

Hry s míčem pro děti

druhé, doplněné vydání



Martin Tůma, Jiří Tkadlec

 GRADA®

 děti a sport

Obsah

Grafické symboly	6
Úvod	7
Základní pojmy	9
Rozdělení sportovních her.....	10
Cvičení pro manipulaci s míčem	13
Jednotlivec	13
Dvojice	30
Závody, soutěže a štafety	35
Průpravné hry	53
Kontrolní cvičení pro ověření dovedností.....	88
Základní metodické zásady pro organizaci a řízení průpravných her	93
Využití cvičení, závodů a průpravných her s míčem	97
Hry a soutěže s míčem v rámci cvičební jednotky	101
Zařazování her a cvičení s míčem do cvičební jednotky.....	102
Ukázková cvičební jednotka	105
Využití her a štafet v jednotlivých sportovních hrách	108
Seznam použité literatury.....	112

Úvod

Míč...? Co je vlastně míč...? Od útlého dětství je naším společníkem, kamarádem a prostředkem zábavy při nejrůznějších radovánkách či hrách. V minulosti se mu také říkalo „meruna“ nebo „kožený nesmysl“ a v dnešní době můžeme často slyšet slovo „balón“. V každém případě, ať už „ho“ nazveme jakkoli, nám může být jak v dětství, tak i v dospělosti nejenom prostředkem či pomocníkem k navázání komunikace, ale rovněž i správným motivačním prvkem pro nenásilné a zábavné uskutečnění našich předsevzetí – třeba zlepšení nebo udržení tělesné kondice.

Mnohé z nás přitom ovládání míče zaujme natolik, že ho využíváme po celý život. V případě profesionálních hráčů se dokonce stává prostředkem obživy a zároveň předmětem zábavy rozsáhlé skupiny dalších občanů. I z tohoto důvodu jsou různé sportovní hry obecně rozšířeným a známým jevem. Díky tomu přicházejí desítky lidí více či méně pravidelně na hřiště proto, aby se samy zúčastnily různých forem utkání, případně soutěží.

Základním předpokladem účasti jedince v jakékoliv formě hry je zvládnutí určitých herních dovedností a taktických zásad jejich využití. Hodit či chytit míč nebo do něj kopnout dokáže téměř každý člověk. Ale hodit ho přesně do určitého místa, přiměřenou silou a v pravý čas nebo umět jej chytit na místě či v pohybu (běhu, pádu případně i ve výskoku) – to již vyžaduje určitou zručnost a dovednost, která se dá nacvičit. Jedná se však o záležitost dlouhodobou a svým způsobem i náročnou, proto je nezbytné s nácvičením začít už u dětí. K osvojování zmíněných dovedností a zásad se využívají různé metodicko-organizační formy, z nichž v dětském věku mají nezastupitelnou a podstatnou roli průpravné hry. V kombinaci se soutěživým provedením dalších organizačních forem (cvičení, závody, štafety) tak můžeme připravit tréninkové nebo vyučovací jednotky, které nenásilným a zábavným způsobem formují a zdokonalují herní způsobilost každého dítěte.

Tato publikace by měla sloužit především jako určitý zásobník zmiňovaných her a organizačních forem pro učitele, cvičitele, trenéry, ale i pro rodiče, kteří chtějí svým potomkům přiblížit báječný svět sportovních her. Proto jsme omezili na nezbytné minimum pasáže týkající se teoretických východisek a metodických návodů jak s uváděnými formami pracovat. Vedlo nás k tomu mimo jiné i přesvědčení, že v současné době je snadné získat další

informace v celé řadě pramenů (viz závěrečný seznam publikací). Naopak jsme zařadili kapitolu s popisem kontrolních cvičení, ve kterých si každý může ověřit aktuální úroveň vlastních dovedností.

Výběr toho, co považujeme za podstatné, nemusí každého čtenáře plně uspokojit. Proto je v závěru textu uveden seznam literatury, kde lze nalézt doplňující informace nejen o hrách s míčem, ale o pohybových hrách vůbec. Rozsah a zaměření naší publikace totiž nedovolují vyčerpávající zpracování jednotlivých tematických okruhů. Přesto věříme, že v předložené příručce naleznou všichni čtenáři další podněty pro své didaktické, popř. i hráčské působení.

Autoři

Hry s míčem

pro děti



Průpravné hry a soutěže jsou pro děti nejzábavnější formou osvojování základních herních dovedností s míčem. Zásobník více než 220 různých cvičení a zajímavých her v tomto novém, doplněném vydání úspěšné knihy využijí trenéři dětských kategorií, učitelé tělesné výchovy, cvičitelé zájmových kroužků i rodiče. V publikaci najdete také rozdělení her podle jejich využití v různých sportech.



Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401
fax: +420 234 264 400
e-mail: obchod@grada.cz
www.grada.cz



ISBN 978-80-247-3489-7



9 788024 734897