

Západočeská univerzita v Plzni
Fakulta pedagogická
Katedra tělesné a sportovní výchovy

DIPLOMOVÁ PRÁCE

VYUŽITÍ NETRADIČNÍ SPORTOVNÍ HRY RINGO NA 1. STUPNI ZŠ

Pavčina Kočová
Učitelství pro I. stupeň ZŠ

Vedoucí práce: Mgr. Ilona Kolovská

Plzeň 2013

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně s využitím uvedené literatury a dalších použitých zdrojů informací.

V Plzni dne

.....

Děkuji Mgr. Iloňě Kolovské, vedoucí diplomové práce, za odbornou pomoc při zpracování diplomové práce.

Děkuji Mgr. Kamile Kadlecové a žákům 4. B ZŠ Stod a ZŠ Stod za spolupráci při praktické realizaci činností.

OBSAH

1 ÚVOD.....	7
2 TEORETICKÁ VÝCHODISKA.....	7
2.1 Hra, sport.....	7-8
2.2 Sportovní hra.....	8
2.2.1 Klasifikace	8-9
2.2.2 Historie sportovních her	9
2.2.3 Sportovní instituce, sportovní soutěže	9
2.3 Postavení sportovní hry v kurikulárních dokumentech.....	9
2.3.1 Kurikulární dokumenty	9-10
2.3.2 Rámcový vzdělávací program	10-13
2.3.3 Školní vzdělávací program.....	13
2.4 Netradiční sportovní hra ringo	13
2.4.1 Historie ringa.....	13-14
2.4.2 Český klub ringa.....	14
2.4.3 Rekreační pravidla hry ring.....	14-16
3 CÍL A ÚKOLY	16
3.1 Cíl práce	16
3.2 Úkoly ke splnění práce.....	16-17
4 PRAKTICKÁ ČÁST	17
4.1 Ringo na I. stupni ZŠ	17
4.1.1 Hrajme ringo	17
4.1.2 Formování osobnosti žáka.....	17-18
4.1.3 Postavení pedagoga	18-19
4.1.4 Prostorové nároky, materiální vybavení	19
4.2 Modifikovaná pravidla pro využití na I. stupni ZŠ	19
4.2.1 Inspirační zdroje	19-20
4.2.2 Kriteria modifikace	20-21
4.2.3 Modifikovaná pravidla hry ringo	21-31
4.2.4 Variabilní využití v praxi	32-33

4.3 Herní činnosti hry ringo	33
4.3.1 Házení kroužku	33-34
4.3.2 Chytání kroužku	35
4.3.3 Nejčastější chyby a jejich náprava	35-37
4.3.4 Základní metodika nácvičku hry ringo	37-38
4.3.5 Základní taktika hry ringo	38
4.4 Průpravné činnosti.....	38
4.4.1 Inspirační zdroje k průpravným činnostem.....	38-39
4.4.2 Klasifikace průpravných činností.....	39
4.5 Zásobník průpravných činností pro hru ringo	39
4.5.1 Jak využívat zásobník průpravných činností.....	39-40
4.5.2 Průpravná cvičení.....	41
4.5.2.1 Na osla.....	41
4.5.2.2 Vyber si přihrávku.....	42
4.5.2.3 Obratné chytání.....	43
4.5.3 Herní cvičení	44
4.5.3.1 Na třetího.....	44
4.5.3.2 Přihrávaná do kruhu	45
4.5.3.3 Stíhací závod do kruhu	46
4.5.4 Průpravné hry	47
4.5.4.1. Křížové ringo.....	47
4.5.4.2 Zaháněná.....	48
4.5.4.3 Válka s ringo kroužky.....	49
4.6 Realizace průpravných činností pro hru ringo, reflexe.....	50-51
4.6.1 Průpravná cvičení.....	52
4.6.1.1 Kuba řekl.....	52-53
4.6.1.2 Podávaná.....	53-55
4.6.1.3 Přihraj kamarádovi	55-57
4.6.1.4 Přihrávky v kruhu.....	57-58
4.6.1.5 Zóny.....	58-60
4.6.1.6 O nejdelší přihrávku.....	61-62
4.6.1.7 Nesnadné přihrávky.....	62-63
4.6.1.8 Otoč se a chyt'.....	63-64

4.6.2 Herní cvičení	65
4.6.2.1 Na obra a palečka	65-66
4.6.2.2 Honička proti ringo kroužku	66-67
4.6.2.3 Přihraj a běž.....	68-69
4.6.3 Průpravné hry	69
4.6.3.1 Bago- chytaná	69-70
4.6.3.2 Bodovačka	71-73
4.6.3.3 Chytaná	74-75
4.7 Realizace netradiční sportovní hry ringo	
na I. stupni ZŠ, reflexe.....	75-80
5 DISKUSE.....	81
5.1 Reflexe realizovaných činností.....	81-82
5.2 Obrazový materiál	82
5.3 Nabídka nakladatelství Mravenec	83
6 ZÁVĚR	83-84
7 SUMMARY	85
8 LITERATURA.....	86-88
9 SEZNAM OBRÁZKŮ	89
10 PŘÍLOHA.....	90-99

1 ÚVOD

Na základě národního kurikula – Rámcového vzdělávacího programu - si v současné době základní školy vybírají podle daných podmínek v učivu tematického celku sportovní hry z této nabídky: basketbal, házená, fotbal, volejbal, florbal, softball, korfbal, ringo, stolní tenis, lakros aj.

Hra ringo patří díky svým charakteristikám k sportovním hrám, které si účastníci rychle oblíbí. Ke hrám, které si dokážou rychle vybudovat svoji členskou základnu. Díky svým specifickým patří hra ringo mezi netradiční sportovní hry.

Vzhledem k tomuto zařazení ringa je žádoucí, aby učitelé škol, v nichž mají o tuto novou aktivitu zájem, měli k dispozici pro svoji potřebu vhodný informační didakticko-metodický materiál zabývající se touto problematikou, modifikovaná pravidla hry ringo přizpůsobená pro I. stupeň ZŠ...

Právě pravidla hry ringo se svými specifiky (hra s kroužkem, kroužek se nesmí při chycení navléci na ruku, nesmí se odhazovat ve výskoku...) udávají modifikovaným pravidlům přitažlivost netradiční sportovní hry. Specifika sportovní hry ringo mohou být jedním ze silných motivů, které „otevrou“ žákům cestu k netradiční sportovní hře.

Proč se touto netradiční hrou zabývat? Z jakého důvodu by se měla netradiční sportovní hra ringo začít hrát na základních školách? Jak ji vyučovat?

Cílem naší diplomové práce je nabídnout pedagogům na I. stupni ucelený informační metodicko-didaktický materiál, který jim svým zpracováním umožní začít efektivně a aktivně využívat v hodinách TV netradiční sportovní hru ringo.

2 TEORETICKÁ VÝCHODISKA

2.1 Hra, sport

Současný člověk nese z čistě biologického pohledu druhové označení homo sapiens. Zamyslíme-li se ale nad jeho způsobem života, jednáním, denně vykonávanými činnostmi v historickém a sociálně-psychologickém kontextu, můžeme člověka označit výrazem homo ludens. Hra ovládá celý život člověka od narození až do smrti. Socializuje a učí ho. Na rozdíl od zvířat, která hru používají jako prostředek k nějakému cíli, záměru, ji člověk vykonává pro ni samotnou. Důležitá je samotná činnost sama o sobě, hra pro hru – proces. Toto nás odlišuje od zvířat.

Hrát si s něčím, s někým, sám. Hrát si na někoho, na něco, jako. Hrát proti něčemu, hrát proti někomu... Hrát proti někomu už znali lidé starověkých civilizací. Dvě soupeřící strany, společný předmět, o který se hraje (nejčastěji podoba kulatého míče, míčku)... Hra plnila funkci zábavy, výchovy, sloužila kultovním a náboženským rituálům...

Podle Táborského: sport – „hra a zábava spojená s pohybem“ – získává v devatenáctém století další rozměr. Vznikají sportovní disciplíny. Utváří se jejich organizace, formy, pravidla, řády...

Díky fenoménu volného času vznikají nové druhy sportů. Každý, kdo si chce hrát a hýbat se, si může vybrat z pestré palety tradičních i netradičních her, sportů. Na půdě primární školy je pedagog osobou, která má žáky ke sportu pozitivně vést. Na něm závisí volba nabídky sportovních, pohybových činností ve výchovně-vzdělávacím procesu. Využitím netradiční sportovní hry – ringa – v prostředí I. stupně ZŠ se bude zabývat tato práce.

Naším cílem je seznámit učitele na primární škole s tímto netradičním sportem. Možnostmi jeho využití ve výuce na I. stupni ZŠ. Nabídnout nejen teoretické informace, ale i metodiku, návrhy činností, praktické rady, osobní zkušenosti. Věříme, že předložený text rozšíří okruh vědomostí pedagogů a bude příznivě působit na úroveň výuky. Bude motivovat žáky ke zdravému pohybu a hře fair play. Díky poskytnutým informacím může rozšířit základnu hráčů ringa na rekreační úrovni.

(TÁBORSKÝ, 2004)

2.2 Sportovní hra

2.2.1 Klasifikace

Ringo řadíme mezi netradiční sportovní hry. Díky stávajícímu způsobu života v multikulturním a multimediálním světě jsme oslovováni mnoha pobídkami a informacemi. Tak si pomalu ale jistě mezi tradičními českými sporty nacházejí své místo a příznivce i sporty netradiční. Něčím pro nás nové, neobvyklé a tím samozřejmě lákavé. Sportovní hře ringo se již podařilo si svoji základnu vybudovat. Netradičnost konkrétní sportovní hry (pokud je svým charakterem a materiální náročností vhodná pro využití na I. stupni ZŠ) může být jedním ze silných motivů, které „otevrou“ žákům primárního stupně cestu ke sportování, zpestří a obohatí školní výuku.

Připomeňme si pro úplnost význam pojmu sportovní hra. Dle Táborského se jedná o „soutěživou činnost dvou soupeřů v jednotném prostoru a čase, kteří podle

institucionálně schválených pravidel usilují o prokázání vlastní převahy lepším ovládním společného předmětu.“

Netradiční sportovní hru ringo lze klasifikovat jako hru neinvazivní, týmovou, hru síťového typu. Jedná se o přirozený pohyb bez pomocných prostředků. Společný předmět (kroužek) je ovládán částí vlastního těla.

(TÁBORSKÝ, 2004)

2.2.2 Historie sportovních her

Počátky sportovních her můžeme datovat do období přibližně posledních 150 let (vznik klubů, asociací, organizace). Důležitým faktorem je fakt, že sportovní hry se neustále vyvíjejí, ovlivňují. Snaží se reagovat na přání a požadavky dnešního moderního člověka. Historie některých netradičních sportovních her, mezi které lze řadit i ringo, je v důsledku této skutečnosti kratší.

2.2.3 Sportovní instituce, sportovní soutěže

Důležitým krokem pro rozvoj každé sportovní hry je založení řídicí instituce. V našem případě se jedná o Internacional Ringo Federation (IRF), kterou v roce 1993 v polském Modlinu založil Wlodzimierz Strzyzewski. K pěti zakládajícím národním svazům patřili i zástupci Česka. V naší republice funguje Český klub ringa (ČKR).

2.3 Postavení sportovní hry v kurikulárních dokumentech

2.3.1 Kurikulární dokumenty

„V souladu s novými principy kurikulární politiky, zformulovanými v Národním programu rozvoje vzdělávání v ČR (tzv. Bílé knize) a zakotvenými v Zákoně o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, se do vzdělávací soustavy zavádí nový systém kurikulárních dokumentů pro vzdělávání žáků od 3 do 19 let. Kurikulární dokumenty jsou vytvářeny na dvou úrovních - státní a školní (příloha č. 1).

Státní úroveň v systému kurikulárních dokumentů představují Národní program vzdělávání a rámcové vzdělávací programy (dále jen RVP). Národní program vzdělávání vymezuje počáteční vzdělávání jako celek. Rámcové vzdělávací programy vymezují závazné rámce vzdělávání pro jeho jednotlivé etapy - předškolní, základní a střední vzdělávání. Školní úroveň představují školní vzdělávací programy (dále jen ŠVP), podle nichž se uskutečňuje vzdělávání na jednotlivých školách.

Národní program vzdělávání, rámcové vzdělávací programy i školní vzdělávací programy jsou veřejné dokumenty přístupné pro pedagogickou i nepedagogickou veřejnost.“

(Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání. *Scio* [online]. Praha: Scio, ©2008. [cit. 20. 9. 2011].

Dostupné z: <http://www.scio.cz/skoly/rvp/odstavec.asp?odstavecID=1060>

2.3.2 Rámcový vzdělávací program

Jak již bylo řečeno, RVP pro základní vzdělávání (dále jen RVP ZV) je kurikulárním dokumentem na státní úrovni. Je rozdělen do několika částí. Jednou z nich jsou vzdělávací oblasti. Budeme se vzhledem k tématu naší diplomové práce blíže zabývat oblastí Člověk a zdraví, která je rozdělena do dvou vzdělávacích oborů: Výchova ke zdraví a Tělesná výchova.

V obsahu vzdělávacího oboru Tělesná výchova jsou uvedeny očekávané výstupy za 1. a 2. období. Je uveden přehled učiva týkající se I. a II. stupně ZŠ, které je pro přehlednost rozděleno do tří částí: činnosti ovlivňující zdraví, činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností (řešena problematika sportovních her) a činnosti podporující pohybové učení. V tomto oboru je věnována i pozornost zdravotní tělesné výchově na I. a II. stupni ZŠ (očekávané výstupy, učivo – rozdělení do tří částí: činnosti a informace podporující korekce zdravotních oslabení, speciální cvičení a všeobecně rozvíjející pohybové činnosti).

Specifikace učiva sportovních her v RVP ZV:

-vzdělávací obsah vzdělávacího oboru tělesná výchova na I. stupni ZŠ, skupina učiva obsahující činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností - základy sportovních her: manipulace s míčem, pálkou či jiným herním náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti, herní činnosti jednotlivce, spolupráce ve hře, průpravné hry, utkání podle zjednodušených pravidel minisportů.

(Rámcové vzdělávací programy. *Výzkumný ústav pedagogický v Praze* [online]. ©2010. [cit. 31. 7. 2012].

Dostupné z: <http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV-pomucka-ucitelum.pdf>

V RVP ZV je učivo tematických celků sportovních her rozděleno do tří období:

1. období: 1.-2. ročník

-zvládá základní činnosti s míčem odpovídající velikosti a hmotnosti

2. období: 3.-5. ročník

-zvládá elementární herní dovednosti (míčové, pálkovací) a uplatní je v utkání podle zjednodušených pravidel

3. období: 6.-9. ročník (představuje výběrové učivo pro předcházející období)

-uplatní v utkání základní herní systémy, herní kombinace a herní činnosti jednotlivce (u 2-3 sportovních her)

Učební osnovy vzdělávacího programu Základní škola, který je ještě pro značnou část škol platný, řeší danou problematiku učiva v tematickém celku sportovní hry následovně:

1.-2. ROČNÍK

-základní pojmy spojené s osvojovanými činnostmi, náčiním, oblečením pro sportovní hry a částmi sportovního hřiště

-základní sportovní hry

-základy bezpečnosti a hygieny při sportovních hrách

-držení míče jednoruč a obouruč

-manipulace s míčem odpovídající velikosti a hmotnosti (na místě a v pohybu, vyvolenou a opačnou rukou, nohou)

-základní přihrávky rukou a nohou (vyvolenou i opačnou)

Učivo je využíváno spíše jako součást tematických celků „Průpravná, kondiční cvičení“ a „Pohybové hry“.

Co by měl žák umět, vědět:

-zná základní pojmy označující používané náčiní, osvojované dovednosti, části hřiště a nejnámější sportovní hry

-zvládá základní způsoby házení a chytání míče (jiného náčiní) odpovídající hmotnosti

a velikosti

-chápe činnosti s míčem jako vhodné a emotivní činnosti a využívá je v pohybovém režimu (za pomoci učitele i rodičů)

3.-5. ROČNÍK

Poznatky a činnosti předcházející etapy jsou dále rozvíjeny a doplňovány následujícím učivem:

-základní pojmy osvojovaných činností, základní označení a vybavení hřišť

-základní role ve hře (obránce, útočník apod.), pravidla zjednodušených sportovních her (miniher – minibasketbal, miniházená, minikopaná)

-základní spolupráce ve hře

-základní organizace utkání – losování, zahájení utkání, počítání skóre, ukončení utkání;

-vhodné obutí a oblečení pro sportovní hry

-průpravné sportovní hry, utkání podle zjednodušených pravidel

-udržet míč pod kontrolou družstva, dopravit míč z obranné poloviny na útočnou a zakončit střelbou, řešit situaci jeden proti jednomu

-přihrávka jednoruč a obouruč (vrchní, trčením, přihrávka vnitřním nártem (po zemi, obloukem)

-vedení míče (driblinkem, nohou)

-střelba jednoruč a obouruč na koš, střelba jednoruč ze země na branku, střelba vnitřním nártem na branku (z místa i z pohybu, vyvolenou rukou, nohou)

Co by měl žák umět vědět:

-uvědomuje si význam sportovních her pro rozvoj herních dovedností a herního myšlení (tvořivosti)

-zná základní pojmy osvojovaných činností

zvládá konkrétní hry se zjednodušenými pravidly a dovede je využívat samostatně nebo za pomoci učitele

-dovede zaznamenat výsledek utkání a pomáhat při rozhodování

-zvládá elementární herní činnosti a dovede je využít v základních kombinacích i v utkání podle zjednodušených pravidel

-chápe základní role a hráčské funkce v družstvu a dodržuje je v utkání (za pomoci učitele), uplatňuje zásady fair play jednání ve hře

Škola vybírá podle podmínek minimálně dvě sportovní hry. Doporučují se i softball, korfbal, ringo, florbal, lední hokej, ringet, tenis, stolní tenis, lacros aj.

(KLIMTOVÁ, 2006)

(Rámcové vzdělávací programy. *Výzkumný ústav pedagogický v Praze* [online]. ©2010. [cit. 30. 7. 2012].

Dostupné z: <http://www.vuppraha.cz/ramcove-vzdelavaci-programy/zakladni-vzdelavani>)

2.3.3 Školní vzdělávací program

Školní vzdělávací programy si vytváří každá škola podle zásad stanovených v příslušném Rámcovém vzdělávacím programu. Pro jejich tvorbu mohou školy využít tzv. Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů, který je vytvářen ke každému Rámcovému vzdělávacímu programu. Manuál seznamuje s postupem tvorby Školního vzdělávacího programu a uvádí způsoby zpracování jeho jednotlivých částí s konkrétními příklady.

(KLIMTOVÁ, 2006)

(Rámcové vzdělávací programy. *Výzkumný ústav pedagogický v Praze* [online]. ©2010. [cit. 21. 9. 2011]. Dostupné z: <http://www.vuppraha.cz/ramcove-vzdelavaci-programy>)

Každá konkrétní základní škola tak má větší či menší prostor vycházející z RVP, jak může do svého ŠVP zahrnout existenci sportovních her dle svého zaměření, podmínek, zvyklostí...

Škola vybírá podle podmínek minimálně dvě sportovní hry. V RVP ZV se doporučuje k výběru i softball, korfbal, ringo, florbal, lední hokej, ringet, tenis, stolní tenis, lacros aj.

2. 4 Netradiční sportovní hra ringo

2.4.1 Historie ringa

Některá historická fakta o této netradiční sportovní hře již byla zmíněna. Pro úplnost je ještě doplníme některými novými informacemi.

