby měli střelci lepší možnost získat body.

Obruče a koš brání brankář. Dále máme hráče střelce. Jen ti smí vstřelit míč do koše nebo obručí. Poslední hráč hry je chytač. Ten musí mít nějaký speciální (těžší) úkol. Bude mít zavázané oči, rozhodčí (učitel) vhodí ve vhodnou chvíli do hřiště míč pro Goalball. Chytač ho musí podle zvuků najít. Ostatní hráči pokračují v dané hře a sbírají body. Během jejich hry kopnou občas do goalballového míče, aby chytač slyšel, kde se míč nachází. Nesmí mu, ale míč přihrát přímo do rukou nebo poblíž něj, mohou třeba jen míč přistrčit, aby vydal zvuk. Mezi sebou si smějí přihrávat pouze hráči, kteří k sobě patří, takže střelci jen mezi sebou a odrážeci mezi sebou. Pokud chytač najde zlatonku (goalballový míč) získá 100-150 bodů podle domluvy a tím je konec zápasu. Konec nemůže být, dokud se nenajde zlatonka.

Obměnit můžeme: místo koše na Korfball, můžeme použít branku na Tchoukball. Kam střelci hodí míč a druhý tým nesmí míč chytit, nebo míč musí dopadnout do vymezeného prostoru. Můžeme místo vybíjení pažemi, kopat do míče a vybíjet se trefením ho protihráče (mírnou střelou). Také můžeme využít hru Kin-ball, kterou hrají hráči odrážeci, mezi střelci. A musí udržet míč stále ve vduchu, nesmí dopadnout na zem. Také můžeme obměnit tak, že použijeme míč na hru Indiaca, a branky na Tchoukball. Bude to úkol pro chytače, kdy rozhodčí v nějaký okamžik vhodí míč do hřiště, ten se musí dostat k chytači, který ho najde. Na každé straně bude branka na Tchoukball a tam musí doběhnout a hodit míček o branku tak, aby dopadla do obruče, která je na nějakém místě před branku. Domluva, zda chytač, který bude mít míček, musí běžet na stranu protivníka a tam vykonat činnost, nebo na svou stranu.

Bodování:

- 10 bodů (pokud vstřelíme gól do obruče)
- 20 bodů (pokud vstřelíme do koše)
- 100 nebo 150 bodů (nalezení zlatonky, zde míče pro Goalball)

5 VÝZKUM

5.1 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMU

Můj výzkum byl proveden pomocí dotazníků, které byly předloženy na různých základních školách. Dotazníky jsem měla připravené pro dvě skupiny respondentů. Jednalo se o skupinu pro pedagogy a pro žáky 1. stupně 3.-5. třídy. Shromáždění informací probíhalo spíše elektronickou formou pro obě skupiny, jelikož pedagogové neměli dostatek času, pro vyplnění dotazníku.

5.2 ORGANIZACE VÝZKUMU

Volila jsem elektronickou formu odeslání dotazníků. Snažila jsem se dotazníky roznést osobně na základní školy, ale bylo mi pedagogy sděleno, abych jim je poslala e-mailem. Důvod byl, že jsou zaneprázdněni. Žákům informace k vyplnění dotazníků předají. Tak jsem zvolila elektronickou formou. Pro jejich klidné a pohodlnější vyplnění, jsem jim umožnila vyplnit dotazníky, jak potřebují oni.

6 VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKŮ

6.1 CHARAKTERISTIKA DOTAZNÍKŮ

Dotazníky jsem měla připravené pro dvě skupiny respondentů. Jednalo se o dotazník pro pedagogy a pro žáky základní školy.

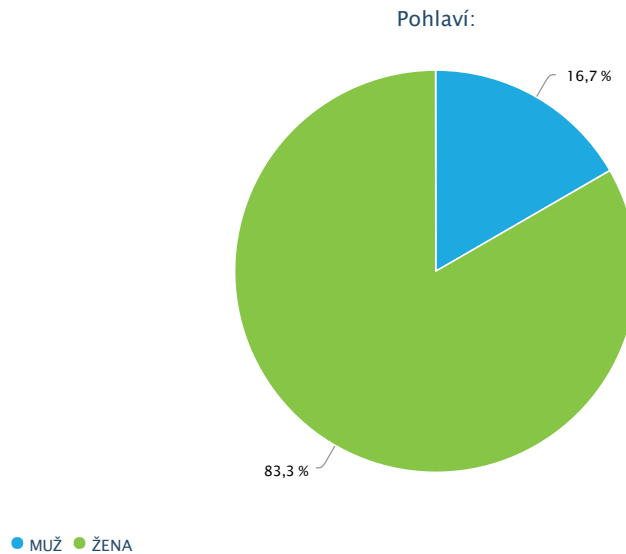
1. Dotazník byl určen pedagogům, skládal se z hlavičky a šesti otázek. První otázka byla uzavřená. Zde respondenti vybírali z jasně nabízených odpovědí. Hodnocení se vztahovalo ke znalosti konkrétních netradičních sportovních her. Druhá otázka byla polootevřená, což si respondent mohl vybrat jednu z variant, nebo měl možnost rozvést vlastní odpověď. Ostatní otázky byly otevřené. Položila jsem otázku a zde odpovídal respondent dle vlastního úsudku.
2. Dotazník byl směřován respondentům mladšího školního věku. Skládal se z osmi otázek. Z toho byly dvě otázky uzavřené, na které respondent odpovídal z nabízených odpovědí („Ano“ „Ne“). Ostatní dotazníkové otázky byly položeny formou otevřených dotazů, kde respondent 1. stupně, tedy mladšího školního věku 3.-5. třídy, doplňoval odpovědi dle vlastního názoru.