Kořeny hry ringo lze najít mezi zájemci o míčové hry na palubách lodí. „Málo prostoru, kymácivá paluba a snadná ztráta daleko odbitého míče vedly k jeho nahrazení kroužkem. Různé obměny přehazování kroužku přes síť nesly názvy „deck tennis“, „ring tennis“ či „ring volleyball“.“ (Táborský F., 2004, str. 74). Koncem 20. let 19.

století bylo ringo přeneseno z venkovního prostředí do hal (hlavně v Německu). Tato sportovní hra vznikla jako doplňkový sport šermířského tréninku v 70. letech minulého století v Polsku. Došlo k vytvoření sportovních pravidel, o která se zasloužil již zmiňovaný Włodzimierz Strzyzewski. V roce 1993 k založení IRF. (TÁBORSKÝ 2004, KOLÁŘ et al. 2004)

2.4.2 Český klub ringa

V České republice funguje Český klub ringa /ČKR/, který poskytuje zájemcům o tento sport informace o sportovních i rekreačních pravidlech. Zajišťuje informace a rady o soutěžích, možnosti získání rozkládacích ringo hřišť a kroužků. Poskytuje informace o členství v klubu.

Na webových stránkách Českého klubu ringa najdou zájemci o tento sport sportovní i rekreační pravidla této netradiční sportovní hry. Obrázky s bližšími informacemi a požadavky na rozměr a podobu hřiště, lanka s vlaječkami, kroužku. Nákresy letu kroužku.

Pro informovanost čtenáře si dovolíme uvést rekreační pravidla ringa – jak jsou prezentována na webových stránka ČKR – která se nám stala východiskem pro tvorbu modifikovaných pravidel použitelných pro výuku na I. stupni ZŠ.

2.4.3 Rekreační pravidla hry ringo

1. Cíl hry

- účelem hry je umístit kroužek do hřiště soupeře
- hraje se nejlépe s uvnitř dutým gumovým kroužkem

2. Kategorie

- jednotlivci (jeden proti jednomu) – jedním kroužkem
- dvojice a trojice – dvěma kroužky současně

3. Rozměry hřiště

- dvojice a trojice 9x18 m, síť ve výšce 243 cm (stejně rozměry hřiště jako pro volejbal)
- jednotlivci 8x18 m, síť ve výšce 243 cm
- žactvo do 11 let 6x12 m, síť ve výšce 200 cm
- žactvo a dorost do 15 let 8x16 m, síť ve výšce 243 cm

4. Zahájení hry

- postavení hráčů na hřišti je libovolné
- hra začíná podáním jednoho z hráčů
- podávat lze z libovolného místa zadní čáry vlastní poloviny hřiště
- u dvojic a trojic podávají obě strany současně na signál k zahájení hry (tlesknutí, písknutí, slovní povel “hra”, apod.)
- hráči se na podání střídají, každý z hráčů podává 3x po sobě (opakované podání se nepočítá)
- jestliže některý z kroužků při podání tečuje síť, podání se opakuje

5. Počítání bodů

- body se získávají či ztrácejí za každou chybu (neexistují ztráty)
- body se započítávají za každý kroužek, tzn., že jedna strana může získat najednou dva body nebo každá strana jeden bod
- zápasy se hrají do 15 bodů, k vítězství stačí rozdíl jednoho bodu (15:14)
- strana (hráč), která hodila kroužek do autu či do sítě (pod sítí) či jinak se provinila proti pravidlům, ztrácí bod
- srazí-li se dva kroužky hozené z protilehlých stran hřiště, body se nepřipočítávají a podání se opakuje

6. Chytání a zpracování kroužku

- kroužek lze chytit libovolnou rukou, odhodit se však musí tou rukou, kterou byl chycen (nesmí se přendávat z ruky do ruky)
- spoluhráči si nesmějí kroužek mezi sebou přihrávat
- vypadne-li hráči kroužek z ruky, může jej znovu chytit rukou sám nebo jej může libovolnou rukou chytit spoluhráč
- není dovoleno se kroužkem dotknout jakékoli části svého těla, těla spoluhráče, hřiště nebo sítě
- kroužek se při chytání nesmí navléci na ruku

7. Odhazování kroužku

- hráč s kroužkem smí udělat jeden krok a vykročit, ale před došlápnutím na zem musí kroužek odhodit

- kroužek se nesmí odhazovat ve výskoku
- chytat a odhazovat kroužek se může i mimo hřiště, avšak hozený kroužek musí letět nad sítí mezi stojany
- pohyb ruky držící kroužek musí být plynulý, není dovoleno mást
- kroužek nesmí být hozen svisle směrem letu a nesmí se otáčet přes vodorovnou osu (dělat kotrmelce)

8. Skleněná zeď

- hráčům není dovoleno přesáhnout jakoukoliv částí těla středovou čáru hřiště, ani se jí dotknout.“

(Rekreační pravidla hry ringo. *Ringo* [online]. Ostrava: Český klub ringa, ©2007. [cit. 20. září 2011].

Dostupný z: <http://www.ringo.cz/Rekreacni-pravidla-hry-ringo/Default.aspx>

3 CÍL A ÚKOLY

3.1 Cíl práce

Navrhnout a zrealizovat průpravné činnosti (průpravná cvičení, herní cvičení, průpravné hry) pro zdokonalení herních dovedností sportovní hry ringo, hru ringo s využitím modifikovaných pravidel hry s ohledem na podmínky výuky na I. stupni základních škol.

3.2 Úkoly ke splnění práce

1. vypracování zásobníku pro zdokonalení herních dovedností, který obsahuje návrh průpravných činností (průpravná cvičení, herní cvičení, průpravná hra)
2. praktická realizace činností (viz. zásobník: průpravné činnosti – kapitola 4.6, hra ringo – kapitola 4.7) na ZŠ Stod s následnou reflexí, pořízením obrazového materiálu (fotodokumentace, videonahrávek)
3. realizaci činností v praxi postavit na modifikovaných pravidlech hry s následnou reflexí užití takto upravených pravidel

4. vypracovat přehledný a srozumitelný materiál informující o nové sportovní hře, který usnadní počáteční nejasnosti v oblasti metodiky, zásobníku, aktivit..., nabídne přehlednou formou základní informace o hře ringo, bude jakousi „kuchařkou“, která neoznamuje přesný návod, ale poukazuje na různé možnosti, zkušenosti, způsoby řešení...

4 PRAKTICKÁ ČÁST

4.1 Ringo na I. stupni ZŠ

4.1.1 Hrajme ringo

Proč hrát s žáky na primárním stupni ZŠ tuto netradiční sportovní hru?

Mezi její pozitivna patří následující fakta:

- Jedná se o hru, které vznikla v nedávné době v našem sousedství.
- Určitými prvky je příbuzná s našimi tradičními hrami.
- Její pravidla i charakter vycházejí z i u nás tradičně hraných sportovních her s míčem.
- Modifikovaná pravidla jsou dobře zapamatovatelná, jednoduchá.
- Rozvíjí celkovou tělesnou zdatnost (postřeh, rychlost reakce, prostorovou orientaci, obratnost, vytrvalost, rychlost, rychlou změna pohybu...).
- Nenáročná technika.
- Hra v duchu fair play.
- Variabilní počet hráčů.
- Blízký horizont vlastní hry, utkání (prvek soutěživosti).
- Minimální požadavky na materiálové vybavení.
- Hrát lze uvnitř i venku.
- Vynikající sportovní hra nejen pro žáky (letní tábory, s rodiči).
- Zábavná hra s kroužkem pro zájemce různých věkových kategorií (žáci, mládež, rodiče, senioři).

(KOLÁŘ et al. 2004)

4.1.2 Formování osobnosti žáka

Z psychologicko-vývojového hlediska je hra v období mladšího školního věku životní potřebou dítěte. Tvoří základ jeho zdravého vývoje. Dítě se ve hře setká s prvky soupeření i kooperace. V tomto období má dítě silnou potřebu pohybové aktivity, jedná

se o období snadného motorického učení. Toto období je senzitivním obdobím pro rychlost a obratnost.

Avšak s přestupem dítěte z mateřské školy do 1. třídy ZŠ dochází k paradoxu. Se vstupem do školy se děti stávají žáky, na které jsou z jejich pohledu kladeny nelehké požadavky: pevně daný režim, kázeň, soustředění, plnění úkolů, přizpůsobení se změnám, nové sociální role, nový způsob komunikace.... Tyto požadavky jsou spojeny s omezením a se snížením pohybové činnosti. Sedavý způsob výuky, domácí příprava, nespportovně zaměřené mimoškolní aktivity, sledování televize, práce na počítači...jsou dalšími faktory, které přispívají k menší pohybové aktivitě dítěte.

Využijme tedy maximálně efektivně, intenzivně a aktivně hodiny TV. Netradiční sportovní hra ringo nám může být velice vhodným prostředkem všestranného rozvoje osobnosti dítěte. Prostředkem k zdokonalování jeho fyzických a psychických vlastností, ... rozvoje pohybových schopností a dovedností, komunikace, kooperace, kolektivního jednání, samostatnosti, odpovědnosti, formování charakteru.... Svými pravidly nabízí ringo, tak jako ostatní hry i přes svoji netradičnost, dětem určitou „jistotu“ v řádu světa – životě, kterou děti potřebují.

4.1.3 Postavení pedagoga

Pedagog na I. stupni ZŠ má „umět“ získat zájem žáků pro svoji činnost, vzbudit v nich vnitřní motivaci. Má být vzorem svým chováním, jednáním, svým zevnějškem. Ve výchovně-vzdělávacím procesu je nejen zainteresovaným, aktivizujícím odborníkem. Je i učitelem, který je s žáky v přátelském vztahu, umí vyslechnout jejich přání, trápení....

„Žák ať pracuje, učitel ať vede.“ V duchu tohoto pojetí J. A. Komenského by měl být učitel tím, kdo vede, ukazuje, vysvětluje, podněcuje... (ALT, 1955, str. 81). Být partnerem, rádcem. Být nejen dobrým pedagogem, ale i psychologem, empatickým člověkem. Umět improvizovat, být pozitivně naladěný, mít nadhled.... Jak píše J. A. Komenský: „Veselé nálady je třeba, aby se nedostavilo znechucení nebo ošklivost, pravý to mor vyučování.“ (JŮVA et al., 2001, str. 74).

Netradiční sportovní hra ringo otevírá učitelům nové možnosti, jak formovat osobnost žáka po stránce fyzické i psychické. Ringo se může stát vhodným diagnostickým prostředkem v hodinách TV (kooperace, komunikace, úroveň pohybových schopností a dovedností).

Ringo svým charakterem nabízí emotivnost, netradičnost, kooperaci, samostatnost, zodpovědnost, tvořivost.... Záleží na osobnosti pedagoga, jak tuto nabídku zúročí v přímé práci s žáky.

4.1.4 Prostorové nároky, materiální vybavení

Ringo lze hrát celoročně, s minimálními prostorovými nároky. Venku pro hru ringo stačí jakákoli rovná, ovšem nejlépe travnatá plocha. Možné je využití přenosného rozkládacího hřiště (příloha č. 2), plochy volejbalového hřiště. Ve vnitřních prostorách (haly, tělocvičny) využíváme hřiště a síť na odbíjenou. Vnitřní prostor lze lankem či šňůrkou s praporky předělit na šířku na několik menších hřišť. Tato varianta je vhodná ve fázi nácviku při větším počtu hráčů.

Materiální vybavení pro hru ringo (příloha číslo 5):

- ringo kroužky (originál – gumový dutý kroužek s dírkou, možnost různého barevného provedení, pro hru 1 či 2 ks, ve fázi nácviku větší počet kroužků odpovídající počtu hráčů, skupin)
- volejbalová síť (vhodnější než lanko, kroužek jdoucí pod úroveň sítě se o ni zachytí – u lanka tomu tak není), stojany umístěné mimo prostor hřiště
- síť široká minimálně 15 cm, opatřená nahoře páskou
- lanko či šňůra, guma s praporky (variabilita rozdělení vnitřního prostoru)
- přenosné hřiště pro hru ringo (na těchto hřištích se hraje i oficiální mistrovství ČR)
- píšťalka
- desky, papír, tužka
- žlutá a červená karta

4.2 Modifikovaná pravidla pro využití na I. stupni ZŠ

4.2.1 Inspirační zdroje

Při tvorbě modifikovaných pravidel pro využití na I. stupni ZŠ jsme vycházeli z rekreačních pravidel hry ringo. Dalšími inspiračními zdroji nám byla pravidla přehazované a odbíjené.

Rekreační pravidla hry ringo se svými specifiky (hra s kroužkem, kroužek se nesmí odhazovat ve výskoku, nesmí se při chytání navléci na ruku...) udala modifikovaným pravidlům přitažlivost netradiční sportovní hry.

Přehazovaná se nám stala se svými pravidly dobrým základem pro vybudování jasných a srozumitelných modifikovaných pravidel hry ringo proto, že jsou s nimi žáci již většinou obeznámeni. Mají je zažité prakticky přímo ze hry. Žáky oblíbená a hojně hraná přehazovaná se tak stává pro naše záměry hrou průpravnou.

Pravidla volejbalu nás inspirovala z praktického důvodu. Po přechodu na II. stupeň ZŠ budou moci žáci navázat na již osvojené základy pravidel volejbalu (body, zahájení hry, postavení hráčů...). Budou moci prostřednictvím transferu využít získané pohybové dovednosti, uplatnit své poznatky a zkušenosti v oblasti taktiky hry...

Modifikovaná pravidla tak vycházejí ze tří druhů sportů: ringa, přehazované, volejbalu.

Cílem modifikovaných pravidel je:

- Otevřít netradiční sportovní hře ringo dveře tělocvičen na I. stupni ZŠ. Vytvořit jí podle požadavků RVP na úrovni školního kurikula (ŠVP) stabilní pozici mezi preferovanými sportovními hrami.
- Pedagogům nabídnout novinku ve výuce tělesné výchovy, učivu sportovních her: netradiční sportovní hru, kterou lze začít hrát kdykoli a kdekoli s minimálními požadavky na prostor, materiálové vybavení...
- Poskytnout jasné, přesné, srozumitelné a jednoduché informace – pravidla hry – pro všechny zúčastněné.
- Umožnit všem zájemcům pochopit v co nejkratší době podstatu hry. Hru si oblíbit.
- Představit žákům hru ringo jako sportovní hru netradiční, zajímavou, plnou změn. Jako hru s dobře pochopitelnými pravidly.
- Vzbudit u žáků kladný zájem o novou pohybovou aktivitu v hodinách tělesné výchovy.
- Pozitivně posílit vztah žáků ke sportovním hrám.
- Prostřednictvím transferu dosavadních znalostí, dovedností a vědomostí žáků zefektivnit výuku.

Modifikovaná pravidla hry ringo jsou jednou z kapitol této „kuchařky“.

4.2.2 Kriteria modifikace

1. srozumitelný praktický informační didakticko-metodický materiál využitelný ve výuce TV na I. stupni ZŠ
2. efektivní, intenzivní využití vyučovací jednotky (VJ)

3. efektivní, intenzivní aktivní činnost žáků ve VJ
4. inspirační zdroje (ringo, přehazovaná, volejbal)
5. variabilita využití dle konkrétních podmínek

Vzhledem k výše uvedeným kritériím je **modifikace pravidel hry ringo nejvíce patrná v těchto bodech:**

- kategorie, počet hráčů
- další zúčastněné osoby-rozhodčí, zapisovatel
- hrací plocha
- postavení hráčů
- společný předmět - počet kroužků
- pomocné vybavení
- rozhodčí
- zahájení hry
- podání
- teč při podání
- počítání bodů
- hrací doba
- tresty

4.2.3 Modifikovaná pravidla hry ringo

Možnosti využití:

1. **v plném znění** – turnaje, soutěže (třídní, školní, mimoškolní a meziškolní úroveň aktivit, aktivity oficiálně organizované nějakou zastřešující sportovní institucí)
2. **neúplné znění** – průpravné cvičení, herní cvičení, průpravné hry (vychází z konkrétních podmínek, možností, stanovených cílů hodin tělesné výchovy)

Legenda:

(R)-specifika hry ringo

(P)-inspirace pravidly přehazované

(V)-inspirace pravidly volejbalu



Obrázek č. 1 – Hrajeme fair play (KOLÁŘ et al. 2004)

1. Cíl hry

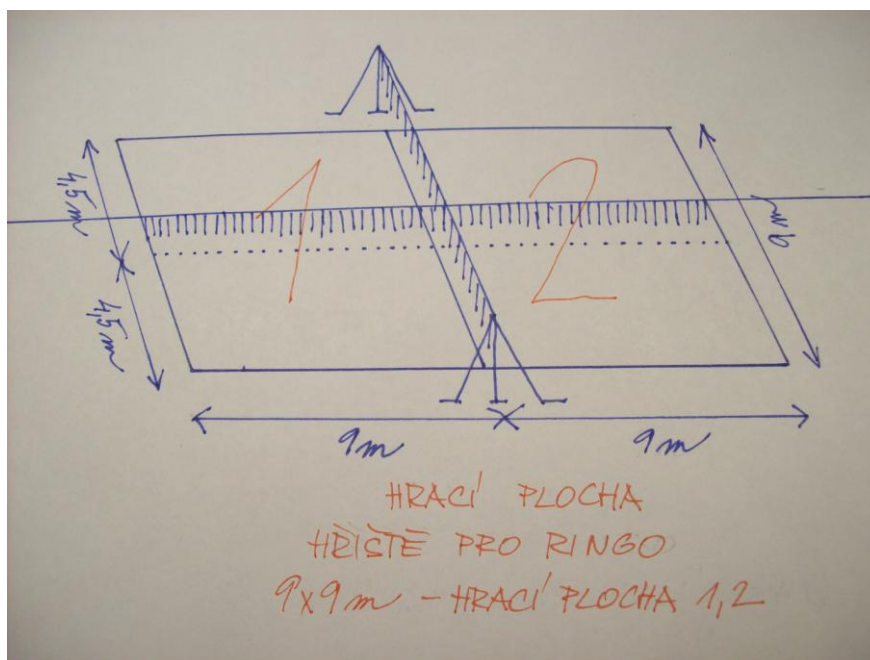
Dvě čtyřčlenná družstva, popř. dvě dvoučlenná družstva (malotřídní školy, menší počet žáků, velký prostor tělocvičny-efektivní rozdělení hrací plochy, zintenzivnění výuky) – každé na své oddělené polovině hřiště (V, P) – hrají proti sobě s jedním nebo s dvěma kroužky (R) tak, aby povoleným způsobem umístili kroužek do hřiště soupeře (V, P). Soupeř jej nedokázal zpracovat, jak určují pravidla hry.

2. Kategorie, počet hráčů, další zúčastněné osoby

- kategorie smíšená (věková i pohlavní heterogenost třídy)
- čtyřčlenné družstvo, popř. tříčlenné, dvoučlenné
- rozhodčí (viz. níže)
- zapisovatel (tuto funkci lze udělit některému z žáků, nemusí být vždy určena)

3. Rozměry hrací plochy, čáry

- rovná hrací plocha s vhodným povrchem (tělocvična, antuka, tráva apod.)
- tvar čtverce: 9x9 m (Plochu volejbalového hřiště rozdělíme další sítí, lankem s praporky... podélně. Vzniknou dvě hřiště oddělená od sebe volejbalovou sítí o velikosti 9x9 m – obrázek č. 2. Větší prostor lze dělit dle konkrétních podmínek variabilněji s použitím různých sítí, lan...obrázek č. 3, 4)



Obrázek č. 2 – Hrací plocha

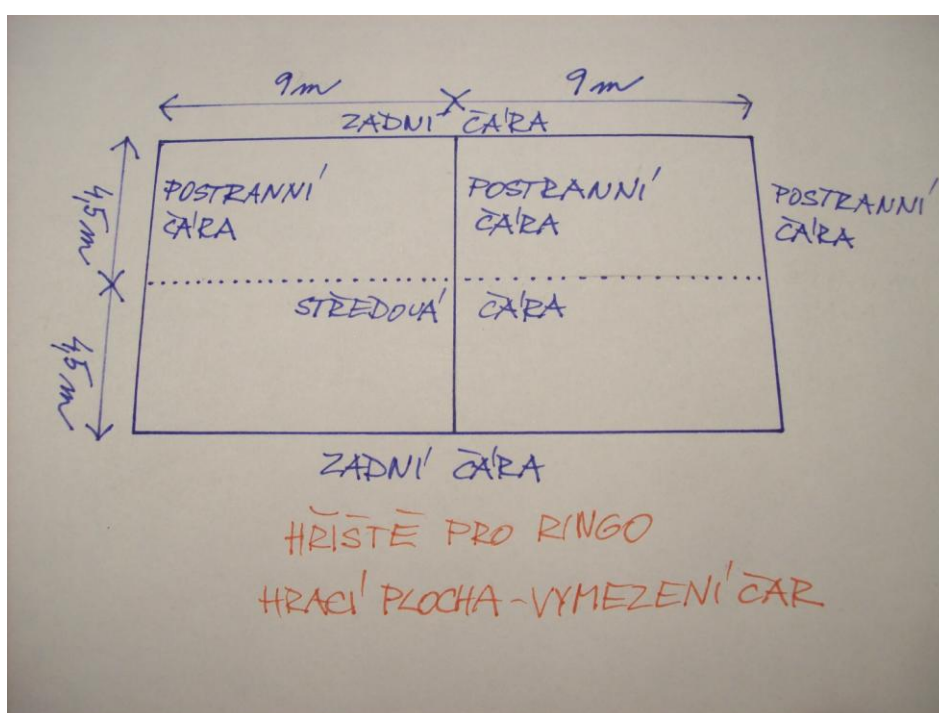


Obrázek č. 3 – Variabilní předělení prostoru hřiště



Obrázek č. 4 – Variabilní předělení prostoru hřiště (sít, šňůra s praporky)
(KOHOUTOVÁ, 2009 – křížová přehazovaná)

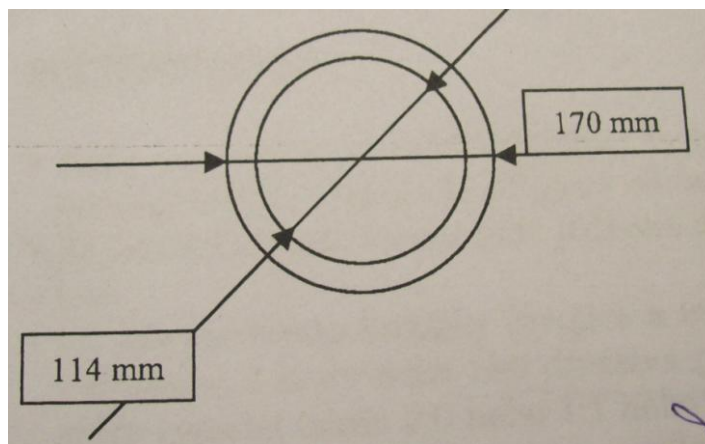
- hřiště vyznačeno základními čarami: středovou, postranní a zadní (čáry patří do prostoru, který ohraničují) – obrázek č. 5
- dle využívaného prostoru: možnost vyznačení čar barevnou tlustou izolepou – vznik provizorní hrací plochy mimo standardní volejbalové hřiště
- středová čára (V, P) – „skleněná zeď“ (R): hráčům není dovoleno přesáhnout jakoukoli částí těla středovou čáru hřiště, ani se jí dotknout (bodový zisk pro soupeře)



Obrázek č. 5 – Čáry

4. Společný předmět

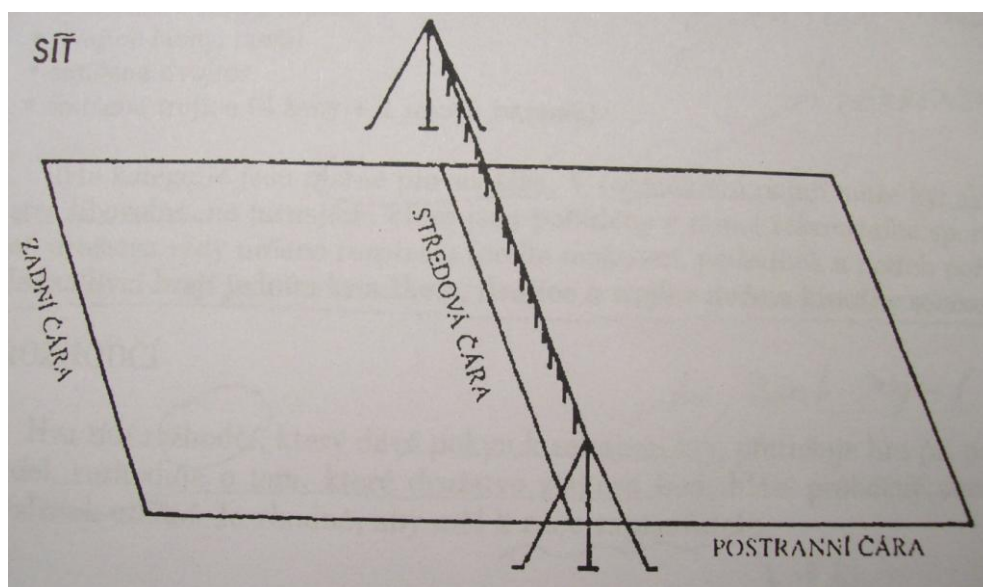
- kroužek (R) z měkké gumy, uvnitř dutý, vyroben z trubice o výšce 2,8 cm, vnější průměr 17 cm, vnitřní průměr 11,4 cm (tolerance 0,2 cm), hmotnost 160 až 165 g – obrázek č. 6
- kontrastní barva kroužků při hře s dvěma kroužky (R)
- hra s jedním kroužkem (1.-5. třída ZŠ - dvoučlenná družstva), hra s dvěma kroužky (hraje se s nimi současně (R) – 4.-5. třída ZŠ (čtyřčlenná družstva))



Obrázek č. 6 – Rozměry ringo kroužku (KOLÁŘ et al. 2004)

5. Pomocné vybavení

- volejbalová síť (či dále uvedené alternativy) nad středovou čarou (V) ve výšce 200cm (R) nad zemí, další síť (či některou z alternativ) se rozdělí prostor volejbalového hřiště na hřiště pro hru ringo – viz. obrázek č. 2 – hrací plocha
- lze využít i lanko, šňůru či gumu (pro větší viditelnost opatřit praporky) (R), lze využít i síť širokou minimálně 15 cm (R) opatřenou nahoře páskou – viz. obrázek 7, 8



Obrázek č. 7 – Síť (lanko s praporky) (KOLÁŘ et al. 2004)



Obrázek č. 8 – Šňůra s praporky

- stojany umístěné mimo hrací plochu (V, P)
- praktické pro venkovní plochy (louka, zahrada, školy v přírodě...) je využití přenosného rozkládacího hřiště (R) – možnost rozdělení na dvě hrací plochy, čáry jsou textilní pás (viz. příloha č. 2)

6. Rozhodčí

- jeden rozhodčí (pedagog) či dva rozhodčí (V) se stejnými právy (R) (pedagog a žák dobře znalý pravidel, dva žáci – hodiny tělesné výchovy)
- dva rozhodčí se stejnými právy (R) (pedagogové – turnaje, soutěže)
- pomocný rozhodčí (R) (zvolen na základě rozhodnutí pedagoga z řad žáků, hlídá čáry – v hodinách tělesné výchovy)
- rozhodčí dává pokyn k zahájení hry (slovní pokyn – „hra“, zvukový signál – píšťalka, popř. další smluvený signál – zvednutá paže s ringem...), hru přerušuje při porušení pravidel, uděluje družstvům body, hlásí průběžný stav a konečný výsledek utkání (možnost mít k ruce zapisovatele (V) – žáka)

Hra ringo se řadí mezi tzv. „gentlemanské“ sporty. Při porušení některého z pravidel učíme žáky, aby si tuto skutečnost postupně uvědomovali. Po získání zkušeností a určité hráčské vyspělosti aby porušení pravidel sami přiznali – odhodili kroužek na zem (bod pro soupeře).

7. Zahájení hry, postavení hráčů

- postavení hráčů na hřišti:
 - -čtyřčlenná družstva: postavení do kosočtverce (V, P – bez zadních hráčů) – obrázek č. 9
 - -dvoučlenná družstva: jakékoli postavení (V plážový) – dle domluvy hráčů (např. podélné či příčné optické rozdělení prostoru na dvě poloviny)
- hra začíná na pokyn rozhodčího (viz. výše), nestane-li se tak, podání se opakuje podáním jednoho z hráčů (V, P)
- při hře s dvěma kroužky podávají obě strany současně (R)



Obrázek č. 9 – Postavení čtyřčlenného družstva

8. Podání

- podávat lze z libovolného místa ze zadní čáry vlastní poloviny hřiště
- v době odhodu kroužku musí podávající hráč stát alespoň jednou nohou na zemi (nelze podávat ve výskoku – toto pravidlo platí i při hře) (R)
- přešlap, dotyk zadní čáry je považován za chybu (V, P)

- každý z hráčů podává tak dlouho, dokud jeho družstvo boduje (P)
- při porušení pravidel podávající stranou získává bod i podání družstvo druhé (soupeř) (V,P)
- hráči se na podání po chybě soupeře a získání bodu pro své družstvo střídají – točí ve směru hodinových ručiček (bez ztrát, jen změna podání) (V, P) – čtyřčlenná družstva, podávající je předem znám – dle domluvy pořadí postupu na podání před začátkem hry – dvoučlenná družstva (V plážový)
- srazí-li se dva kroužky hozené z protilehlých stran hřiště, body se nepřipočítávají, podání se opakuje (R)

Teč při podání:

- jestliže při hře s jedním kroužkem kroužek při podání tečuje síť, podání se opakuje (V, P), dopustí-li se podávající hráč „teče“ podruhé, získává bod soupeř (R)
- jestliže při hře s dvěma kroužky zahraje podávající hráč „teč“ a kroužek dopadne do hřiště soupeře, jedná se o tzv. „mrtvý kroužek“ (R, kroužek se nepočítá, hra pokračuje dál s jedním kroužkem), dopadne-li kroužek mimo hřiště nebo na středovou čáru, získává bod soupeř

9. Počítání bodů

- za každou chybu, kterou hráč jednoho družstva udělá, získá bod soupeř – zisk či ztráta bodů za každou chybu (P) (neexistují ztráty)
- při hře dvěma kroužky se body započítávají za každý kroužek, tzn., že jedna strana může získat najednou dva body nebo každá strana jeden bod (skóre jedné výměny může být: 2:0, 1:1, 0:2)(R)
- výjimkou je tzv. „mrtvý kroužek“- viz. teč při podání
- zápasy se hrají do 15 bodů, k vítězství stačí rozdíl jednoho bodu (R) (15:14), na dva vítězné sety (V, P)
- strana, která hodila kroužek do autu či do sítě (pod sítí) či jinak se provinila proti pravidlům, ztrácí bod (chyba: bod pro soupeře)
- srazí-li se dva kroužky hozené z protilehlých stran hřiště, body se nepřipočítávají a podání se opakuje
- hra končí v okamžiku, kdy jedno z družstev získá patnáctý bod (i v případě, že druhý kroužek je ve hře) (R)

10. Hrací doba

- utkání se hraje do 15 bodů (R, k vítězství stačí rozdíl jednoho bodu – 15:14), na dva vítězné sety (2:0, 2:1) (V, P)
- hra končí v okamžiku, kdy jedno z družstev získá patnáctý bod (i v případě, že druhý kroužek je ve hře) (R)

11. Změna stran

- hra s jedním kroužkem: po dosažení osmého bodu jedním z družstev
- hra se dvěma kroužky: po dopadu obou kroužků na zem, např. za stavu 9:7

12. Chytání a zpracování kroužku

- chytat kroužek se může i mimo hřiště, avšak hozený kroužek musí letět nad sítí mezi stojany
- kroužek lze chytit a přehodit rovnou přes síť na stranu soupeře či lze kroužek před odhodem zpracovat: jsou povolené maximálně dvě přihrávky, třetí hráč musí již přehodit kroužek přes síť (P, V)
- chytat kroužek lze ve výskoku (hráč smí do okamžiku odhození udělat dva kontakty se zemí: dopad, výkrok), běhu (s kroužkem smí udělat maximálně tři brzdící kroky či jen vykročit), na místě (vykročení), pád na zem (kroužek se nesmí při dopadu hráče na zem dotknout hrací plochy..., hráč se může napřed postavit, odhodit)
- kroužek lze chytit libovolnou rukou, odhozen však musí být tou rukou, kterou byl chycen (nesmí se přendat z ruky do ruky) (R)
- vypadne-li hráči kroužek z ruky, může jej znovu chytit stejnou rukou sám nebo jej může libovolnou rukou chytit spoluhráč (obdoba záchrany života ve vybíjené)
- není dovoleno se kroužkem dotknout jakékoli části svého těla, těla spoluhráče, hřiště nebo sítě (R)
- kroužek se při chytání nesmí navléci na ruku (R)
- chytí-li kroužek dva hráči, musí jej přes síť odhodit pouze jeden z nich

13. Odhazování kroužku

- při odhození musí kroužek rotovat kolem své osy – napodobovat let disku (kroužek nesmí být hozen svisle směrem letu (tzv. sekera) a nesmí se otáčet přes vodorovnou osu (R)
- na soupeřovu stranu musí přeletět nad sítí v prostoru nad středovou čarou

- při odhodu kroužku je povolen jen výkrok (P), ale před došlápnutím na zem musí hráč kroužek odhodit
- kroužek se nesmí odhazovat ve výskoku (ani při podání) (R)
- odhazovat kroužek se může i mimo hřiště, avšak hozený kroužek musí na soupeřovu stranu přeletět nad sítí mezi stojany
- kroužek při odhodu (mimo podání) může tečovat sít' (P, V)
- při odhodu kroužku je povolen jeden nápřah
- pohyb ruky držící kroužek musí být plynulý, odhod musí být dokončen (není dovoleno touto rukou mást, klamání je dovoleno pouze tělem nebo volnou rukou)(R)

14. Čas držení kroužku

- hráč, který kroužek chytil, ho nesmí držet déle než 3 vteřiny (P), rozhodčí hlídá plynulost hry
- hra s jedním kroužkem: pokud hráči drží kroužek např. z taktických důvodů delší dobu (pasivně stojí), začne rozhodčí odpočítávat 3 vteřiny, během kterých musí být kroužek odhozen, pokud tomu tak není, získává soupeř bod
- hra s dvěma kroužky: čas se začíná počítat, jakmile jsou oba kroužky v klidu, počítání se nesmí přerušit, dokud nejsou odhozeny oba kroužky

15. Tresty

- nesportovní chování (urážky rozhodčího, soupeře) je trestáno napomenutím hráče (žlutá karta) (V) – viz. příloha č. 5
- druhé napomenutí (červená karta) (V) je spojené s diskvalifikací hráče

Nejčastější chyby:

- předání kroužku z ruky do ruky
- chycení kroužku oběma rukama
- nepovolený dotyk kroužkem
- navlečení kroužku na ruku (obrázek č. 10)
- hra ve výskoku, kroky...

(TÁBORSKÝ 2004, KOLÁŘ et al. 2004, VRBATA 1997, VRBATA 1998)



Obrázek č. 10

Navlečení kroužku na ruku



Obrázek č. 11

Chycení kroužku oběma rukama

Naším cílem není naučit žáky během jedné hodiny všem pravidlům. Naším záměrem je během průpravných činností, hry žáky postupně pravidlům učit. Vyberme z pravidel ta pravidla, která již znají a připomeňme si je. Dále ta nejdůležitější - specifická pro tuto sportovní hru. Vysvětleme si je, prakticky ukažme jak ano, jak ne. V průběhu jakékoliv činnosti dbejme na dodržování již řečených pravidel. Nová pravidla přidávejme postupně, zaživejme je prakticky-v návaznosti na činnosti samotné. Buďme trpěliví při pokládání problémových otázek: debatujme, připomínejme, opakujme, vysvětlujme, ukazujme, důsledně dodržujme. Chtějme, aby žáci sami přemýšleli, dávali si do souvislostí. Tak se stanou sami brzy rozhodčími. Osvojení pravidel je touto cestou pomalejší, náročnější, leč ve výsledku bude efektivnější, trvalejší.

4.2.4 Variabilní využití v praxi

Cílem těchto úprav je nabídnout žákům netradiční sportovní hru, ve které budou v co možná nejvyšším počtu efektivně, aktivně a intenzivně zapojeni všichni účastníci hodin tělesné výchovy. Zkušenému pedagogovi, který zná dobře kolektiv žáků, nebude činit problém přizpůsobit se nejen daným prostorovým podmínkám konkrétní ZŠ, ale i dalším aktuálním podmiňujícím okolnostem (celkový počet žáků ve třídě, počet cvičících, necvičících, prostřídání „rolí“ žáků).

Vezmeme-li v úvahu prostorové vybavení většiny školních tělocvičen a budeme-li počítat s menšími prostory, může pedagog dle takto pojatých pravidel rozdělit „plochu volejbalového hřiště“ (plocha malé tělocvičny) minimálně na dvě hřiště pro ringo. Při hře čtyřčlenných družstev tak dojde k zapojení 16 žáků. Role rozhodčích se mohou zúčastnit další 2-4 hráči. Funkce zapisovatele se mohou zhostit další 2 žáci. Každé z družstev může ještě disponovat 1 náhradníkem, hráči se během hry „točí“. Pedagog touto volbou může aktivně zapojit až 26 žáků (role rozhodčího, zapisovatele je možno obsadit necvičícími žáky, při obsazování žáků do jednotlivých „rolí“ pedagog přihlédne ke všem podmínkám).

Počet aktivně zapojených žáků se může dále navýšit i níže navrženým způsobem. Dovolují-li to prostorové podmínky, rozdělí pedagog plochu tělocvičny na tři hřiště pro ringo. Cvičících hráčů lze takto zapojit 24. Dalších 3-6 cvičících či necvičících žáků může vykonávat funkci rozhodčího, popř. 1-3 osoby funkci zapisovatele.

V malotřídních školách, popř. třídách s menším počtem žáků lze zvolit variantu dvoučlenných družstev. Rozdělení prostoru na dvě a více hřišť.

Během VJ je nutné žáky ve „fyzicky pasivnějších rolích“ (zapisovatel, rozhodčí) pokud je to možné prostřídát. Tato výměna rolí učí postupně všechny žáky odpovědnému chování a přístupu, fair-play jednání. Rozvíjení pohybových schopností, získávání nových pohybových dovedností je tak spojeno s rozvojem vědomostí, znalostí, s formováním morálního postoje žáka. Prostřednictvím netradiční hry ringo dochází ke komplexnímu působení na osobnost jedince (pohybový-fyzický i formativní-psychický aspekt).

Pokud pedagoga limituje prostor tělocvičny (počet hřišť) lze nehrající či jinak nezúčastněné žáky zapojit v nevyužitých částech tělocvičny do doplňkových činností, pomocí úkolových karet – a vhodnými průpravnými či herními cvičeními...

Výše navrhovanými způsoby pedagog smysluplně zaměstná celou třídu – méně i více početnou – má dostatek času na koordinaci činnosti, pozorování... Namítne-li některý ze čtenářů, že je tento způsob organizace VJ náročný, souhlasím jen částečně. Pokud pedagog cíleně a od počátku všech činností nejen ve výuce TV požaduje od žáků aktivní přístup, osobní zainteresovanost, odpovědnost, dodržování určitých pravidel a spolupráci, není nemožné tomuto způsobu organizace činnosti žáky postupně učit. Pedagogovi se tak časem „vrací“ jeho promyšlený a cílený způsob vedení žáků, plánování...