6.2 NÁVRATNOST DOTAZNÍKŮ

Dotazníky byly rozeslány a obdrželo je mnoho učitelů. Z několika mnoho dotazníků, co jsem poslala se mi vrátilo velmi málo, což jsem vůbec nepředpokládala. Nejprve jsem si myslela, zda není chyba v mé komunikaci, tím pádem jsem rozeslala dotazníky ještě jednou.

6.3 ANALÝZA VÝSLEDKŮ DOTAZNÍKU PRO UČITELE

MUŽ – ŽENA



Z mého výzkumu vyplývá, že se ve školství pohybuje více žen než mužů, tedy učitelek než učitelů (týká se to především i tělesné výchovy). U žen je to zřejmě z důvodu kladného vztahu k dětem. Ale převážně muži, a to jako vyučující tělesné výchovy, by byli přínosem a měli by větší autoritu.

Kolik let ve školství:

- *Zde můžeme poukázat jaké mají zkušenosti učitelé prvního stupně.*

Průměrná praxe respondentů pohybujících se ve školství a kteří vyplňovali dotazník je 22 let. Musím říct, že 50 % vyplněných dotazníků, vyplnili učitelé, kteří mají přes 30 let praxe.

1. Znáte vypsané netradiční sportovní hry?

- *Zjistím, znalost konkrétních vybraných netradičních sportovních her.*

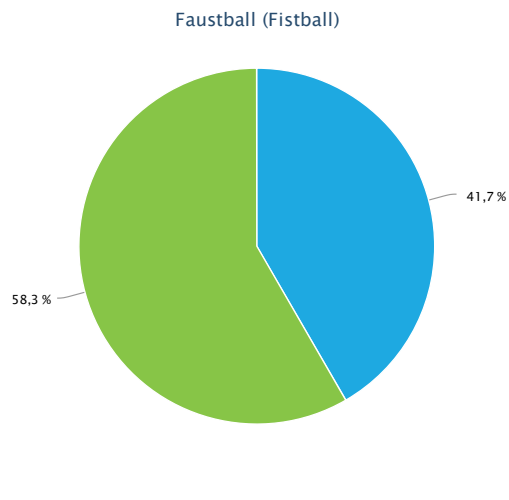
Jak se můžeme podívat na výsledky znalostí vybraných netradičních sportovní her, zjistíme, že učitelé nemají velké znalosti o těchto hrách. Nejvíce známá hra mezi respondenty je Faustball a Goalball. Hra Faustball je velmi podobná volejbalu, který by mělo znát každé dítě. Hra Goalbal, si myslím, že by mohla být pěkné zpestření hodin tělesné

výchovy. Je to naprosto odlišná hra, od her, které hrají v hodinách tělesné výchovy. Mohou si zkusit, jak to vypadá, když je člověk nevidomý.

FAUSTBALL (Fistball)