4.3 Herní činnosti hry ringo

4.3.1 Házení kroužku

V závodní formě ringa se využívají tzv. „hody nad hlavou“, kterých je několik druhů. Jejich nácvik je náročný, takto odhozené kroužky mají neklidný let, špatně se chytají. Z uvedených důvodů se technice horních hodů věnovat nebudeme.

Naši pozornost zaměříme na **techniku spodních hodů**. Hodů, kdy ruka držící kroužek je před zahájením pohybu pod úrovní ramene, nejlépe v rovině pasu.

Hráč může házet kroužek:

1/ **bekhendem**: ruka držící kroužek je otočena dlaní vzhůru – viz. obrázek č. 12

2/ **forhendem**: ruka držící kroužek je otočena hřbetem vzhůru – viz. obrázek č. 13



Obrázek č. 12 – Házení: bekhend



Obrázek č. 13 – Házení: forhend

- Hráč drží kroužek mezi palcem a ukazovákem ruky.
- Zahajuje pohyb nápřahem paže s kroužkem v úrovni pasu – viz. obrázek č. 14.
- Pohyb paže je veden směrem vpřed a vzhůru.
- Kroužek je odhozen z napjaté paže v nejvyšším bodě dráhy jejího pohybu.
- Pomocí zápěstí a prstů uděluje hráč kroužku rotaci a to v okamžiku, kdy je kroužek vypouštěn z ruky.
- Směr pohybu paže určuje směr letu kroužku.
- Rychlost pohybu paže určuje rychlost kroužku a razanci hodu.

Shrnutí:

- kroužek mezi palcem a ukazovákem – viz. obrázek č. 13
- forhend, bekhend – technika spodních hodů – viz. obrázek č. 12, 13
- nápřah paže v úrovni pasu – viz. obrázek č. 14
- pohyb paže vpřed a vzhůru (směr letu)
- odhod z napjaté paže, v nejvyšším bodě
- rotace kroužku pomocí zápěstí a prstů při vypuštění
- rychlost kroužku a razanci hodu ovlivňuje rychlost pohybu paže



Obrázek č. 14 – Házení: nápřah paže

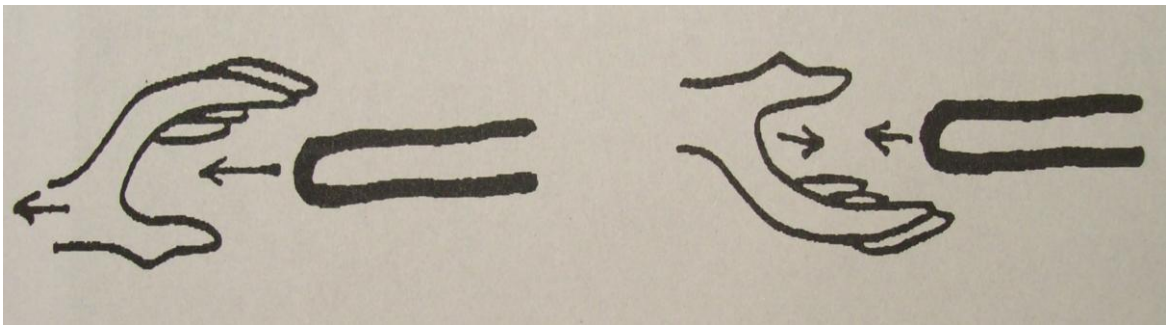
4.3.2 Chytání kroužku

Chytání kroužku dvojím způsobem (viz. obrázek č. 15):

- 1/ **pohybem souběžným s dráhou letu kroužku** (používá se při chytání tzv. „pomalých“ kroužků)
- 2/ **vstřícným pohybem dlaně** (kroužku jde ruka „naproti“, použití při prudkém razantním letu kroužku, kroužek se setrvačností deformuje do dlaně)

Shrnutí:

- pohybem souběžným s dráhou letu kroužku
- vstřícným pohybem dlaně



Obrázek č. 15 – Chytání kroužku:

pohyb souběžně s dráhou letu kroužku – 1. část obrázku vlevo

vstřícný pohyb dlaně – 2. část obrázku vpravo

(KOLÁŘ et al. 2004)

4.3.3 Nejčastější chyby a jejich náprava

HÁZENÍ KROUŽKU:

1. Nedostatečný švih zápěstí: kroužek nerotuje, má neklidný let

-uvědomění si práce zápěstí, prstů-rotace při vypouštění z ruky (využití netradičních pomůcek: papírové tácky kulaté, papírové talíře..., soutěž: kdo dohodí dál, klidný let kroužku...)

-ke správnému nácviku možno využít her ze zásobníku průpravných činností pro hru ringo: např. *Zóny, O nejdelší přihrávku, Nesnadné přihrávky, Bodovačka, Chytaná, Zaháněná*

2. Pohyb paže není veden vzhůru: kroužek nemá dostatečnou výšku, končí v síti

-uvědomění si pohybu směru paže - vpřed, vzhůru, spolupráce oko-ruka: vidím-ukážu-házím (hody přes, skrz, na „něco“- postavená zeď, zavěšená obruč, cíl ve výšce..., soutěživý prvek: body)

-ke správnému nácviku možno využít her ze zásobníku průpravných činností pro hru ringo: např. *Na třetího, Bodovačka, Křížové ringo, Chytaná, Válka s ringo kroužky*

3. Pomalý pohyb paže: hod je pomalý, krátký, lehce chytatelný

-zrychlení pohybu paže, větší razance hodu: chytíš můj hod, hod na cíl-komu sem spadne kroužek, dohodíš dál než já, využití lehkých netradičních pomůcek-viz. 1. bod, hra

-ke správnému nácviku možno využít her ze zásobníku průpravných činností pro hru ringo: např. *O nejdelší přihrávku, Bago-chytaná, Na třetího, Bodovačka, Chytaná, Zaháněná, Zóny*

CHYTÁNÍ KROUŽKU:

1. Špatné postavení ruky a prstů: správný úchop – hráč drží kroužek mezi palcem a ukazovákem

-manipulace s kroužkem, získání citu pro kroužek, hra

-ke správnému nácviku možno využít her ze zásobníku průpravných činností pro hru ringo: např. *Kuba řekl, Podávaná, Na obra a palečka, Přihraj kamarádovi, Vyber si přihrávku*

2. Pozdní sevření ruky kolem kroužku

-soutěživé činnosti: kdo chytí kroužek, komu kroužek nevypadne, manipulace s kroužkem spojená s rychlou aktivní reakcí

-ke správnému nácviku možno využít her ze zásobníku průpravných činností pro hru ringo: např. *Příhrávky v kruhu, Na osla, Bago-chytaná, Nesnadné příhrávky, Obratné chytání, Otoč se a chyt', Stíhací závod do kruhu, Křížové ringo, Honička proti ringo kroužku, Příhrávaná do kruhu, Stíhací závod do kruhu*

3. Ruka, která chytá kroužek není v pohybu (souběžném ani vstřícném), kroužek se odráží od dlaně

-uvědomělý nácvik techniky chytání: příhrávky ve dvojici, kdo si přihraje vícekrát....

-ke správnému nácviku možno využít her ze zásobníku průpravných činností pro hru ringo: např. *Přihráj kamarádovi, Vyber si přihrávku, Nesnadné příhrávky, Bago-chytaná, Příhrávaná do kruhu, Stíhací závod do kruhu*

Následkem výše uvedených chyb je vypadnutí kroužku z ruky - tj. s největší pravděpodobností bod pro soupeře (viz. pravidla).

(KOLÁŘ et al. 2004)

4.3.4 Základní metodika nácviku hry ringo

Máme-li k dispozici dostatečný prostor a dostatečné množství kroužků, je ideální variantou provádět průpravné činnosti ve dvojicích, popř. menších (popř. větších) skupinách žáků. Základním předpokladem úspěšné realizace průpravných činností je dostatečný počet kroužků.

Nácvik začínáme házením a chytáním kroužku ve dvojicích oběma rukama a oběma způsoby. Poté provádíme průpravné činnosti přímo na hřišti. Průpravné činnosti volíme dle aktuálních podmínek, záměrů pedagoga.

Nedovolíme žákům upevnit špatný herní návyk (pravidla) – např. kroky, přendávání kroužku, výskok...!

NÁCVIK:

- 1. házení** – technika spodních hodů, oba způsoby: forhend, bekhend
- 2. chytání** – dva způsoby: pohybem souběžně s dráhou letu kroužku, vstřícný pohyb dlaně
- 3. obě ruce** – pravá, levá

dále

- Postupně zvětšujeme vzdálenost mezi hráči.
- Průpravné činnosti zařazujeme nejprve ve statické pozici, poté po pohybu (vpřed, vzad, do stran, volně v prostoru). Nejprve ve stoji, poté ve snížených polohách.
- Zkoušíme postupně jednoduché techniky házení a chytání (technika spodních hodů: forhend, bekhend a chytání kroužku dvojitým způsobem: pohyb souběžně s dráhou letu kroužku, vstřícný pohyb dlaně).
- Průpravné činnosti – házení, chytání - provádíme dále v kruhu, menších skupinách.
- V další fázi procvičujeme hody přímo na hřišti se střídavým umístováním kroužku k zadní čáře a krátce za síť (zvykáme si na rozměr hřiště, výšku sítě). Neházíme z výskoku, pouze nákok (viz. pravidla)!
- Nejprve zařadíme do hry jeden, poté druhý kroužek.

(KOLÁŘ et al. 2004)

4.3.5 Základní taktika hry ringo

1. Podání a hody kroužků směřují do soupeřova pole do volného místa – ne na hráče. Většinou je „volno“ u zadní čáry, účinné jsou krátké „zálivky“ těsně za síť.
2. Neustále sledujeme nejen vlastní pole, ale i kroužek v poli soupeře.
3. Každý hráč má určenou svoji zónu, je za „pokrytí“ zóny odpovědný (viz. pravidla). Navzájem si tak nepřekáží s ostatními hráči.
4. Snažíme se o pochopení a předjímání hry soupeře.
5. Koncentrace a kooperace v družstvu.
6. Hrajeme „naplno“, dokud jeden či oba kroužky neleží na zemi.
7. Dobrá znalost a dodržování pravidel.
8. Učíme se při hře využívat přírodních vlivů (sluneční paprsky a při hře venku i vítr).

(KOLÁŘ et al. 2004)

4.4 Průpravné činnosti

4.4.1 Inspirační zdroje k průpravným činnostem

Jak již bylo řečeno, inspiračním zdrojem modifikovaných pravidel hry ringo jsou přehazovaná a volejbal. Tyto aktivity inspirovaly i charakter průpravných činností.

Dalším zdrojem inspirace byly netradiční hry: pelota (VRBATA, 1997), hry s létajícím talířem: double disc court, guts, ultimate (TÁBORSKÝ, 1994), talířovaná, freesbee (VRBATA, 1998).

Jmenované sportovní aktivity ovlivnily jak podobu, charakter, organizaci činností, tak i volbu pomůcek (létající talíř...), netradičních pomůcek (papírové talíře, papírové kulaté tácky, drátěnky...) a pomocného vybavení.

4.4.2 Klasifikace průpravných činností

Pojmem průpravné činnosti si dovolíme v naší práci označovat průpravná a herní cvičení, průpravné hry. Jednotlivé pojmy si dovolíme pro úplnost problematiky připomenout.

- **průpravná cvičení:** herní činnosti bez přítomnosti soupeře, nácvik základní techniky pohybových dovedností (příhrávka), jednoduché pohybové hry a soutěže
- **herní cvičení:** charakteristické přítomností soupeře, rozvíjí a zdokonaluje herní dovednosti, hráč řeší herní situace, náročnější cvičení, pohybové hry
- **průpravné hry:** přizpůsobení pravidel záměrům herní přípravy, souvislý herní děj (MUŽÍK a NOVÁČEK 1993)

4.5 Zásobník průpravných činností pro hru ringo

4.5.1 Jak využívat zásobník průpravných činností

V zásobníku a v kapitole 4.6 Realizace průpravných činností pro hru ringo naleznete několik základních aktivit, které vám umožní začít realizovat ringo na I. stupni ZŠ. Počet uvedených aktivit není samozřejmě konečný. Každý pedagog je schopen si tento zásobník sám doplnit o další vhodné průpravné činnosti.

Kritériem pro rozdělení průpravných činností v zásobníku je jejich charakter – viz. výše (klasifikace průpravných činností). Uspořádání činností dle tohoto kritéria zajistí pedagogovi rychlou orientaci a metodicky správnou volbu konkrétně hledané, požadované aktivity.

Každá z aktivit nese název, zaměření a stručný praktický popis činnosti. Nabízí možnost obměny (variabilita činností), soutěže (motivace, zpestření, udržení pozornosti). Uvádí požadavky na pomůcky. Informuje, v jakém útvaru se sportovní

aktivita realizuje (organizace). V některých případech zmiňuje poznámku-např. k bezpečnosti...

K některým z aktivit je přiložena fotografie, k dalším činnostem lze dohledat na přiloženém CD krátkou videonahrávku.

Ve fázi realizace průpravných činností ve VJ TV je žádoucí využívat skupinovou formu práce (dvojice, méně početné skupiny), která je efektivním a intenzivním způsobem organizace. Ve spojení s doplňkovými cvičeními, úkolovými kartami... lze aktivně zapojit všechny žáky a zcela využít celou plochu tělocvičny – prostor hřiště i prostor mimo herní plochu.

Naším záměrem je, aby takto podané informace usnadnily zavádění ringa do hodin TV. Žádný učený z nebe nespádl. V tomto duchu a pozitivní motivující atmosféře přistupme k realizaci průpravných činností v hodinách TV.



Obrázek č. 16 - Netradiční sportovní pomůcka: skládací létající talíř



Obrázek č. 17 – Přemýšlíme nad pravidly

4.5.2 Průpravná cvičení

4.5.2.1 Na osla

Zaměření:

- fair-play chování
- technika a taktika přihrávek
- pohyb a orientace v prostou
- pohotovost
- rychlost
- manipulace-rychlá aktuální reakce

Pomůcky: ringo kroužek

Popis:

- v kruhu si přihrává 4-6 hráčů volně kroužek
- který z hráčů ho nechytí či ho chytí v rozporu s pravidly, řekne nahlas „O“
- pokud udělá tentýž hráč další chybu, říká S, E, L
- kdo složí celé slovo OSEL, tak prohrál

Obměna:

- použít jiné označení
- zvětšit kruh
- hra s pohybem hráčů – kroužek házen do prostoru
- spojení s pohybem – po nechycení kroužku oběhnout kruh, splnit nějaký úkol

Soutěž: kdo nezíská žádné písmeno

Útvar: kruhy v prostoru

4.5.2.2 Vyber si přihrávku

Zaměření:

- správný úchop, manipulace
- technika házení, chytání-vědomá kontrola
- orientace a pohyb v prostoru
- zraková kontrola
- reakce na sluchový signál
- spolupráce ve dvojici

Pomůcky: jeden kroužek pro dvojici

Popis: ve dvojici hráči procvičují přihrávky spodem (forhend, bekhend)

Obměna:

- zapojení nedominantní horní končetiny
- spojení s pohybem v pravolevé a předozadní ose
- změna výchozí polohy: přihrávej, chytej ringo v dřepu, podřepu, kleku, zvětšení vzdálenosti hráčů ...

Soutěž:

- která dvojice si nejrychleji přihráje určitý počet přihrávek
- zvládne přihrát si daný počet přihrávek
- který z hráčů se včas přesune a chytí kroužek hozený do prostoru

Útvar: dvojice proti sobě na určených místech (řady)



Obrázek č. 18 – Vyber si přihrávku

4.5.2.3 Obratné chytání

Zaměření:

- manipulace-rychlá aktivní reakce-sevření ruky
- obratnost
- orientace v prostoru
- reakce na signál
- komunikace

Pomůcky: 1 – 2 kroužky pro kruh

Popis:

- kruh tvoří 4-6-8 hráčů, stojí čelem dovnitř
- uprostřed kruhu stojí hráč, tomu všichni přihrávají
- on kroužek vrací hráčům na obvod kruhu
- po přihrávce do středu hráč oběhne kruh
- prostřední hráč po odhodu udělá dřep

Obměna:

- větší vzdálenost mezi hráči
- dva kroužky, dva hráči ve středu kruhu
- změna pohybu-výskok...

Soutěž: který hráč chytí víc přihrávek

Útvar: v kruhu

4.5.3 Herní cvičení

4.5.3.1 Na třetího

Zaměření:

- pohyb paže vzhůru-výška letu kroužku
- švih zápěstí
- rychlý pohyb paže
- spolupráce
- komunikace
- taktika hry

Pomůcky: kroužek, křída

Popis:

- dva hráči stojí proti sobě, třetí stojí mezi nimi
- „třetí“ se snaží zachytit letící ringo kroužek
- dvojice si přihrává tak, aby „třetí“ ringo nechytil
- pokud se tak stane, hráč, který nevhodně hodil kroužek, se stává „třetím“

Obměna:

- větší vzdálenost mezi dvěma hráči
- pohyb třetího ve vymezené zóně
- na prostředního v pětici (dvojice hráčů si přihrávají kroužek, uprostřed je pátý hráč)

Soutěž: který z hráčů bude „třetím“ nejkratší dobu, nebude jím vůbec

Útvar: trojice

4.5.3.2 Přihrávaná do kruhu

Zaměření:

- rychlá aktuální reakce-manipulace-sevření ruky
- technika házení a chytání-vědomá kontrola
- komunikace
- orientace v prostoru
- rychlost
- obratnost

Pomůcky: kroužek

Popis:

- kruh se středním hráčem
- hra začíná nahrávkou hráčem na obvodu kruhu
- přihrává středovému hráči a po odhodu běží na jeho místo-výměna pozic
- ze středu kruhu – tj. kam házím, tam běžím

Obměna: jiný způsob přesunu-poskoky na jedné noze, snožmo

Soutěž: podaří se x krát (bez porušení pravidel) si přihrát

Útvar: kruh se středním hráčem

Bezpečnost: možnost srážky při výměně pozic

4.5.3.3 Stíhací závod do kruhu

Zaměření:

- rychlá aktuální reakce-manipulace-sevření ruky
- technika házení a chytání-vědomá kontrola
- komunikace
- orientace v prostoru
- reakce na signál

Pomůcky: dva kroužky, rozlišovací dresy, píšťalka

Popis:

- 4, 6 hráčů v kruhu-sudý počet - rozpočítání na první a druhý
- „první“ si přihrávají pouze s „prvními“, „druzí“ s „druhými“ tak, aby jejich přihrávka dostihla kroužek „prvních“
- zahájení hry na signál: kroužek drží jeden „první“ hráč, druhý kroužek drží proti němu stojící „druhý“ hráč (obdoba hry obr a paleček)

Obměna:

- změna směru přihrávek na daný signál
- zvětšení vzdálenosti hráčů

Soutěž:

- kdo vydrží delší dobu hrát se svým kroužkem
- kdo dostihne kroužek „druhých“, kroužek „prvních“

Útvar: kruh

4.5.4 Průpravné hry

4.5.4.1 Křížové ringo

Zaměření:

- výška letu kroužku-pohyb paže vzhůru
- rychlá aktuální reakce-manipulace
- orientace v prostoru
- komunikace
- švih zápěstí
- rychlý pohyb paže
- taktika hry

Pomůcky: síť, druhá síť barevně odlišená či provázek s praporky, dva ringo kroužky, rozlišovací dresy, stopky

Popis:

- hřiště rozdělené další sítí na čtyři díly
- hraje se systémem každý s každým na dva kroužky, proti jednomu družstvu spoluhráčů stojí vždy tři družstva protihráčů
- družstva, která obdrží kroužek, určuje los
- hra se hraje na časový limit, který je předem oznámen
- družstvo, které udělá chybu, získává trestný bod; vítězem je družstvo, které má nejméně trestných bodů
- v průběhu hry se nepodává, pokud spadne kroužek na zem, sebere ho hráč z družstva, kam spadl a rozehrává z místa, kde stojí.

Obměna: použití rozlišovacích dresů, ukončení hry-smluvený zvukový signál, body si počítají hráči sami či rozhodčí

Soutěž: jak dlouho udržíte oba kroužky ve hře, které družstvo bude mít nejméně trestných bodů

Útvar: čtyři družstva, hřiště předělené další sítí na čtyři díly (časově náročná příprava hřiště)

Bezpečnost: odlišná barva sítí, rozlišovací dresy

4.5.4.2 Zaháněná

Zaměření:

- švih zápěstí
- rychlý pohyb paže
- pohyb paže vzhůru-výška letu kroužku
- rychlost
- technika hodů

Pomůcky: ringo kroužek, netradiční pomůcky-létající talíře, papírové talíře, skládací létací talíře...

Popis:

- větší hrací plocha
- dvě družstva proti sobě ve vyznačeném hracím poli s označením zadní meze
- vylosovaný hráč hází kroužek co nejdál do pole soupeře
- zpět hází hráč, který kroužek chytil (z místa chycení, místa sebrání)
- vítězem družstvo, které přehodí zadní mez soupeřova pole

Obměna: použití netradičních pomůcek

Soutěž: kdo koho zažene

Útvar: družstva

4.5.4.3 Válka s ringo kroužky

Zaměření:

- švih zápěstí
- rychlý pohyb paže
- pohyb paže vzhůru-výška letu kroužku
- technika házení a chytání
- taktika
- fair-play
- reakce na signál
- komunikace

Pomůcky: píšťalka, ringo kroužky pro každého hráče, netradiční pomůcky

Popis:

- na daný signál odhazují hráči jednoho družstva a poté i druhého družstva z postavení v poli postupně ringo do pole soupeře tak, aby na jejich hrací ploše zůstalo po ukončení hry obou družstev ringo kroužků co nejméně
- hráči v poli soupeře se snaží ringo kroužky chytit

Obměna:

- hra ze zadní čáry přes síť či bez sítě
- různé druhy hodů:forhend, bekhend
- využití netradičních pomůcek

Soutěž:

- které družstvo vyhraje válku, bude mít na hřišti méně kroužků na zemi po každém házení
- na konci hry (stanovení počtu hodů-sčítání bodů)

Útvar: dvě družstva

(MUŽÍK a NOVÁČEK 1993) (DUSPIVOVÁ 2008) (KOHOUTOVÁ 2009)

4.6 Realizace průpravných činností pro hru ringo, reflexe

Svoje pevné místo a dlouholetou tradici v oblasti netradičních sportovních her zaujímá v našem městě ne ringo, ale florbal. K rozvoji této netradiční sportovní hry došlo díky aktivitám Domu dětí a mládeže (DDM) Stod. V současné době probíhá za účasti žáků I. stupně ZŠ již 3. ročník školní florbalové ligy, která je organizována ve spolupráci s DDM. Pro zajímavost uvádím: žáci místní školy se mohou chlubit nejedním velkým sportovním úspěchem na celorepublikové úrovni.

Novinkám jsou stoďští mladí sportovci tedy otevřeni. Ringo, se kterým se mohou v současné době někteří žáci ZŠ seznámit při pobytu na letních táborech organizovaných nejen DDM, si tak může vedle florbalu najít své pevné místo v aktivitách místní ZŠ. Nasvědčují tomu i reakce po realizaci netradiční sportovní hry ringo na I. stupni ZŠ.

Kladný vliv na rozvoj netradiční sportovní hry bude mít pozitivní přístup učitelů TV k novinkám ve sportovních aktivitách na půdě školy. Kladný vztah žáků ke sportování – různým sportovním aktivitám školním i mimoškolním. Zajímavý a oslovující charakter nové netradiční sportovní hry. Postačující prostorové zázemí a nově zajištěné materiální vybavení. Ověřená, otevřená spolupráce s DDM Stod v oblasti školních sportovních soutěží (Asociace školních sportovních klubů), mimoškolních zájmových sportovních aktivit. Snad nejdůležitější roli hraje konkrétní osoba daného pedagoga a jeho intenzita invence...

Kabinet TV byl před realizací průpravných činností pro potřeby netradiční sportovní hry ringo vybaven minimálně (2 ks ringo, 2 ks létající talíř, síť na volejbal). Po realizaci průpravných činností ke hře ringo i netradiční sportovní hry samotné došlo v tomto ohledu k pozitivním změnám. Na základě reakcí žáků, podnětů pedagogů, kladného hodnocení vedení školy i ohlasů rodičů byl navýšen počet ringo kroužků.

Mezi prostory, které využívají učitelé a žáci na I. stupni ZŠ Stod během výuky TV, patří malá tělocvična v objektu I. stupně. Dále jsou v prostorách sportovního areálu města Stod k dispozici: sportovní hala, víceúčelové venkovní hřiště, atletický ovál s antukou, škvárové hřiště, volejbalová hřiště.

Průpravné činnosti byly postupně realizovány po předchozí domluvě s vedením školy a třídním pedagogem v průběhu měsíce května 2012 (4. B, třídní pedagog Mgr. Kadlecová Kamila, ZŠ Stod).

Třída čítá dvacet žáků. Integrovan je žák s Aspergerovým syndromem (osobní asistent). Tento žák se v maximální míře účastnil veškerých realizovaných aktivit s ohledem ke svým specifickým vzdělávacím potřebám, aktuálnímu fyzickému i psychickému stavu.

Pedagog ani žáci neměli s netradiční sportovní hrou ringo žádné praktické zkušenosti (až na dva žáky, kteří ringo hráli na letním táboře). Pedagog pouze věděl o existenci této netradiční sportovní hry, ale nebyl obeznámen s jejími bližšími aspekty.

Níže uvedené činnosti jsme pro větší přehlednost, ucelenost a jednodušší orientaci nechali rozčleněné podle stejného kritéria jako v kapitole 4.5.1.

Prakticky byly v základním znění i s různými obměnami realizovány níže uvedené aktivity. Některé byly prováděny i opakovaně ve stejné verzi či s novou obměnou.

Každá činnost je dále doplněna reflexí, která obsahuje komentář k průběhu činnosti, zmiňuje zkušenosti vyplývající z praktické realizace.

Po konzultaci s paní učitelkou naše průpravné i herní aktivity vyvrcholily dvoudenním sportovním programem, jehož vrcholem se stal turnaj v ringu, který byl velkým překvapením pro všechny čtvrtáky.

4.6.1 Průpravná cvičení

4.6.1.1 Kuba řekl

Zaměření:

- seznámení s ringo kroužkem
- obratnost
- manipulace-cit
- správný úchop

Pomůcky: ringo kroužek pro každého hráče

Popis:

- podle pravidel známé hry - s ringo kroužkem, např. Kuba řekl: „Podej si ringo okolo těla.“
- podávat si ringo okolo těla, mezi nohama, přendávat ho pod nohou, nad hlavou, podávání z ruky do ruky, položit si ho na hlavu....

Obměna:

- činnost s kamarádem ve dvojici
- s jedním či dvěma kroužky
- Kubou je žák

Soutěž:

- komu ringo během hry nespadne
- posloucháš pozorně Kubu

Útvar: jednotlivci či dvojice na určených místech

REFLEXE

Průběh činnosti:

- činnost probíhala bez dlouhých instrukcí
- žáci pravidla hry znali, obměna hry spočívala v pomůcce-ringo kroužku
- žákům jsme ukázali správný úchop kroužku pokynem: „Chyť kroužek do ruky, kterou píšeš. Drž ho tak, aby palec byl proti ostatním prstům.“
- díky předchozí znalosti pravidel hry se mohli Kubou v krátkém časovém rozpětí stát žáci samotní, úkolu se zhostili s velkou fantazií a zájmem, hru hráli žáci jednotlivci

Zkušenosti:

- osvědčilo se nám disponovat shodným počtem kroužků a žáků, dojde tak k okamžitému zapojení celé skupiny
- pedagogům doporučuji vyhýbat se v roli Kuby pokynům, které jsou v rozporu s pravidly hry, např. navleč si kroužek na paži
- doporučuji ukázat a okomentovat správný úchop v roli Kuby
- činnost by šla vhodně použít i jako prostředek zpestření, odreagování, aktivace, odpočinku žáků
- jednalo se o činnost, která rychle aktivizovala, vzbudila zájem
- pozitivním momentem při činnosti je možnost vejít komukoli z hráčů do role Kuby

4.6.1.2 Podávaná

Zaměření:

- seznámení s ringo kroužkem
- manipulace-cit
- obratnost
- správný úchop
- spolupráce
- reakce na signál
- uvědomění si momentu držím – pouštím kroužek

Pomůcky: ringo kroužek pro skupinu

Popis:

- 4-6 členů ve skupině
- jeden z hráčů začne na smluvený pokyn podávat ringo kroužek druhému, vedle stojícímu hráči (použití dominantní paže hráče), ten ho předá dál...
- bez chůze
- způsob předání kroužku volí pedagog, žáci

Obměna:

- 2-3 ks ringo kroužků
- navýšení počtu členů v družstvu

-zvětšení vzdálenosti mezi členy družstva

-změna útvaru: kruh či řada, zástup (možnost spojení s pohybem – řada: první hráč se po podání kroužku přesune na konec útvaru...)



Obrázek č. 19 – Podávaná

Soutěž:

-která skupina si předá kroužek rychleji bez jeho spadnutí

Útvar: kruh, řada, zástup

REFLEXE

Průběh činnosti:

- zvolili jsme uspořádání žáků v kruzích, v prostoru s dostatečnou vzdáleností od sebe
- do kruhu se postavila skupina 6 žáků
- připomněli jsme si správné držení kroužku (jak to řekl Kuba)
- podávaná byla hrána s účastí pouze dominantní paže, v případě používání obou rukou by docházelo k předávání kroužku z ruky do ruky, což by znamenalo negativní transfer do dalších aktivit, činnost by byla v rozporu s pravidly
- rozestupy mezi žáky se postupně zvětšily, tempo podávání zvyšovalo, navýšili jsme postupně i počet kroužků při hře, podařilo se nám v 6 členné skupině podávat až 5 kroužků
- v počátcích hry někteří jednotlivci pomaleji posílali kroužek daným směrem, s vyšším počtem opakování pohybu se situace velice rychle zlepšovala
- kladně byl žáky hodnocen soutěživý moment: která skupina si předá kroužek rychleji bez jeho spadnutí, zvládnete si posílat více kroužků najednou

- rychle a aktivně žáci reagovali na obměnu, která nás napadla v průběhu činnosti - na signál-písknutí jsme měnili směr podávání

Zkušenosti:

- žáci, kteří měli mezi sebou větší rozestupy, měli tendenci se ke spolužákovi přiblížit chůzí, v průběhu činnosti jsme doplnili pravidla hry o další bod: při podávané nechodíme
- po zkušenosti s činností je vhodné položit si ringo kroužky vedle hrajících skupin-kruhů, nedochází tak k časové prodlevě, narušení činnosti
- zařazení prvků soutěživosti, využití možnosti obměny činnosti žáky aktivizovalo
- v počátcích činnosti došlo k předání kroužku z ruky u ruky u jednoho hráče, tohoto momentu jsme využili, žáky jsme seznámili se skutečností, že tento způsob je v rozporu s pravidly
- činnost může být i ukazatelem spolupráce, aktivní komunikace ve skupině

4.6.1.3 Přihraj kamarádovi

Zaměření:

- | | |
|---|-------------|
| -technika házení, chytání-vědomá kontrola | -spolupráce |
| -orientace v prostoru | -rychlost |
| -zraková kontrola | -obratnost |
| -reakce na sluchový signál | |

Pomůcky: jeden či dva ringo kroužky do dvojice

Popis:

-žáci stojí ve dvojicích proti sobě, mají jeden kroužek, který si přihrávají: spodní hod dominantní paží - bekhend (ruka držící kroužek je otočená dlaní vzhůru)

Obměna:

- spodní hod dominantní paží - forhendem (ruka držící kroužek je otočená hřbetem vzhůru)
- spodní hod nedominantní paží - bekhend, forhend

Soutěž:

- kdo si za danou dobu vícekrát přihraje
- komu ringo nepadne
- hraj s dvěma kroužky současně

Útvar: dvojice na určených místech (volně v prostoru, řady)



Obrázek č. 20 – Přihraj kamarádovi

REFLEXE

Průběh činnosti:

- dvě řady žáků proti sobě, rozestup mezi dvojicí se postupně zvětšoval
- ukázka hodu bekhendem.
- vyzkoušení i nedominantní končetiny, forhendu
- v případě zaregistrování jakéhokoli odhodu či chycení v rozporu s pravidly (chycení oběma rukama, dotyk kroužku...) jsme tohoto okamžiku ihned využili k okamžitému vyřčení dalšího z pravidel, předvedení správné názorné ukázky

Zkušenosti:

- kladně se zúročila orientace žáků (vzdálenost mezi dvojicemi) podle barevných čar na ploše hracího prostoru
- vhodnější je využít u vícepočetných tříd prostor na délku

- v případě kroků žáka při odhodu kroužku se nám osvědčilo připomenout znění aktuálního pravidla, názornou správnou ukázkou spojit s komentářem: nákok, házím, tímto hlasitým komentářem si sami žáci mohou zkorigovat svůj samostatný pohyb
- domníváme se, že průběžné konstatování pravidel na základě činnosti žáků je přirozenou efektivní cestou, jak žákům předat a nechat zažít pravidla hry
- při činnostech jsme vycházeli přednostně z vědomého užívání jedné-tj. dominantní ruky hráče (v souladu s pravidly), preferovali jsme způsob hodů bekhendem, poté forhendem, jako obměnu činností lze zařadit postupně i užívání nedominantní paže (odreagování, oživení, zvýšení pozornosti, propojení činnosti mozkových hemisfér...)
- prvek soutěživosti aktivizoval činnost
- příložené CD obsahuje ukázky této činnosti

4.6.1.4 Příhrávky v kruhu

Zaměření:

- | | |
|-------------------------------|--|
| -manipulace s kroužkem | -taktika házení a chytání |
| -rychlá aktuální reakce | -reakce na signál označující změnu směru |
| -orientace a pohyb v prostoru | -rychlost |
| -zraková a sluchová kontrola | -obratnost |
| -spolupráce ve skupině | |

Pomůcky: 1 -2 kroužky pro skupinu

Popis:

- několik skupin po 4 – 6 hráčích postavených do kruhu
- po kruhu si přihrávají kroužek určeným způsobem

Obměna:

- s dvěma kroužky
- zvětšení vzdálenosti hráčů od sebe
- příhrávky přes kruh
- individuální volba způsobu hry
- na signál změna směru hodů (příhrávky po kruhu)

Soutěž:

- která skupina si nejrychleji přihraje určitý počet přihrávek
- zvládne si přihrát daný počet přihrávek
- udrží kroužek nejdéle ve vzduchu

Útvar: kruhy v prostoru

REFLEXE**Průběh činnosti:**

- činnost jsme realizovali v počtu 4-6 hráčů, opakovaně, s velmi kladným ohlasem
- postupně jsme zařazovali různé obměny, soutěživé prvky: která skupina udrží nejdéle kroužek ve vzduchu, přihraj jinam než spolužákovi vedle sebe, větší vzdálenost mezi hráči, hra s dvěma kroužky
- žáci postupně přišli sami na určitý způsob spolupráce, komunikace

Zkušenosti:

- při organizaci činnosti jsme s pozitivním efektem využili kladného transferu hry Podávaná 4.6.2.1
- při činnosti se osvědčilo snížit počet hráčů ve skupině na 4-6
- přiložené CD obsahuje ukázkou této činnosti
- při přihrávkách přes kruh se nám osvědčilo spojit hod i s oslovením spolužáka, který měl kroužek chytit
- prostorově náročnější hra než Podávaná 4.6.2.1
- činnost jsme prováděli opakovaně, s obměnami, soutěživými prvky, žákům se líbila

4.6.1.5 Zóny**Zaměření:**

- | | |
|--------------------|--|
| -fair-play chování | -nakročení |
| -švih zápěstí | -respektování pravidel, reakce na signál |
| -rychlý pohyb paže | |

Pomůcky: ringo či jiná netradiční pomůcka pro každého hráče (létající talíře, papírové talíře, skládací talíře...), švihadla, lana, mety, síť

Popis:

- žáci stojí v řadě a odhazují kroužek, umísťují ho do zón dle pokynů
- každé zóně je přidělen určitý počet bodů
- žák si body v duchu fair-play sčítá

Obměna:

- s použitím netradičních pomůcek
- na hřišti bez sítě, se sítí...

Soutěž:

- kdo dohodí nejdál
- kdo se strefí do určité zóny
- kdo bude mít nejvyšší počet bodů

**Útvar:** řada

Obrázek č. 21 – Zóny

Bezpečnost: hromadné sbírání pomůcek na daný signál po odhodu všech žáků

REFLEXE**Průběh činnosti:**

- činnost jsme realizovali na hřišti se sítí, s použitím létajících talířů, poté s využitím ringo kroužků
- žáci házeli najednou na daný pokyn od zadní čáry na třech hřištích současně – jedním směrem, sledovali si dopad svého kroužku
- na pokyn nastalo po odhodu všech hráčů sbírání pomůcek
- zóny byly vyznačeny pomocí švihadel (lana), po straně zón mimo prostor hřiště bylo označeno jejich obodování (kelímky od jogurtu)
- při činnosti žáci umísťovali kroužek do libovolné zóny dle vlastního výběru, do určené zóny
- zpětná kontrola probíhala po sebrání pomůcek před novým hodem-žáci ukázali na prstech, kolik bodů získali-tj. do které zóny se trefili (určená zóna), palcem ruky úspěšný či neúspěšný pokus (zóna podle vlastního výběru)
- hody byly prováděny od zadní čáry

- v případě sporného umístění kroužku-leží na rozhraní dvou zón (platí vyšší hodnota bodů) jsme upřesnili pravidla-viz. závorka

Zkušenosti:

- obtížnější a časově náročnější činnost (komunikace mezi účastníky, pravidla, názorné předvedení, systém bodování, organizace přípravy...)
- připravit hřiště do zón mohou dle nákresu zajistit necvičící hráči
- označení barevnou izolepou má dočasně trvalejší charakter
- let létajícího talíře byl pro žáky obtížněji kontrolovatelný, docházelo k větším nepřesnostem v umístování pomůcky do zón, talíře nedopadaly do prostoru hřiště (s ringo kroužkem byly hody přesněji umístované do plochy hřiště), využití netradičních pomůcek zpestřilo činnost
- díky souběžně probíhající činnosti na třech hřištích nedocházelo k časovým prodlevám
- žáci si mohli v klidu vyzkoušet házení z různých míst za čarou na podání
- během této činnosti jsme respektovali pravidla hry (platný byl jen kroužek umístěný do plochy hřiště, hozený-podaný bez výskoku, přešlapu...), připomenuta taktika-umístování kroužku
- žáci byli schopni zpětného sebehodnocení na základě dané domluvy (počet prstů, ukázání palcem ruky), pedagog měl rychlou celkovou zpětnou vazbu o provedené činnosti
- přirozeným způsobem jsme zmínili při této činnosti fair-play chování
- osvědčil se nám způsob organizace hodů i sbírání odhozených pomůcek (na signál, hromadně, na třech hracích plochách)
- místo kelímků od jogurtu doporučujeme k označování-bodování zón jinou pomůcku, např. míčky z ponožek (po zásahu kroužkem kelímky lehce a daleko opouštěly své místo)
- doporučuji používat kvůli přesnějšímu zrakovému vnímání jinou barvu pomůcek rozdělující hřiště na zóny, než je barva čar na podlaze
- doporučuji zařadit až po delším časovém období (návaznost na předešlé činnosti, způsoby organizace, hodnocení...)
- z praktické činnosti jsme dohodou upřesnili pravidla
- přiložené CD obsahuje ukázky této činnosti

4.6.1.6 O nejdelší přihrávku

Zaměření:

- švih zápěstí, -technika házení a chytání
- rychlý pohyb paže -pohyb v prostoru
- nakročení -spolupráce

Pomůcky: ringo či netradiční pomůcky (létající talíř...) do dvojice

Popis:

- dvojice si přihrává kroužek na určitou vzdálenost
- po odehrání kroužku ustoupí hráč dozadu
- hra pokročuje tak dlouho, dokud je kroužek ve vzduchu

Obměna:

- použití netradičních pomůcek
- využití sítě

Soutěž:

- kteří dva hráči se od sebe nejvíc oddálí
- kolik přihrávek potřebují, než se přesunu k metě
- kolik kroků měří přihrávka



Útvar: dvojice

Obrázek č. 22 – O nejdelší přihrávku

REFLEXE

Průběh činnosti:

- činnost byla realizována s ringo kroužky v prostoru bez sítě
- dvojice hráčů stály na šířku tělocvičny proti sobě
- činnost jsme realizovali s následujícím soutěživým prvkem: která dvojice bude na daný počet přihrávek nejdál od sebe (určena výchozí pozice dvojic, daný počet přihrávek)

Zkušenosti:

- vhodnějším způsobem je umístit dvojice hráčů na délku tělocvičny proti sobě (nechycený kroužek žáci sbírají v prostoru před či za sebou, nenarušují hrací prostor další dvojice)
- individuálně si každý hráč mohl korigovat svůj odstup od spoluhráče, volit si rychlost a velikost prodlužované vzdálenosti
- osvědčilo se nám opětovně zmínit techniku hodů, na jejíž správnosti závisí výsledek činnosti
- přiložené CD obsahuje ukázkou činnosti

4.6.1.7 Nesnadné přihrávky**Zaměření:**

- | | |
|---|--------------------------|
| -švih zápěstí | -postřeh |
| -rychlý pohyb paže | -reakce |
| - manipulace-rychlé aktivní reakce-sevření ruky | -taktika přihrávek, hodů |
| | -taktika hry |

Pomůcky: ringo kroužek

Popis:

- dvojice stojí proti sobě
- přihrávají si kroužek v různých postojích, polohách: klek, dřep, stoj na jedné noze...