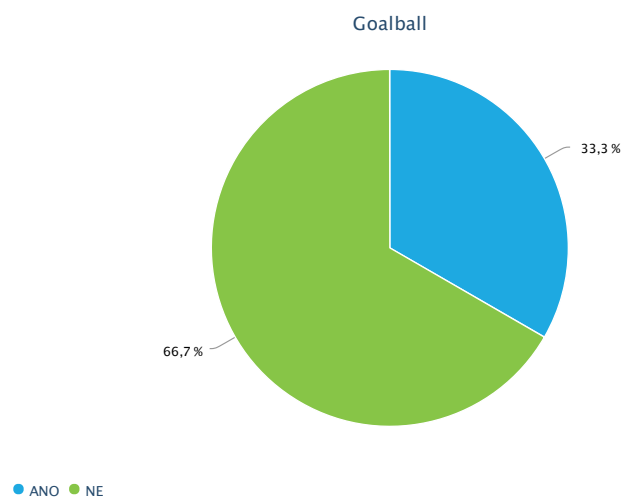
Ano

Ne

**GOALBALL**

Ano

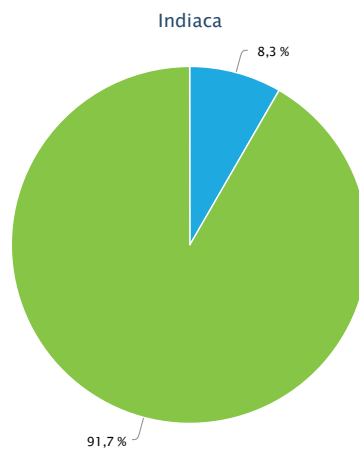
Ne



INDIACA

Ano

Ne

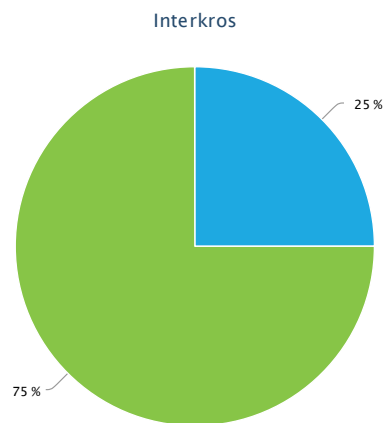


● ANO ● NE

INTERKROS

Ano

Ne

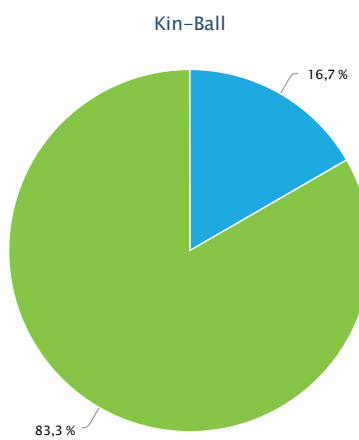


● ANO ● NE

KIN-BALL

Ano

Ne

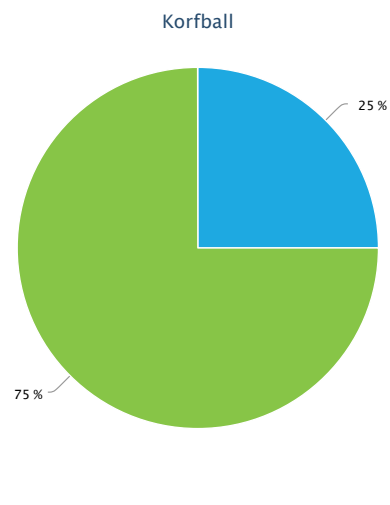


● ANO ● NE

KORFBALL

Ano

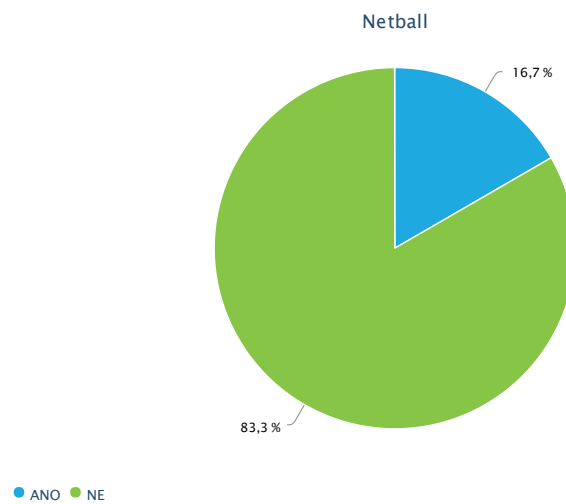
Ne



NETBALL

Ano

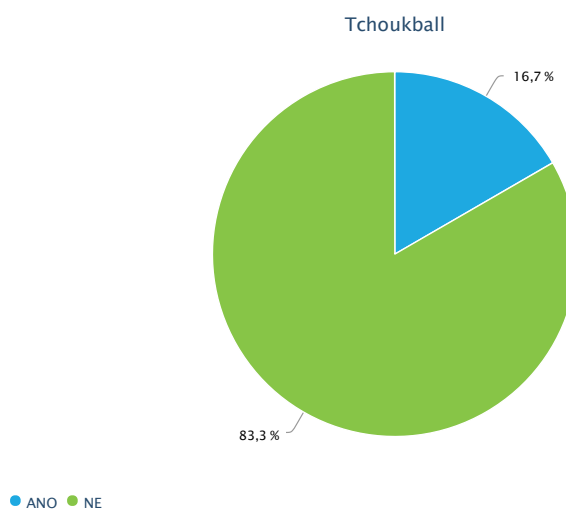
Ne



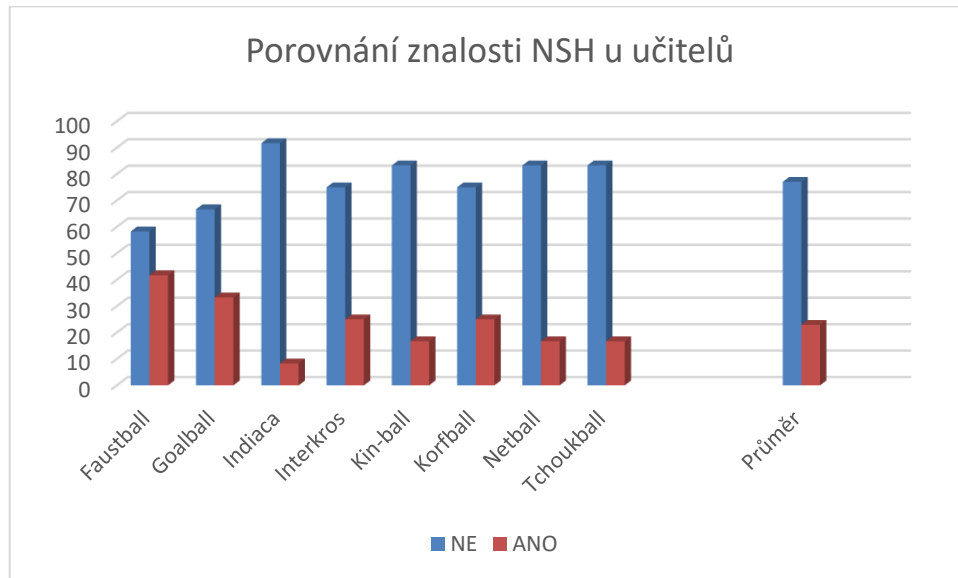
TCHOUKBALL

Ano

Ne

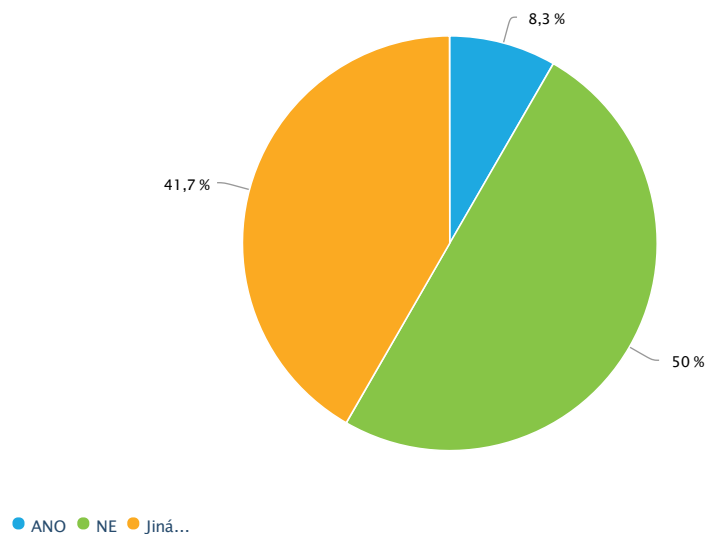


Zde jsou celkové údaje i s průměrem, jak pedagogičtí respondenti odpovídali a jejich znalost vůči těmto hrám.



2. Používáte netradiční sportovní hry v hodinách tělesné výchovy?

Používáte netradiční sportovní hry v hodinách tělesné výchovy?



- *Zjistím, jaký mají netradiční sportovní hry význam pro učitele.*

Z odpovědí jsem zjistila, že velice málo pedagogů využívá v hodinách tělesné výchovy netradiční sportovní hry. Buď je neznají, nepoužívají a vlastně nevyhledávají. Malá část pedagogů vyučující tělesnou výchovu z části netradiční hry vloží na začátek hodiny pro zahřátí, nebo ke konci hodiny, jako rozptýlení.

3. Jakou modifikaci her využíváte?

- *Zjistím, jak respondenti obměňují hry v hodinách tělesné výchovy.*