Obměna:

- pouze forhend či bekhend
- využití netradičních pomůcek
- odhod ze stoje, chycení v nesnadné pozici

Soutěž:

- zvládneš si přihrát x krát
- zvládneš si přihrávat v dané poloze

Útvar: dvojice

REFLEXE

Průběh činnosti:

- činnost realizována ve dvojicích proti sobě v prostoru bez sítě na délku tělocvičny
- vzájemná vzdálenost žáků byla zvolena na začátku kratší, postupně si ji mohli žáci upravit dle svých možností
- realizovány pozice: stoj na jedné noze, klek, dřep, sed, leh na zádech, břicho
- s obměnou: odhod ze stoje, chycení kroužku v nesnadné pozici

Zkušenosti:

- činnost žáky bavila, byla zpestřením, relaxací
- kladná odezva na možnost vlastního podílení se (vymyšlení pozic), vhodná příležitost ke sledování vzájemné komunikace žáků
- opět se osvědčilo umístění dvojic po délce tělocvičny-viz. 4.6.1.6
- domníváme se, že vzhledem k žádanému pozitivnímu uspokojení žáků ze hry je vhodné zařadit tuto činnost až po určitém časovém období, kdy ringo či průpravné činnosti s žáky provádíme (vyšší obtížnost činnosti)
- zvolená obměna učinila činnost méně statickou, ukázky činnosti na přiloženém CD

4.6.1.8 Otoč se a chyt'

Zaměření:

- reakce na sluchový podnět
- obratnost
- manipulace-rychlá aktuální reakce-sevření
- užívání signálu

ruky

-spolupráce

-komunikace

Pomůcky: píšťalka

Popis:

- hráč bez kroužku stojí zády ke spoluhráči, který mu hází kroužek
- hráč upozorní signálem, že letí kroužek – dvojicí domluvený signál
- hráč bez kroužku se na signál otáčí, chytá kroužek

Obměna:

- učitel dává signál všem hromadně
- různé druhy signálu: slovo, citoslovce

Soutěž: komu se podaří chytit kroužek

Útvar: dvojice

REFLEXE**Průběh činnosti:**

- činnost ve dvojicích proti sobě na délku hřiště, menší vzdálenost mezi hráči
- vzdálenost mezi dvojicí hráčů postupně prodlužována
- nejprve činnost vysvětlena, s praktickou ukázkou, užitím signálu
- činnost prováděna hromadně na signál-písknutí, poté individuálně ve dvojicích-vlastní signál
- nejdřív bekhend, poté forhend

Zkušenosti:

- osvědčilo se činnost realizovat nejprve hromadně, po ukázce vysvětlení
- optimální se nám zdá vzdálenost mezi hráči dvojice cca 3 m, kterou si pak hráči sami prodlužují
- osvědčený signál: hop, chyt', písknutí
- domníváme se, že vzhledem k žádanému pozitivnímu přijetí hry je vhodné zařadit tuto činnost až po určitém časovém období, kdy ringo či průpravné činnosti s žáky provádíme (vyšší obtížnost činnosti), podobně jako u 4.6.1.7
- ukázky činnosti na přiloženém CD

4.6.2 Herní cvičení

4.6.2.1 Na obra a palečka

Zaměření:

- správný úchop -přesnost
- manipulace-cit -obratnost
- spolupráce

Pomůcky: dva kroužky pro skupinu, píšťalka

Popis:

- 4-6 hráčů stojí v kruhu
- obr: ringo se snaží dohonit palečka: druhé ringo, podávání kroužků po kruhu bez kroků

Obměna:

- podávání kroužku - sed, dřep, mezi nohama...
- házení po kruhu ob jednoho hráče -hráči dál od sebe
- obr: míč, paleček: ringo
- na zvukový signál změna směru posílaných kroužků

Soutěž:

- komu kroužek během hry nepadne
- dohoní obr palečka

Útvar: kruh

REFLEXE

Průběh činnosti:

- zvolili jsme uspořádání žáků v kruzích, v prostoru s dostatečnou vzdáleností od sebe
- do kruhu se postavila skupina 6 žáků
- připomněli jsme si správné držení kroužku (připomenutí činnosti Kuba řekl-4.6.1.1)
- připomněli jsme si činnost 4.6.1.2-Podávaná a její podobnost s novou činností
- pravidla činnosti jsme dali do souvislosti s příběhem o Obru a Palečkovi, hráli jsme s kroužky rozdílných barev, předem určena barva-role kroužku

- činnost byla hrána s účastí pouze dominantní paže (jako možná obměna by šla provádět činnost nedominantní paží), v případě používání obou rukou by docházelo k přendávání kroužku z ruky do ruky, což by znamenalo negativní transfer do dalších aktivit, činnost by byla v rozporu s pravidly
- rozestupy mezi žáky se postupně zvětšily, tempo podávání zvýšilo
- kladně byl žáky hodnocen soutěživý moment: zkrácení či prodloužení rozestupů mezi kroužky
- rychle a aktivně žáci reagovali na obměnu: na signál-písknutí jsme měnili směr podávání

Zkušenosti:

- výhodné je navázat touto činností na hru 4.6.1.2 Podávaná
- role obra a palečka může být chápána jako určitý prvek soutěže
- je výhodné připomenout děj známého příběhu v souvislosti s vysvětlováním pravidel
- činnost žáky oblíbená, emoční náboj činnosti
- barevná odlišnost kroužků umožnila žákům lepší orientaci, zapamatování rolí
- pokud někteří z hráčů měli tendenci při hře dělat kroky, připomněli jsme si pravidla činnosti, pravidla hry ringo
- zařazení prvků soutěživosti (zkrácení či prodloužení rozestupů mezi kroužky-kladná odezva žáků), využití možnosti obměny (signál) činnosti žáky aktivizovalo
- pokud došlo k přendání kroužku z ruky do ruky, využili jsme tohoto okamžiku k připomenutí pravidel ringa, činnosti
- činnost může být i ukazatelem spolupráce, aktivní komunikace ve skupině
- při činnosti se nám osvědčilo použít hlasitý signál (emoční náboj činnosti)

4.6.2.2 Honička proti ringo kroužku

Zaměření:

- manipulace-rychlá aktivní reakce-sevření
- respektování pravidel kroužku
- postřeh,
- obratnost,

Pomůcky: ringo kroužky

Popis:

- ve volném prostoru má jeden hráč babu
- předává ji dál dotykem
- ostatní si přihrávají za pohybu po vyznačeném hřišti ringo kroužek
- kdo drží kroužek, nemůže dostat babu
- pokud kroužek spadne na zem, kdokoli z hráčů ho sebere a hraje se dál

Obměna:

- větší počet kroužků
- větší či menší prostor
- větší počet honičů

Soutěž: který z hráčů nedostane babu

Útvar: jednotlivci volně ve vymezeném prostoru

REFLEXE**Průběh činnosti:**

- činnost realizována s jedním kroužkem v prostoru, který jsme po začátku hry zvětšili
- dokud honič neměl zdviženou paži, docházelo k nejasnostem a dohadům, kdo vlastně honí
- pro zajímavost jsme vyzkoušeli i obměnu: hra s dvěma kroužky, hra s dvěma honiči

Zkušenosti:

- lépe vyhovuje pro realizaci činnosti větší prostor
- pro větší přehlednost průběhu hry měl honič zvednutou paži
- s dvěma kroužky, dvěma honiči orientace náročnější
- přihrávky kroužkem jsou méně přesné
- žáci rychle zareagovali a začali na sebe volat – přesun ringo kroužku
- při zařazení obměny došlo k zintenzivnění činnosti
- ukázka činnosti na přiloženém CD

4.6.2.3 Přihraj a běž

Zaměření:

-rychlá aktuální reakce-manipulace-sevření ruky

- technika házení a chytání-vědomá kontrola

- komunikace

- orientace v prostoru

Pomůcky: kroužek

Popis:

-4-6 hráčů stojí v kruhu

-hráč přihraje přes kruh libovolnému spoluhráči

-hází kroužek jiným směrem, než odkud ho dostal

- běží na jeho místo-výměna pozic

Obměna:

-větší vzdálenost mezi hráči

-s netradičními pomůckami, míčem

Soutěž: která skupina-kruh bude mít nejvíce přihrávek v daném limitu

Útvar: kruh

Bezpečnost: možnost srážky při přebíhání

REFLEXE

Průběh činnosti:

- žáci upozornění na možné nebezpečí vzájemného střetu
- kruhy o 6 hráčích volně v prostoru
- vysvětlení pravidel s názornou ukázkou přesunu-pomalé tempo
- individuální hra v každém z kruhů
- v počátcích hra v pomalém tempu
- při zpožděné reakci - přesun po odhodu kroužkem-se žáci sami navzájem začali usměřňovat: „běž“

Zkušnosti:

- informace o možné srážce jsme podali hned na začátku, následně doplnili ukázkou přesunu hráčů
- je důležité žákům ponechat dostatečný čas na zažití pravidel-hod' a běž, kam jsi kroužek hodil
- spontánně došlo ostatními hráči k usměrňování pohybu „spáčů“
- pokud žáci systém přesunu zautomatizují, probíhá hra rychleji, s větším počtem přihrávek
- několikrát se přihodilo, že hráč nedoběhl na své nové místo a již mu bylo znovu přihráváno; doplnili jsme pravidla o informaci: házej kroužek jinam, než odkud jsi ho dostal
- k pozitivnímu pocitu ze hry doporučujeme realizovat tuto činnost opakovaně
- činnost obtížnější-spojení hodu s přesunem

4.6.3 Průpravné hry

4.6.3.1 Bago – chytaná

Zaměření:

-orientace v prostoru

-švih zápěstí

-rychlý pohyb paže

-taktika

-rychlá aktuální reakce-manipulace-sevření

ruky

-technika házení a chytání-vědomá

kontrola

-komunikace

Pomůcky: dva kroužky, rozlišovací dres

Popis:

-4-6 hráčů tvoří kruh

-jeden z hráčů je chytač-pohybuje se uprostřed kruhu

-jeho úkolem je přerušit hru-chytit kroužek

-hráči v kruhu si takticky nahrávají a snaží se o co největší počet nahrávek

-novým chytačem se stává ten, kdo přihrávaný kroužek nechytí, kdo kroužek špatně hodil, komu chytil kroužek chytač, popř. nově určený chytač-vystřídání

Obměna: dva kroužky, dva hráči uvnitř kruhu

Soutěž: kdo nebude chytačem, kdo bude mít v kruhu co nejmenší počet přihrávek

Útvar: kruh s hráčem-chytačem uprostřed

REFLEXE

Průběh činnosti:

- kruhy po 6 hráčích rozmístěny volně v prostoru
- vysvětlení role prostředního hráče, hráčů stojících v kruhu
- zmínění případů, kdy se stává kdo chytačem
- připomenutí správného úchopu, techniky hodů
- na základě zkušenosti žáků s činností jsme společně přemýšleli, co a jak po taktické stránce učinit, aby chytač zůstal ve své roli co nejdéle, při dalších činnostech jsme tyto informace dále aplikovali do průpravných činností, netradiční sportovní hry samotné
- pokud se stalo, že někteří hráči dlouho drželi kroužek, využili jsme této skutečnosti a připomněli si pravidla hry ringo (pravidlo tří vteřin)

Zkušenosti:

- nejvíce se nám osvědčil výše uvedený počet hráčů (snížením jejich počtu lze činnost zintenzivnit)
- v případě dlouhého držení kroužku jsme ihned zmínili pravidlo tří vteřin
- žáci jsou sami schopni na základě zkušenosti, zadání problémového úkolu vymyslet a přijít na celou řadu zlepšení, tato cesta je pro všechny zúčastněné více časově a energeticky náročná, ale má trvalejší a intenzivnější účinek
- je vhodné po určitém časovém intervalu chytače vystřídat-pokud není sám úspěšný, poté ho opět do role chytače opět určit (udržení spádu a rychlosti činnosti, aktivity chytače, motivace nebýt chytačem)
- pozitivně fungoval prvek soutěže-kdo nebude chytačem

4.6.3.2 Bodovačka

Zaměření:

- pohyb paže vzhůru-výška letu kroužku
- rychlý pohyb paže, švih zápěstí
- taktika hry, technika hodů
- fair-play chování, komunikace
- respektování pravidel
- reakce na signál

Pomůcky: síť, ringo kroužek pro každého člena družstva, izolepa, švihadla, lano, materiál na označení zón: ponožkové míčky, létací talíře...

Popis:

- dvě družstva, všichni hráči v základním postavení na hřišti, hřiště odděleno sítí
- rozdělení prostoru hřiště na části-zóny, které jsou vzhledem k požadované taktice (viz. taktika) různě bodově ohodnocené
- bodování zón: zóna je na svém vnějším okraji (pásky) či uvnitř (sít') označena příslušným množstvím např. létajících talířů, ponožkových míčků-zóny v pásech, pomocí barevné izolepy (bezpečnost)-sít'
- úkolem hráčů je umístit ringo kroužek hromadným (signál) či postupným odhodem hráčů (domluva, taktika) do zón tak, aby ho protihráč nechytil, po skončení hry mít co nejvyšší počet bodů (každý hráč individuálně, společně družstvo)
- házející družstvo sleduje let kroužku, sčítá body za kroužky, které protihráči nechytili
- poté se role družstev vymění
- po ukončení činnosti se body družstev porovnají, dle zadaných kritérií se určí vítěz

Obměna:

- bez sítě či zóny utvořené do obrazce sítě
- házející družstvo postaveno v řadě na své zadní čáře: hromadné (signál) či za sebou jdoucí hody (taktika, domluva) do hřiště soupeře, úkolem soupeře je kroužky chytit, aby protivník co nejméně bodoval

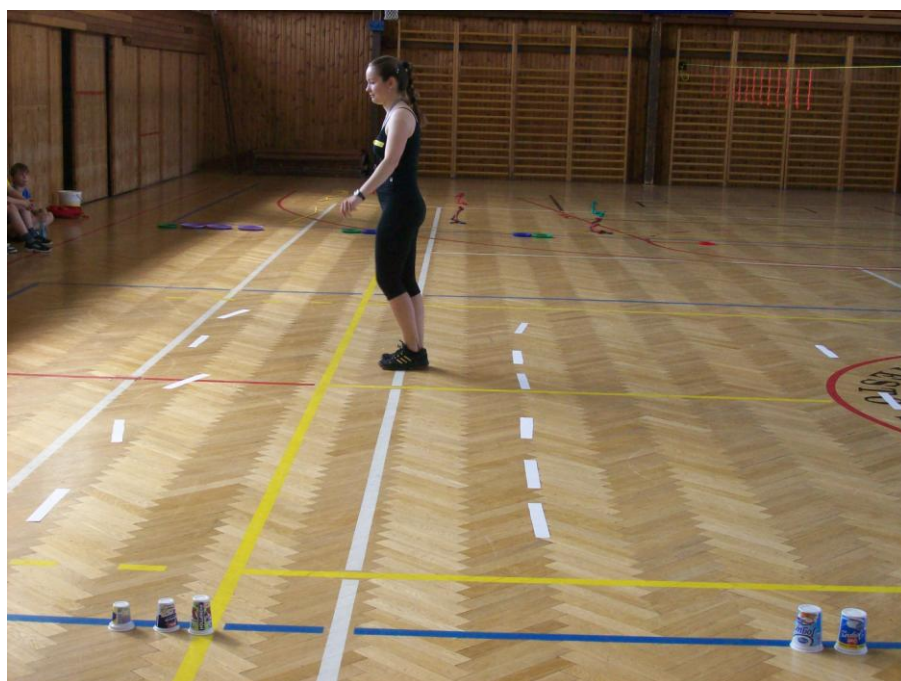
Soutěž:

- kdo nasbírá individuálně nejvíce bodů za každý odhod, za hru celkem
- které družstvo získá dříve určený počet bodů, bude mít vyšší počet bodů

Útvar: družstva



Obrázek č. 23 – Bodovačka: hodnocení



Obrázek č. 24 – Bodovačka: zóny

REFLEXE

Průběh činnosti:

- činnost jsme realizovali po zkušenostech s 4.6.1.5 Zóny
- na dvou hřištích současně, při opakování činnosti na třech
- k označení pásem jsme se již snažili používat jiné pomůcky než kelímky (ponožkové míčky)
- činnost jsme nejprve hráli na jednu výměnu pozic-kolik bodů nasbírání družstvo po jednom odhodu, na menší počet bodů-kolik odhodů potřebuje družstvo na získání x bodů
- silným osobním motivujícím faktorem bylo individuální sčítání bodů každého hráče (byť by nevíťezilo jeho družstvo, může si zvýšit své osobní skóre)
- připomenutí pravidel fair-play chování
- v případě sporného umístění kroužku-leží na rozhraní dvou zón (platí vyšší hodnota bodů), odrazil se od země a pak teprve dopadl (počítají se body za zónu, kde kroužek leží) jsme upřesnili pravidla-viz. závorky

Zkušenosti:

- tuto činnost doporučuji zařadit kvůli transferu zkušeností až po činnosti 4.6.1.5 Zóny
- využili jsme transferu-systém bodování, systém zón, společných či individuálních hodů, organizaci přípravy, systém sebehodnocení hráčů
- obtížnější a časově náročnější činnost (komunikace mezi účastníky, pravidla, názorné předvedení, systém bodování, organizace přípravy...), potřeba opakování, jisté automatizace činností, pravidel
- připravit hřiště do zón mohou dle nákresu zajistit necvičící hráči
- označení barevnou izolepou má dočasně trvalejší charakter
- činnost žáky oblíbená
- doporučuji zařadit až po delším časovém období (návaznost na předešlé činnosti, způsoby organizace, hodnocení...)
- osvědčilo se nám určit osobu, která průběžně sčítá skóre družstva
- důležitý silný faktor individuální vlastní motivace
- v průběhu činnosti jsme ještě doplnili a upřesnili pravidla (viz. výše)
- přiložené CD obsahuje ukázky činnosti