Z dotazníků vyplývá, že pedagogové využívají modifikaci při tělesné výchově různorodou. Žáci střídají hry s různými míči (velikost, materiál). Oblíbený je také míč, který skáče na různé strany. Nejčastější to jsou hry míčové, kolektivní a různé běžecké (honičky, hra Na babu, Molekuly, mini házená, florbal, košíková).

4. Jak motivujete žáky před hrou?

- *Zjistím, jak respondenti žáky připraví na hru.*

Pedagog nejdříve rozebere s žáky, co si z netradičních her připravil na hodinu tělesné výchovy. Nechá jim vybrat vyhovující hru. Poté jim vysvětlí princip hry, vytvoří skupiny, týmy a motivuje výhrou. Většinou prohrané družstvo musí vykonat nějaký úkol, který souvisí s tělesnou výchovou. Další z motivací je, že se pedagog zapojí s dětmi do hry. Nakonec zhodnotí výkony a pochválí. Někdy mají za úkol vymyslet jinou netradiční hru.

5. Používáte v hodinách tělesné výchovy nějaké netradiční náčiní, nářadí nebo pomůcku? Jaké?

- *Zjistím, jaké vybavení a možnost školy je pro netradiční sportovní hry.*

Třetina dotázaných odpověděla, že ji vůbec nepoužívají. Jiní pedagogové se rozepsali o používání netradičních náčiní. Záleží na škole, která má lepší finanční prostředky a je tím pádem lépe vybavená.

Z netradičního náčiní používají: stěny na lezení, dřevěné tyče, tyče na rehabilitační cvičení, overbally, gymbally, balanční podložky, bosuball, míčky skákající na různé strany, stuhy, konstrukce se sítěmi na lezení.

6. Svoje postřehy, názory?

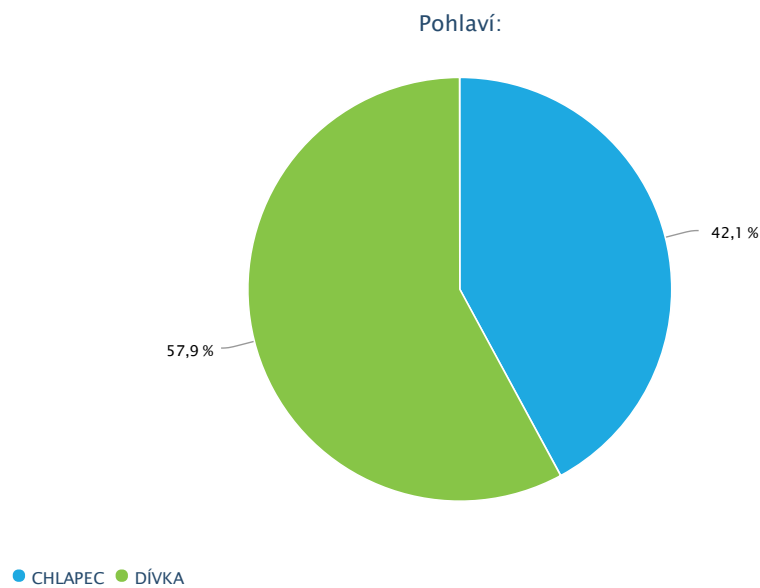
- *Zjistím, jak vnímají tělesnou výchovu.*

Někteří pedagogové jsou v názorech pozitivní: žáci se zapojují v soutěžích, rádi zkoušejí nové pomůcky. Děti jsou tvárné a dají se motivovat. Na druhou stranu jsou

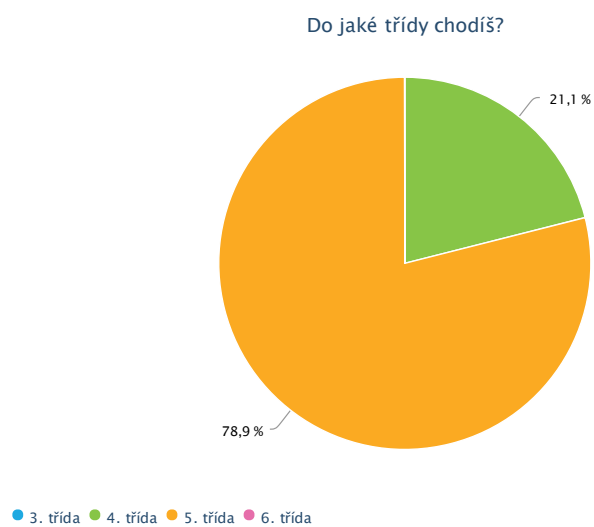
pedagogové v dotazníku negativní: žáci jsou línější a pohodlní, nejsou aktivní, nechtějí se pohybovat.

6.4 ANALÝZA VÝSLEDKŮ DOTAZNÍKU PRO ŽÁKY

CHLAPEC – DÍVKA

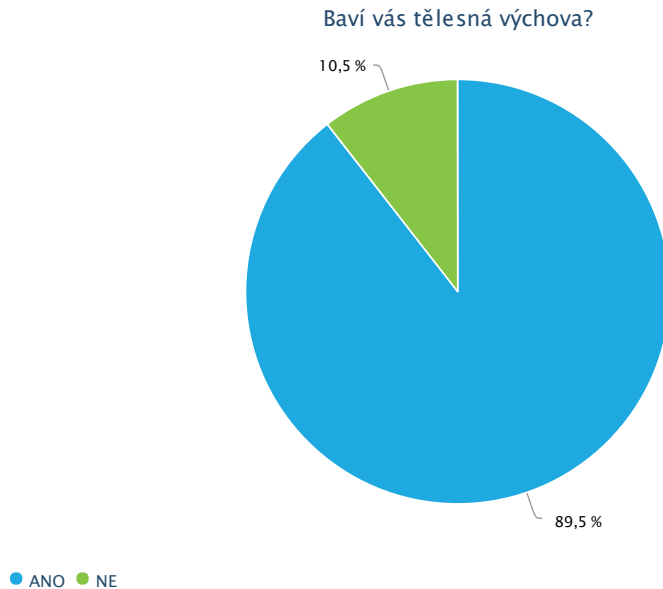


Třída:



Jak je vidět na grafu, dotazník vyplnili spíše žáci 5. ročníku. Myslím si, že tito žáci by mohli být již rozumnější a pohybově zdatnější.

1. Baví vás tělesná výchova?



Můžeme vidět a vyčíst z grafu, že žáci mladšího školního věku mají rádi tělesnou výchovu.

2. Co vás nejvíce baví na tělesné výchově?

Nejvíce odpovědí od žáků byla hra vybíjená a florbal. Dále přeskokování přes bednu a kozu, skákání přes švihadlo a všeobecně míčové hry. Také oblíbená byla atletika.

3. Jakou máte oblíbenou činnost, aktivitu, hru?

Činnost: Žáci mají rádi rušnou činnost, jako je tanec a zpěv (převážně dívky), florbal, sportovní hry, stolní tenis, běhání. Dále je baví činnost na mobilu a na PC, a také se objevily odpovědi, být venku s kamarády. Překvapivá odpověď byla, že jeden z mladých respondentů odpověděl: „být sám“. Takovou odpověď bych od žáků mladšího školního věku nečekala.