4.6.3.3 Chytaná

Zaměření:

- švih zápěstí
- pohyb paže vzhůru-výška letu kroužku
- rychlý pohyb paže
- taktika
- cílené umístění kroužku

Pomůcky: ringo do dvojice či pro každého hráče

Popis:

- dvě řady hráčů proti sobě volně v prostoru, přihrávky kroužkem
- úkolem je hodit kroužek tak prudce, aby ho hráči na druhé straně chytili v rozporu s pravidly (bod pro házející)

Obměna:

- hra na hřišti přes síť různé výšky
- házení kroužku do dané části hřiště, nad danou částí sítě – **střefovaná**
- prohození kroužku obručí, která je zavěšená na šňůře – **prohazovaná**

Soutěž:

- kdo nasbírá dřív pět bodů
- kdo bude nejlepším chytačem

Útvar: řady proti sobě v prostoru, popř. družstva na hřišti

(MUŽÍK a NOVÁČEK 1993) (DUSPIVOVÁ 2008) (KOHOUTOVÁ 2009)

REFLEXE

Průběh činnosti:

- dvojice proti sobě v řadách na délku tělocvičny
- postupné zvětšování vzdálenosti
- před počátkem činnosti-společné řešení otázky: jak musím hodit kroužek, aby ho soupeř nechytil (technika, taktika-vzdálenost, výška, umístění do prostoru...), jak nesmím podle pravidel chytit kroužek
- upozornění na bezpečnost: správný let kroužku podle pravidel

- realizovali jsme obměnu strefovaná (házení kroužku do dané části hřiště, nad danou částí sítě) – obtížnější varianta, díky možnosti posunovat po délce šňůry fábory dle svých představ jsme k této obměně mohli využít šňůru s fáborky
- realizována obměna s daným počtem chycených přihrávek

Zkušenosti:

- v prostorách haly, tělocvičny je variabilní použití praporků výhodou (možnost jejich posunutí), venku nám vítr praporky sfoukával a rozfoukával, řešením je ušití menšího průměru tunýlku u praporků či pevné přišití praporků ke šňůře
- žáci aktivně reagovali při řešení dané problematiky, využívali svých zkušeností, došlo k upřesnění, upevnění znalostí pravidel, jejich aplikace při konkrétní činnosti, propojení s reálnou aktivitou
- tento způsob komunikace o pravidlech, taktice... je náročnější, leč účinnější, žáci budou moci i díky těmto debatám rychleji být sami rozhodčími
- při společných debatách se nám osvědčil útvar kruhu-přihlášení žáků, skupinek v kruhu-role řečníka
- při obměně se nám osvědčilo určit menší počet přihrávek-časově snáze dosažitelný cíl

4.7 Realizace netradiční sportovní hry ringo na I. stupni ZŠ, reflexe

Netradiční sportovní hra ringo byla postupně realizována podobně jako průpravné činnosti pro hru ringo v průběhu měsíce května 2012.

Jak jsme se již zmínili, pedagog ani žáci neměli s netradiční sportovní hrou ringo žádné praktické zkušenosti, učitel pouze věděl o její existenci.

Prostřednictvím průpravných činností jsme se žáky 4. B dospěli k vlastní hře na hřišti. Uskutečnila se hra dvou družstev hrajících proti sobě, která zcela nadchla žáky i paní učitelku.

Těchto aktivit se účastnil za přítomnosti osobního asistenta i žák s Aspergerovým syndromem. Ve spolupráci s osobním asistentem zvládl všechny činnosti. V potaz musely být brány jeho specifické potřeby: větší fyzická i psychická unavitelnost, citová nevyrovnanost, emoční fixace, potřeba vlídné komunikace s fyzickým kontaktem. Ostatní spolužáci ho brali mezi sebe jako sobě rovného. Respektovali jeho specifické potřeby. Dokázali ho povzbudit, byli trpěliví, dokázali ho zastoupit v jeho krátké nepřítomnosti při

hře..... S námi navázal V. velice rychle kladný citový vztah. Přicházel si povídat, vyžadoval fyzický kontakt. Bylo možné mu věci vysvětlit, ukázat, debatovat s ním.

Po konzultaci s paní učitelkou, po domluvě s vedením školy naše průpravné i herní aktivity vyvrcholily dvoudenním sportovním programem, jehož vrcholem se stal turnaj v ringu.

Z tohoto dvoudenního sportovního programu a turnaje byl pořízen obrazový materiál (kapitola 5.2).



Obrázek č. 25 – Společné hodnocení

Na první zkušenost s hrou dvou družstev proti sobě si žáci museli samozřejmě určitou dobu počkat. Po realizaci průpravných činností, doplnění základních stěžejních avšak ještě nesdělených informací týkajících se hry samé (např. postavení hráčů na hřišti, zahájení hry, počítání bodů, hrací doba, tresty... viz. 4.2.3 modifikovaná pravidla hry ringo) jsme přistoupili ke hře samotné. Tak jako při průpravných činnostech, tak i během hry jsme žákům doplňovali, upřesňovali, připomínali, dávali do souvislostí další pravidla, informace, které vycházely z vlastní hry samé.

V počátcích jsme hru podle potřeby přerušovali a bezprostředně řešili vzniklou situaci (připomenutí pravidel, doplnění již sdělených pravidel, komentář k chybám v technice, taktické rady....). Hra se stávala plynulejší, jistější.

Po zvládnutí hry s jedním kroužkem jsme zkusili pro zajímavost i hru s dvěma kroužky. K překvapení všech žáci ve hře s jedním kroužkem navíc obstáli. Dokázali

reagovat na druhý kroužek, větší obtížnost činnosti, zorientovali se v nově vzniklých situacích...

V roli rozhodčích se vystřídali všichni zájemci: paní učitelka, osobní asistent se svým klientem a velká část čtvrtáků. Potvrdilo se nám naše přesvědčení, že cesta, kterou si žáci osvojovali činnosti, hru a pravidla, byla správná. Role rozhodčího se zhostili bez velkých problémů, úspěšně.

Složení hráčů ve skupinách, družstvech jsme průběžně měnili, aby si žáci vyzkoušeli hru se všemi spolužáky, byli nuceni neustále přemýšlet o vhodné komunikaci, strategii hry...

DVOUDENNÍ SPORTOVNÍ PROGRAM

První den dvoudenního sportovního programu probíhal v hale. Zúčastnili se ho všichni. Byly realizovány některé průpravné činnosti týkající se hry ringo, hra samotná. Tyto činnosti byly prokládány dalšími sportovními aktivitami, které měly za úkol zpestřit jednostranné sportovní zaměření (využití ponožkových míčků, met, laviček, žebřin, kelímků, papírových koulí, netradičních pomůcek pro hru ringo, padáku).

Den předem bylo určeno složení družstev při turnaji. Bylo tak učiněno záměrně. Chtěli jsme, aby sportovní činnosti vyvrcholily i týmovou kooperativní aktivitou žáků. Záměrem bylo družstvo co nejvíce spojit, stmelit, povzbudit a posílit-společná rekapitulace pravidel. Vytvořit emočně pozitivní sportovní atmosféru-vymýšlení pokřiků. Poskytnout hráčům čas na společnou domluvu-společné vymýšlení taktiky. Rozdělování hráčů probíhalo na základě volby žáků, kteří byli seznámeni s klady i zápory obou nabídnutých variant (kapitáni X losem), prostřednictvím kapitánů, které nám pomohla vybrat třídní učitelka.

První den tedy došlo k rozdělení žáků do družstev. Žáci se seznámili s týmovou kooperativní přípravou na turnaj, která probíhala v rámci družstva. Byla jim vysvětlena symbolika zápisů na archu papíru. Na konci prvního sportovního dne měli za sebou týmovou kooperativní práci, která byla viditelná na archu papíru každého družstva (pravidla, jména členů). Věděli, co je následující den čeká. Domů odcházeli s domácím úkolem týmového charakteru: vymyslet si pokřik pro své družstvo, název družstva, zapřemýšlet o vhodné taktice hry.



Obrázek č. 26 – Sportovní aktivity: kelímeček, papírová koule

Druhý den sportovního programu, který byl záměrně kvůli přírodním podmínkám realizován na venkovním víceúčelovém hřišti, proběhlo ještě několik průpravných činností. Družstva se navzájem seznámila s výsledky domácího úkolu. Přesvědčili jsme se, do jaké míry členové družstva navzájem spolupracovali.



Obrázek č. 27 – Archy: týmová kooperativní příprava, vlevo žák s Aspergerovým syndromem

S přihlédnutím k rozvrhu výuky, horkému dnu... byla zvolena alternativně k modifikovaným pravidlům následující **organizace turnaje v ringu**:

-čtyři družstva po pěti hráčích, hra 4+1

-hřiště A, B -rozpis jednotlivých utkání na hřištích

-rozhodčí A-Kočová, B-Kadlecová

-set se hraje do 10 bodů, k vítězství v setu stačí rozdíl jednoho bodu, hra na dva vítězné sety

-základní kolo: každý s každým

-semifinále: boj o 3. místo-družstvo na 2. a 3. místě

-finále: boj o 1. a 2. místo-družstvo na 1. místě a vítěz semifinále



Obrázek č. 28 – Pokřik

Důležitým kladným výchovným i sportovním momentem při turnaji byla povzbuzující pozitivní týmová atmosféra v družstvech. Tato atmosféra v družstvech se přenesla i do atmosféry turnaje samého. Žáci se na něj moc těšili a činnost si společně užili. Dokonce přišli fandit i někteří rodiče. Projevovali velký zájem o způsob hry, pravidla...

Při turnaji samotném se ukázalo, že byla vytvořena zhruba výkonnostně vyrovnaná družstva (zápisy stavu utkání-nejčastěji skóre 2:1, rozdíl jednoho či dvou bodů). O to zajímavější byly situace, kdy štěstí přálo družstvu, které v dané chvíli dovedlo v klidu hrát, komunikovat. Družstvu, ve kterém stáli všichni při sobě, dokázali se zkoncentrovat, pomáhat si. Emočně náročné okamžiky v zlomových okamžicích hry dokázali hráči zvládnout za přispění kamarádů, pedagogů v duchu fair-play chování.

Po ukončení turnaje proběhlo celkové zhodnocení činnosti, vyhlásily se výsledky turnaje. Došlo k předání diplomů, medailí, focení.

Venku se nám neosvědčilo použití pohyblivých-šoupacích praporků na dělicí šňůře. Vítr s nimi pohyboval, v případě jejich posunutí v horizontální rovině k sobě, k jedné straně byla nejasná dráha letu kroužku. V případě takto vzniklých sporných kroužků jsme učinili domluvu, že bude provedeno nové podání.

Vzhledem k zapojení všech žáků do hry na každém hřišti rozhodoval pouze jeden rozhodčí. Během utkání vznikly okamžiky, kdy byla přítomnost druhého rozhodčího nezbytná (dopady kroužku k zadní čáře, skleněná zeď, auty na straně bez rozhodčího). Ve sporných okamžicích jsme se přiklonili k provedení nového podání.

V přírodních podmínkách (slunce, vítr) na víceúčelovém hřišti si hráči uvědomili, jak je důležitý okamžik střídání stran.

Osvědčilo se zapisovat výsledky utkání, průběžný stav setů, organizaci hry, názvy hřišť, rozpis utkání.... na velké archy papíru. Ze zápisů, průběžně doplňovaných tabulek se každý mohl kdykoli dozvědět potřebné informace. Ve venkovním prostoru jsme absenci nástěnné plochy na pověšení archů vyřešili zatěžkáním archů papíru sportovními pomůckami.

Po skončení turnaje všichni hráči obdrželi diplom a medaili (nakladatelství Mravenec-příloha č. 3). Pro hráče na čtvrtém místě nebyla kovová, ale o to víc si na ní mohly děti pochutnat (byla čokoládová). Samozřejmě, že kromě věcné odměny proběhlo i společné zhodnocení akce. Jak ze strany dospělých, tak ze strany hráčů jednotlivých družstev (příloha č. 6, obrazový materiál-přiložené CD: dvoudenní sportovní program-videonahrávky, foto)

5 DISKUSE

5.1 Reflexe realizovaných činností

V předchozích kapitolách byla provedena reflexe jak průpravných činností, tak i hry ringo na I. stupni ZŠ. V této kapitole se budeme věnovat ještě nevyřčeným postřehům, připomeneme náš záměr, který prolínal všemi aktivitami.

Naším cílem nebylo předat žákům hotové informace. Naším záměrem bylo žáky vést, ukazovat, nabízet, podněcovat, vysvětlovat, motivovat, debatovat, připomínat, Učit žáky dávat si věci do souvislostí, přemýšlet, být odpovědný...Postupně je prostřednictvím průpravných činností a hry učit pravidlům, taktice, týmové spolupráci, kooperaci, fair-play chování....

Ukázalo se, že jsme častěji měli připravené aktivity vzhledem k časové dotaci obsahově naddimenzované. Na improvizaci a rozhodnutí pedagoga pak bylo v průběhu činnosti se s touto skutečností vyrovnat-vybrané aktivity odložit, zkrátit, upravit. Na základě těchto změn stavět další činnosti.

Osvědčilo se mít v zásobě aktivity pro odreagování, využívat netradiční pomůcky, umět aktivně reagovat na danou situaci-zařazení obměn, prvků soutěže..... Umět využít nápady a myšlenky žáků. Střídat čas aktivní fyzické činnosti s časem odpočinku, s časem psychické aktivity. Osvědčilo se nám používat jmenovky (proužek se jménem nalepený na oblečení).

Komunikace probíhala otevřeně, efektivně, protože jsme ji postavili na domluvených pravidlech. Žáci byli motivováni a nad daným problémem aktivně přemýšleli, podíleli se tak sami na podobě činností.

Přínosné a zajímavé bylo sledovat aktivitu, způsob reakcí a chování integrovaného V. s Aspergerovým syndromem. Další zkušeností pro nás bylo pozorovat a vnímat klima celé třídy, ve které je hoch integrován.

Z reakcí žáků jsme se dozvěděli, že se jim lépe hraje s dutými gumovými ringo kroužky. Tyto kroužky jsou i odolnější vůči fyzickému zacházení, zátěži.

Při činnostech realizovaných v kruhu se nám zdá optimálním počet hráčů 6. Jak jsme se již zmiňovali, považujeme za méně vhodné tvořit skupiny, dvojice ve stejném složení žáků.

Osvědčilo se nám zařazovat činnosti v tomto pořadí: činnost v základním tvaru, poté s obměnou, poté přidat nějaký prvek soutěže, přidat do činnosti pohyb.

U průpravných činností začínat dominantní rukou bekhendem, poté forhendem. Dále nedominantní paží bekhend, forhend. Činnosti střídat-propojení činnosti mozku, obměna, udržení pozornosti žáků.... Využívat prostor na délku.

Naším záměrem bylo seznámit žáky 4. B s netradiční sportovní hrou. Prostřednictvím konaných aktivit u nich vzbudit zájem o tuto hru. Pedagogovi představit a přiblížit novou sportovní aktivitu, kterou může zpestřit výuku TV na I. stupni ZŠ. Poskytnout mu zásobník nápadů, činností, zkušeností a informací. Ukázat mu, že hra ringo, má ve výuce TV na I. stupni své místo.

Náš záměr se podařil. Po realizaci činností jsme se setkávali s kladnými ohlasy žáků, pedagogického sboru, vedení školy i rodičů. Zrealizoval se nákup ringo kroužků pro potřebu výuky. Do konce školního roku se ringo začalo hrát v další třídě na I. stupni. Informace a podněty z této diplomové práce, i když není ještě dokončená, využívá ke své potřebě paní učitelka. V polovině prázdnin jsme byli osloveni žáky z 4. B, jestli máme doma ještě ringo kroužky. Jestli jim je můžeme půjčit. Že si chtějí zahrát... Domníváme se, že toto spontánní oslovení žáků je jedním z argumentů, který potvrzuje obsah první věty tohoto odstavce.

S paní učitelkou Kadlecovou se mi výborně spolupracovalo. Děkuji jí za nápady, připomínky a osobní invenci. S žáky 4. B se nám podařilo prakticky zrealizovat řadu činností různého charakteru, zaměření, různé obtížnosti. Pořídil nepostradatelný obrazový materiál, který názorně poslouží všem, kteří budou chtít ringo začít hrát. Jsme rádi, že vzájemná spolupráce probíhala za klidné tvůrčí atmosféry. Děkuji.

5.2 Obrazový materiál

Obrazovým materiálem, který pedagogům začínajícím s netradiční hrou ringo na ZŠ usnadní prvotní orientaci v této problematice, jsou:

- fotografie: realizace netradiční sportovní hry ringo (průpravné činnosti, hra)
- náčrtky, plány (použitá literatura)
- videonahrávky: realizace průpravných činností, netradiční sportovní hry ringo (příložené CD: pravidla, technika, průpravné činnosti, hra, dvoudenní sportovní program)
- přílohy

Fotografie a videonahrávky jsou pořízeny vzhledem k obtížné dostupnosti techniky a zajištění její obsluhy v průběhu dvoudenního sportovního programu. Děkuji paní Heleně Polankové za spolupráci při pořizování obrazového materiálu.

5.3 Nabídka nakladatelství Mravenec

Pro potřeby pedagoga na I. stupni ZŠ je zajímavá komplexní nabídka nakladatelství Mravenec (příloha č. 3) zaměřená na hru ringo, ve které lze najít rekreační pravidla této hry, pravidla netradičních rekreačních sportů, nabídku hracích kroužků, diplomů, medailí se stužkami. Nabídka obsahuje i netradiční sportovní pomůcky pro hru ringo: létající talíře, skládací létající talíře.

6 ZÁVĚR

Naším záměrem bylo poskytnout prostřednictvím této diplomové práce pedagogům I. stupně ZŠ materiál, který by jim pomohl v počáteční fázi realizace hry ringo. Osobně jsme rádi, že jsme mohli zpracovat materiál tohoto zaměření. Diplomovou práci lze podle jejího charakteru rozdělit na část teoretickou a praktickou.

Teoretická část nabízí čtenáři pro úplnost celé problematiky pohled na problematiku hry, sportu, sportovní hry obecně. Uceleným způsobem připomíná postavení sportovní hry v kurikulárních dokumentech. Podrobněji se věnuje v teoretické rovině netradiční sportovní hře ringo. Prozrazuje nám zajímavosti o historii a vzniku této hry, informuje o činnosti Českého klubu ringa a v neposlední řadě pro zajímavost seznamuje s rekreačními pravidly hry. Informace v této první části by měly pomoci čtenáři zorientovat se a připomenout problematiku sportovních her, jejich postavení v kurikulárních dokumentech, blíže se seznámit s hrou ringo na obecné úrovni.

Praktická část obsahuje zpracovanou problematiku realizace sportovní netradiční hry ringo na I. stupni ZŠ. Nabízí odpovědi na otázky proč ringo hrát, jak hra ringo formuje osobnost žáka a souvisí s postavením pedagoga, seznamuje s prostorovými nároky a požadavky na materiální vybavení.

Samostatnou kapitolou jsou modifikovaná pravidla hry ringo. Nejen že se v této kapitole čtenář dozví jejich znění, ale je seznámen s procesem jejich tvorby a vzniku.

Kapitola věnovaná herním činnostem hry ringo je zpracována pro okamžité praktické použití pedagogem, který se rozhodl s ringem začít. Předává mu srozumitelné informace týkající se metodiky nácviku hry, osvojení správné techniky s poukázáním na nejčastější chyby a jejich nápravu (doporučení konkrétních činností ze zásobníku). Informuje ho o základní taktice hry ringo.