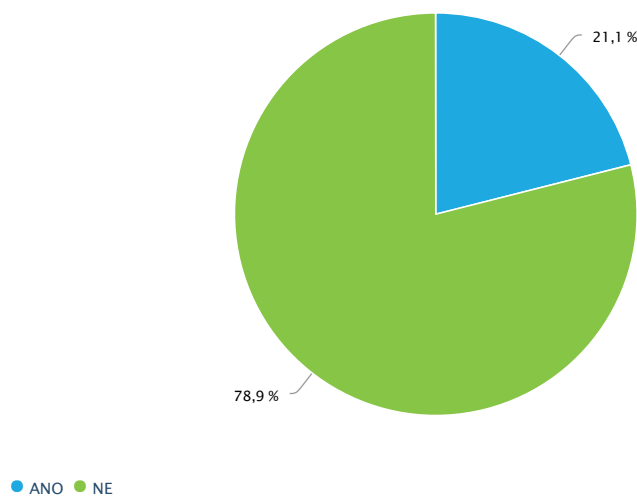
Aktivitu: Z aktivit, které jsou u žáků oblíbené vyzdvihovali fotbal a florbal. Dále měli odpovědi kolo, stolní tenis, tanec a karate. Objevily se i odpovědi, které s tělesnou výchovou nesouvisí, jako je například: koukat na filmy, hraní na mobilu.

Hru: Nejvíce je baví vybíjená, florbal, molekuly, fotbal a celkově sportovní hry. Dále společenské hry (Černý Petr, Člověče nezlob se, karetní hru Prší) a počítačové hry.

Jak je vidět z odpovědí, ve všech částech se opakuje jedna sportovní hra a tou je florbal. V dnešní době je florbal velmi oblíbený a děti ho vyhledávají i ve volnočasových aktivitách. Některé odpovědi se tělesné výchově výrazně oddalovali, ale žáci odpovídali podle vlastní iniciativy.

4. Víte, co to jsou netradiční sportovní hry?

Víte, co to jsou netradiční sportovní hry?



Velmi zřetelně je vidět, že převážná většina žáků odpověděla, že neví, co jsou netradiční sportovní hry. Netuší, že je používají v jiné formě her v hodinách tělesné výchovy. Některé hry na základních školách děti hrají, aniž by věděly, že patří do skupiny NSH, pro děti jsou to běžné hry.

5. Co nového, co jste neznali, hraje na hodinách tělesné výchovy?

Žáci většinou odpověděli, že v tělesné výchově hrají pro ně nové hry, jako je florbal, basketbal, Mrazík, Na jelena, Chodí pešek okolo. Pár žáků odpovědělo, že nic nového neznají a nehrají.

Na této odpovědi bylo vidět, jak se žáci staví k tělesné výchově, protože skoro polovina žákovských respondentů odpověděla stroze a žádným zájmem.

6. Co jiného tě na tělesné výchově zaujímá, co byste ještě dodali?

Většina žáků odpovědělo, že je baví sportovní hry celkově a pak také konkrétně vybíjená, florbal. Další hry se objevovaly: Na jelena, Mrazík, míčové hry, ale také gymnastika, atletika a běhání.

Zde jsem čekala od respondentů odpovědi, které budou více rozvité. Někteří měli velmi strohou odpověď, mnoho žáků odpovídalo stejně jako v jiných otázkách.

7. Používáte nějakou netradiční, jinou, novou pomůcku, náčiní, nářadí v hodinách tělesné výchovy?

Objevovalo se mnoho odpovědí. Žáci používají na hodinách tělesné výchovy různé cvičební předměty. Předměty, které byly nejvíce zmíněny jsou: trampolína, kladina, žebřiny, kruhy, dřevěné nebo plastové tyče, bednu a kozu, lavičky, florbalky.

Třetina dotázaných respondentů zmínila, že nemají žádné nebo že nepoužívají žádné předměty v hodinách tělesné výchovy. Jak je vidět na odpovědi, tak někteří respondenti mají svůj oblíbený sport, což je florbal.

7 DISKUZE A VÝSLEDKY PRÁCE

Dotazníkové šetření jsem směřovala na respondenty základních škol. Zvolila jsem dvě varianty dotazníku. Jeden pro skupinu pedagogů a druhý pro žáky, abych zjistila, jaké netradiční sportovní hry znají a které využívají v hodinách tělesné výchovy. Jak netradiční sportovní hry vnímají. Výsledky odpovědí jsem dala dohromady a vyhodnotila. Díky výsledkům z dotazníků jsem stanovila dosažení cílů, které jsem si přeurčila.

V první řadě jsem byla zklamaná z počtu vrácených dotazníků. Mnoha učitelům jsem poslala připravené dotazníky, ale ani zdaleka se mi nevrátily všechny. Příště bych si stála za svým a nechala je vyplnit dotazníky hned. Myslím, že by jim to tolik času nezabralo. Samozřejmě naopak musím poděkovat těm pedagogům, kteří mi dotazníky vyplnili a předali žákům.

Z prvního dotazníku, který byl pro učitele 1. stupně základní školy, je výrazně vidět, že učitelé moc neznají netradiční sportovní hry. Nemají dostatečné informace (čas vyhledat) a znalost o těchto hrách. Tím pádem je nepoužívají v hodinách tělesné výchovy a žáci se nemohou seznámit s takovými hrami. Velmi důležité je i v jakém prostředí se pohybují pedagogové. Některé školy nemají dostatečné finanční prostředky, aby mohly dobře vybavit tělocvičnu. Hry se dají různě měnit nebo upravovat, aby tvořily součást tělesné výchovy. Z odpovědí je vidět, že mnoho učitelů změny hodně využívají v hodinách tělesné výchovy, ale někteří stojí jen za tradičními a zaběhlými sportovními hrami, které znají. Motivace žákům je velmi důležitá, tím se odvíjí celý průběh hodiny. Učitelé mají různé metody motivace, které jim určitě vyhovují. Žáci jsou motivovaní hlavně tím, když se učitel zúčastní hry s nimi. Sama se přikláním k této variantě.