Zbývající část práce je věnována průpravným činnostem pro hru ringo a hře ringo samé. Seznamuje čtenáře s inspiračními zdroji. Pro další snadnou orientaci připomíná klasifikaci činností. Zásobník průpravných činností nabízí charakterem svého zpracování devět aktivit, které jsou připraveny k realizaci.

Poslední část práce se věnuje samotné praktické realizaci činností na I. stupni ZŠ. Pro přehlednost se nejprve věnujeme průpravným činnostem. Zrealizováno bylo 14 činností. Všechny činnosti obsahují samostatnou reflexi z průběhu činnosti s poznámkami vlastních zkušeností. Jsou doplněny obrazovým materiálem. Konečná reflexe průpravných činností jako celku poskytuje učiteli mnoho podnětů.

Dále se tato část práce věnuje realizaci sportovní netradiční hry ringo na I. stupni ZŠ. Hra samotná byla realizována ve vnitřních i venkovních prostorech, uskutečněn byl i turnaj v ringu. Reflexe je opět doplněna obrazovým materiálem. Protože tato poslední uvedená část práce bude asi jednou z nejpoužívanějších z celého vytvořeného materiálu, snažili jsme se, aby byla názorná, informačně jasná, přínosná a prakticky okamžitě použitelná. Tomuto záměru může napomoci seznam všech použitých obrázků v práci, dále seznam odborné literatury s uvedením dalších zdrojů.

V části diskuse se ještě dotýkáme v celkové reflexi realizovaných činností. Čtenáři připomínáme náš realizovaný záměr. Upozorňujeme na zajímavou nabídku nakladatelství Mravenec, která s dalšími pěti přílohami uceleně dotváří obrázek dané problematiky.

Diplomovou práci jsme od začátku do konce zpracovávali s jasným cílem a záměrem. Chceme, aby tento materiál otevřel sportovní hře ringo dveře primárního stupně ZŠ. Aby pedagogovi svým charakterem poskytl pevné zázemí při zavádění netradiční sportovní hry ringo na I. stupni ZŠ. Aby byl prakticky dobře použitelný.

Cílem diplomové práce bylo navrhnout a realizovat průpravné činnosti, zmodifikovat pravidla hry pro podmínky výuky na I. stupni ZŠ, zrealizovat sportovní hru ringo s žáky I. stupně. Úkolem bylo vypracovat zásobník průpravných činností, tyto činnosti zrealizovat s použitím modifikovaných pravidel, připojit k činnostem reflexe. Dalším úkolem bylo pořídit obrazový materiál.

Domníváme se, že jsme úkoly a tím i cíl práce splnili. Do jaké míry se nám to podařilo, je otázkou debaty.

7 SUMMARY

Diploma work, what you are reading now, was prepared with a particular given goal. Its target was to make a practical demonstrative material which will enable implementation of nontraditional sporting game called ringo at 1st level of Primary school. This original material could be useful for educators who are starting with this unusual game and it will also be a beginning of the way to their implementation of other activities themselves.

This work is divided into two parts: theoretical and practical. Theoretical part deals with our issues in general level. This part was included for completeness and wholeness of the topic. It presents sporting games' issues, provides the reader orientation in system of school documents. It gives more detailed information about game ringo itself (history, origins, organisations...) out.

Second part is practical. In chapter "playing activities of game ringo" an educator finds some questions for answers how to start to play this game with his/her pupils. There is a list of many activities and also a wide range of activities which could be used during P. E. lessons. Next part of diploma work deals with implementation of sporting game ringo, which was made with using of modified rules at 1st level of Primary schools. It brings an experience with organising or tournaments in this nontraditional sporting game.

Wholeness, usefulness and illustrative nature ensure a big amount of visual material (photographs, pictures, thematically aimed supplements, CD which contains photographs and videos with these activities) list of pictures, list of technical literature and next resources.

8 LITERATURA

- ALT, R. *Pokrokový charakter Komenského pedagogiky*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. 1955.
- BURSOVÁ, M., RUBÁŠ, K. *Základy teorie tělesných cvičení*. Plzeň: Západočeská univerzita. 2003.
- DUSPIVOVÁ, M. *Výuka míčových her, průpravné a modifikované hry na 1. stupni ZŠ v Březnici*. Plzeň, 2008. Diplomová práce. Západočeská univerzita. Fakulta pedagogická. Katedra tělesné výchovy. Vedoucí práce Ilona Kolovská.
- JŮVA, V. et al. *Základy pedagogiky pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido. 2001.
- KLIMTOVÁ, H. *Základy sportovních her pro učitele 1. stupně ZŠ*. 1. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita. 2006.
- KOHOUTOVÁ, I. *Zdokonalování pohybových dovedností ve sportovních hrách pomocí průpravných her a činností na 1. stupni ZŠ*. Plzeň, 2009. Diplomová práce. Západočeská univerzita. Fakulta pedagogická. Katedra tělesné výchovy. Vedoucí práce Tomáš Klobouk.
- KOLÁŘ, P. et al. *Sportovní hry ze světa*. Praha: Česká asociace sport pro všechny. 2004.
- MUŽÍK, V. a NOVÁČEK, V. *Nehrajme jen vybíjenou*. Olomouc: Hanex. 1993.
- RYCHTECKÝ, A. a FIALOVÁ, L. *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum. 1998.
- TÁBORSKÝ, F. *Sportovní hry*. Praha: Grada Publishing, a.s. 2004.
- TŮMA, M. a TKADLEC, J. *Hry s míčem pro děti*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010.

- VRBATA, M. *Pravidla netradičních rekreačních sportů II*. Brno: Mravenec, 1998. Rádce, 6. ISBN 80-85978-50-4.
- VRBATA, M. *Pravidla netradičních rekreačních sportů*. Brno: Mravenec, 1997. Rádce, 4. ISBN 80-85978-25-3.

DALŠÍ ZDROJE

- Rámcové vzdělávací programy. *Výzkumný ústav pedagogický v Praze* [online]. ©2010. [cit. 31. 7. 2012]. Dostupné z: <http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV-pomucka-ucitelum.pdf>
- Rámcové vzdělávací programy. *Výzkumný ústav pedagogický v Praze* [online]. ©2010. [cit. 30. 7. 2012]. Dostupné z: <http://www.vuppraha.cz/ramcove-vzdelavaci-programy/zakladni-vzdelavani>
- Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání. *Scio* [online]. Praha: Scio, ©2008. [cit. 20. 9. 2011]. Dostupné z: <http://www.scio.cz/skoly/rvp/odstavec.asp?odstavecID=1060>
- Rekreační pravidla hry ringo. *Ringo* [online]. Ostrava: Český klub ringa, ©2007. [cit. 20. 9. 2011]. Dostupné z: <http://www.ringo.cz/Rekreacni-pravidla-hry-ringo/Default.aspx>
- Pravidla. *Volejbal* [online]. ©2008. [cit. 21. 9. 2011]. Dostupné z: <http://www.volejbal.cz/pravidla/?strana=15>
- *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. ©2006. [cit. 21. 9. 2011]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/>
- *Mravenec* [online]. Brno: Nakladatelství Mravenec, ©2007. [cit. 20. 9. 2011]. Dostupné z: <http://www.mravenec.cz/rs/e-shop/>

- *Ringo* [online]. Ostrava: Český klub ringa, ©2007. [cit. 20. 9. 2011].
Dostupné z: <http://www.ringo.cz/>

9 SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek č. 1	Hrajeme fair-play	str. 21
Obrázek č. 2	Hrací plocha	str. 22
Obrázek č. 3	Variabilní předělení prostoru hřiště	str. 23
Obrázek č.4	Variabilní předělení prostoru hřiště (sít, šňůra s praporky)	str. 23
Obrázek č. 5	Čáry	str. 24
Obrázek č. 6	Rozměry ringo kroužku	str. 25
Obrázek č. 7	Sít (lanko s praporky)	str. 25
Obrázek č. 8	Šňůra s praporky	str. 26
Obrázek č. 9	Postavení čtyřčlenného družstva	str. 27
Obrázek č. 10	Navlečení kroužku na ruku	str. 31
Obrázek č. 11	Chycení kroužku oběma rukama	str. 31
Obrázek č. 12	Házení: bekhend	str. 34
Obrázek č. 13	Házení: forhend	str. 34
Obrázek č. 14	Házení: nápřah paže	str. 34
Obrázek č. 15	Chytání kroužku	str. 35
Obrázek č. 16	Netradiční sportovní pomůcka: skládací létající talíř	str. 40
Obrázek č. 17	Přemýšlíme nad pravidly	str. 40
Obrázek č. 18	Vyber si přihrávku	str. 42
Obrázek č. 19	Podávaná	str. 54
Obrázek č. 20	Přihraj kamarádovi	str. 56
Obrázek č. 21	Zóny	str. 59
Obrázek č. 22	O nejdelší přihrávku	str. 61
Obrázek č. 23	Bodovačka-hodnocení	str. 72
Obrázek č. 24	Bodovačka-zóny	str. 72
Obrázek č. 25	Společné hodnocení	str. 76
Obrázek č. 26	Sportovní aktivity: kelímek, papírová koule	str. 78
Obrázek č. 27	Archy: týmová kooperativní příprava, vlevo žák Aspergerovým syndromem	str. 78
Obrázek č. 28	Pokřik	str. 79

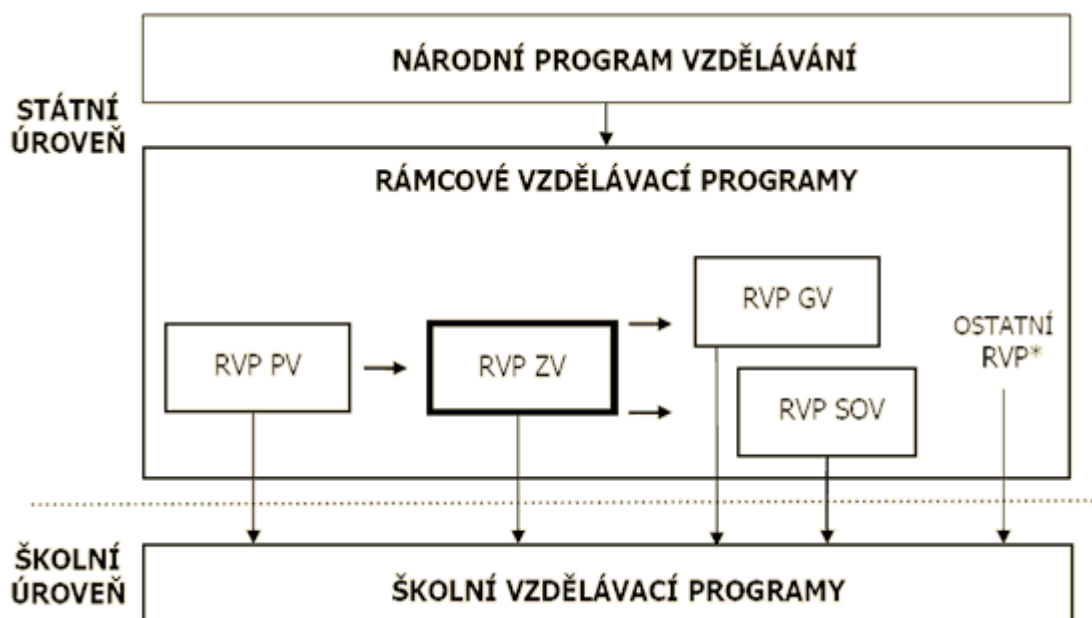
10 PŘÍLOHA

Číslo 1

SYSTEM KURIKULÁRNÍCH DOKUMENTŮ

Legenda: RVP PV - Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání; RVP ZV - Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání; RVP GV - Rámcový vzdělávací program pro gymnaziální vzdělávání; RVP SOV - Rámcový vzdělávací program (programy) pro střední odborné vzdělávání.

* Ostatní RVP - rámcové vzdělávací programy, které kromě výše uvedených vymezuje školský zákon - Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání, Rámcový vzdělávací program pro jazykové vzdělávání, případně další.“



(Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání. *Scio* [online]. Praha: Scio, ©2008. [cit.20. 9. 2011]. Dostupné z: <http://www.scio.cz/skoly/rvp/odstavec.asp?odstavecid=1060>)

Číslo 2

PŘENOSNÉ RINGO HŘIŠTĚ

Ing. Ivan Cap, předseda ČKR, e-mail:
rimgo@rimgo.cz



Přenosné říště pro hru RINGO, které je koncepčně nové, cena je 4 900 Kč/ks (včetně DPH).

(ČKR, I. Cap)

RINGO hřiště se skládá ze:

- dvou ocelových sloupků s práškovým nástřikem (průměr 29 mm) třídlých, s nastavitelnými upínacími šňůrami a čtyř masivních zemních kotev (maximální výška sloupků 2,45 m)
- síťka je černá se širokým lemem ve žluté barvě opatřena provázky k upevnění na přenosné sloupky, (síť je nyní klasická – šňůrka s praporky byla nahrazena pevnou sítí, která zamezuje sporům, zda šel kroužek nad či pod sítí)
- lajny ze syntetického materiálu (šířka 25 mm) v červené barvě k vyznačení hřiště o rozměrech 9 m x 18 m v rozích opatřeno kovovými kolíky (nově je součástí praktický elegantní umělohmotný naviják)

Souprava je dodávaná v tašce.

Číslo 3

NABÍDKA NAKLADATELSTVÍ MRAVENEC – RINGO

Provozovna: Masarova 11, 628 00, Brno - Líšeň

Kontakt: tel. 515 540 669, e-mail: mravenec@mravenec.cz, www.mravenec.cz

-Kat. č. : 131 006



Michal Vrbata: Pravidla netradičních rekreačních sportů II.

Poznejte Streetball, Sbíranou, Pálkovanou, Talířovanou, Freesbee, Snajper, Zvonkovou, Bolaso, Malé ragby, Přehazovanou, Malou kopanou, Nohejbal, Krokot, Fusvolejbal a RINGO.

Cena: 50 Kč

-Kat. č.: 244 020



Super RINGO kroužek z PVC s ventilem.

Vhodné nejen pro hru Ringo.

Ke hře jsou obvykle potřeba dva kroužky.

Cena: 120 Kč



-Sada kovových medailí "Ringo"

Kat. č.: 745 125



Cena: 60 Kč

Kovové medaile (v sadách po třech kusech).

V sadě je vždy zlatá, stříbrná a bronzová medaile.

Průměr medaile 40 mm.

Průměr emblému (obrázku) 25 mm.

-Diplom, rádce, stužka



Kat. č.: 115 165

Ringo

Kč 2,50

Kat. č. :931 002

Ringo /rekreační

pravidla/

5 Kč

Stužka – trikolora

Kat. č.: 745 900

10 Kč



(Mravenec [online]. Brno: Nakladatelství Mravenec, ©2007. [cit.20. 9. 2011].

Dostupné z: <http://www.mravenec.cz/rs/e-shop>)

Číslo 4

SOUHLAS ZÁKONNÉHO ZÁSTUPCE SE ZVEŘEJŇOVÁNÍM FOTOGRAFIÍ A VIDEONAHRÁVEK ŽÁKA

Základní škola a mateřská škola Stod, nám. Komenského 10, 333 01 Stod, tel. 377 901 167

SOUHLAS ZÁKONNÉHO ZÁSTUPCE SE ZVEŘEJŇOVÁNÍM FOTOGRAFIÍ A VIDEONAHRÁVEK ŽÁKA

JMÉNO, PŘÍJMENÍ ŽÁKA TŘÍDA

DATUM NAROZENÍ

BYDLIŠTĚ

Osobní údaje budou použity jen pro vnitřní potřebu Základní a mateřské školy Stod dle zákona č. 101/2000
Sb. ve znění zákona č. 626/2004 Sb.

SOUHLASÍM – NESOUHLASÍM*

se zveřejňováním fotografií a videonahrávek výše jmenovaného žáka/výše jmenované žákyně

za účelem:

1. vypracování diplomové práce-obrazová příloha /Kočová Pavlína - Využití netradiční sportovní hry ringo na I. stupni ZŠ, vedoucí práce Mgr. Kolovská Ilona, ZČU v Plzni, PF-KTV/
2. vytvoření didakticko-metodického materiálu pro ZČU v Plzni /Grant FRVŠ: PF-KTV, TV2/
 - **Fond rozvoje vysokých škol** schválil grant na vypracování studijní opory pro studenty oboru Učitelství pro 1. stupeň základní školy
 - problematika se týká se předmětu TV 2 - sportovní hry, podoba zpracování jako
 - TV 4: Západočeská univerzita v Plzni. Katedra tělesné a sportovní výchovy. TV4 [online]. ©2010. [cit.16. 4. 2012]. Dostupné z: <http://www.tv4.ktv-plzen.cz//>
3. prezentace článků metodicko-didaktického zaměření pro metodický portál RVP - celorepublikový přenos informací

Ve Stodě, dne 17. 4. 2012

Podpis zákonného zástupce

*nehodící se prosím škrtněte

Číslo 5

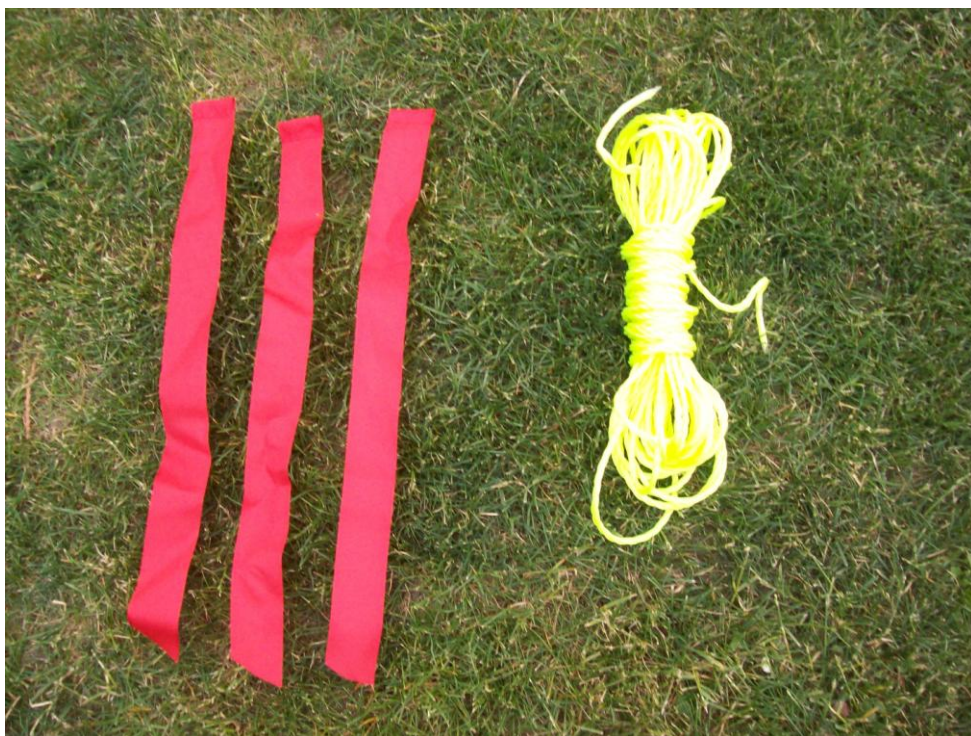
MATERIÁLNÍ VYBAVENÍ PRO HRU RINGO



Ringo kroužek (kontrastní barva – hra s dvěma kroužky)



Žlutá a červená karta (barevný papír, laminace)



Šňůra s praporky – stuha, prádelní šňůra



Navlečené praporky na šňůře



Přenosné hřiště pro hru ringo (ČKR, I. Cap)



Létající talíř plastový (průpravné činnosti)



Létající talíř skládací (průpravné činnosti)



Papírový talíř velký (průpravné činnosti)

Číslo 6

REALIZACE NETRADIČNÍ SPORTOVNÍ HRY RINGO



Více na: dvoudenní sportovní program - videonahrávky, fotografie (příložené CD)