Zjistila jsem, že mnoho žáků se stává pohodlnými a línějšími s nezájmem o pohyb. A to díky mobilním telefonům a elektronice. Tady by měli zakročit rodiče, ale ti většinou nemají na své děti čas. Na druhou stranu jsou i žáci, kteří mají rádi sport, pohyb, rádi zkouší nové hry a jsou soutěživí.

Z druhého dotazníku, který byl zaměřen na respondenty mladšího školního věku základní školy, vyplynulo, že převážnou většinu tělesná výchova baví. Nejvíce oblíbené hry

mezi žáky je vybíjená a florbal. Líbilo se mi, že žáci neodpovídali jen míčové či sportovní hry, ale také činnosti pro rozvoj obratnosti.

Co se týče netradičních sportovních her, žáci nemají přehled o tom, jaké hry to jsou. Nevědí, co si mají pod tím představit. Někteří žáci mladšího školního věku, netuší, že vlastně některé netradiční sportovní hry ve svém volném čase provozují, jen v jiné formě.

Část mé práce je psána o hrách se zmodifikovanými (změnami nebo proměnami, úpravami) pravidly. Vybrala jsem několik her. Oblíbenou hrou pro žáky z dotazníku vzešla míčová hra Vybíjená. K té jsem napsala několik obměn, které se dají s žáky 1. stupně hrát. Dále jsem vybrala hru Na babu, kterou hrají také rádi, jelikož jsou neustále v pohybu. Napsala jsem modifikaci na některé netradiční sportovní hry, o kterých se zmiňuji v práci. A jako poslední zpestření hru Famfrpál, který obsahuje více variant a upravila jsem ho tak, aby obsahoval netradiční sportovní hry.

ZÁVĚR

Diplomovou práci jsme zaměřila na netradiční sportovní hry na 1. stupni základní školy. Práce mě obohatila o mnoho nových informací. Některé netradiční sportovní hry jsem neznala a setkala jsem se s nimi poprvé. Myslím si, že jsou skvělým doplňkem pro tělesnou výchovu na základních školách. Rozhodně bych se nebála některé netradiční sportovní hry hrát s žáky na 1. stupni.

V teoretické části jsou uvedeny informace, které se týkají her (pohybové a sportovní), dále se také dozvíme, co jsou to netradiční sportovní hry, ale hlavně konkrétní vybrané hry, které obsahují všechny údaje a pravidla.

Z dotazníkového šetření jsem se dozvěděla, že netradiční sportovní hry jsou hodně neznámé. Neznají je učitelé ani žáci 1. stupně základních škol. Překvapivé bylo, že žáků oblíbená hra je florbal. Ale už nevědí, že je to jedna z netradičních her, která je v dnešní době velmi populární a jde stále do popředí.

Práce je obohacena o několik modifikací her. Jsou to hry, které děti mají rády. Téma diplomové práce byly netradiční sportovní hry, tím pádem jsem udělala některé modifikace i k těmto hrám. Nakonec jsem vymyslela jiná pravidla ve hře Famfrpál, o kterém jsem ani nevěděla, že existuje a měla jsem ho jen za hru fantazy pohádky Harry Potter.

Práce je doplněna obrázky (fotografiemi), které jsou důležité pro danou netradiční sportovní hru. Chtěla bych, aby učitelé netradiční sportovní hry používali v hodinách tělesné výchovy ke zpestření hodin a žáci poznali nové hry, o kterých většina vůbec neví.

RESUMÉ

Práce je zaměřena na netradiční sportovní hry. Na konkrétní hry, které jsou málo známé. První část obsahuje teoretické poznatky o hře a o netradičních sportovních hrách. Vypsány jsou konkrétní netradiční sportovní hry a jejich základní údaje. Druhá část je výzkumná. Vytvořila jsem dotazník a ten byl předložen učitelům a žákům 1. stupně základní školy. Dotazník poukazuje na neznalost obou skupin respondentů o netradičních sportovních hrách. Součástí práce jsou i nějaké modifikace her.

The work focuses on non-traditional sports games, especially the unknown. The first part contains the theoretical knowledge about the game and about non-traditional sports games. Specific non-traditional sports games and their basic data are listed. The second part is the research. I created a questionnaire which was presented to the teachers and pupils of a primary school. The questionnaire points out the ignorance of both groups of the respondents about non-traditional sports games. Some modifications of the games make another part of the work.

SEZNAM LITERATURY

BOROVÁ, Blanka. *Míče, míčky a hry s nimi: soubor her pro děti ve věku od 4 do 9 let*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-717-8538-5.

DUŠKOVÁ, Diana, Vladislav MUŽÍK a Hana ŠERÁKOVÁ. *Netradiční pomůcky pro tělesnou výchovu na 1. stupni ZŠ: (náměty na zhotovení a uplatnění pomůcek pro pohybové hry a zábavy)*. Brno: MU PdF, 2004. ISBN 80-210-3533-1.

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: [tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy]*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-717-8693-4.

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Školáci v pohybu: tělesná výchova v praxi*. 1. Praha: Grada, 2012. Děti a sport. ISBN 978-80-247-3733-1.

KAPLAN, Aleš, Dušan BARTŮNĚK a Jan NEUMAN. *Skáče, běháme a hrajeme si na hřišti i pod střechem: [cvičení pro rozvoj základního pohybového fondu dětí od 5 do 13 let]*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-623-0.

RAHNER, Hugo. *Der spielende Mensch*. Einsiedeln: Johannes, 1990. ISBN 978-3-89411-194-6.

RŮŽIČKA, Ivan, Kamila RŮŽIČKOVÁ a Pavel ŠMÍD. *Netradiční sportovní hry*. 1. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0337-7.

TÁBORSKÝ, František. *Sportovní hry: sporty známé i neznámé*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0875-2.

TÁBORSKÝ, František. *Sportovní hry II: základní pravidla, organizace, historie*. Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-1330-6.

VRBATA, Michal. *Pravidla netradičních rekreačních sportů: základní pravidla, organizace, historie*. Brno: Mravenec, 2005. ISBN 80-865-6088-0.

ZIMMER, Renate, ed. *Netradiční sportovní činnosti: náměty a metody pro školu i volný čas*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-717-8460-5.

Internetová zdroj:

[online]. [cit. 2019-03-25]. Dostupné z: <https://www.hranostaj.cz/>

Obrázky zdroj:

Obrázek č. 1

<https://www.travelservice.se/inspiration/aktiviteter/braennboll/>

Obrázek č. 2

<https://www.wrightlife.com/flying-disc/wham-o-ddc-disc-used-for-double-disc-court/>

Obrázek č. 3

<https://www.ceneo.pl/43503535>

Obrázek č. 4

<http://fitnestore.cz/119399-indiaca-micek-tournament.html>

Obrázek č. 5

<https://www.amazon.es/Omnikin-balón-Kin-Ball-Negro-negro/dp/B00FAT9SKO>

Obrázek č. 6

https://prostejovsky.denik.cz/ostatni_region/prostejovsti-korfbaliste-jsou-zatim-neporazeni-20151130.html

Obrázek č. 7

<https://gagnesports.com/en/produit/tchoukball-set-cs402tb/>

SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK, GRAFŮ A DIAGRAMŮ

- 1. Dotazník pro učitele**
- 2. Dotazník pro žáky**
- 3. Obrázek č. 1**
- 4. Obrázek č. 2**
- 5. Obrázek č. 3**
- 6. Obrázek č. 4**
- 7. Obrázek č. 5**
- 8. Obrázek č. 6**
- 9. Obrázek č. 7**

PŘÍLOHY

1. Dotazník pro učitele:

MUŽ – ŽENA

Kolik let ve školství:

1. Znáte vypsané netradiční sportovní hry?

FAUSTBALL (Fistball)	Ano	Ne
GOALBALL	Ano	Ne
INDIACA	Ano	Ne
INTERKROS	Ano	Ne
KIN-BALL	Ano	Ne
KORFBALL	Ano	Ne
NETBALL	Ano	Ne
TCHOUKBALL	Ano	Ne
PELOTA	Ano	Ne

2. Používáte netradiční sportovní hry v hodinách tělesné výchovy?

3. Jakou modifikaci her využíváte?

4. Jak motivujete žáky před hrou?

5. Používáte v hodinách tělesné výchovy nějaké netradiční náčiní, nářadí nebo pomůcku? Jaké?

6. Svoje postřehy, názory z hodin tělesné výchovy?

2. Dotazník pro žáky:

CHLAPEC – DÍVKA

Třída:

1. Baví vás tělesná výchova? ANO x NE
2. Co vás nejvíce baví na tělesné výchově?
3. Jakou máte oblíbenou Činnost:
Aktivitu:
Hru:
4. Víte, co to jsou netradiční sportovní hry? ANO x NE
5. Co nového, co jste neznali, hrajete v hodinách tělesné výchovy?
6. Co jiného tě na tělesné výchově zaujímá, baví?
7. Používáte nějakou netradiční, jinou, novou pomůcku, náčiní, nářadí v hodinách tělesné výchovy? Jakou?

3. Obrázek č. 1



4. Obrázek č. 2



5. Obrázek č. 3



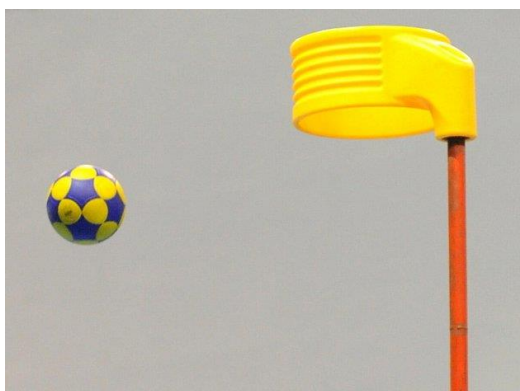
6. Obrázek č. 4



7. Obrázek č. 5



8. Obrázek č. 6



9. Obrázek č. 7

