WYSŁANE PRZEZ
Irmgard

ON
05.07.2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Dysk tworzy program - Frisbee



Wyjaśniono sporty frisbee i wymieniono pomysły na zrobienie niezwykłego frisbee.

Ten artykuł jest artykułem z magazynu Forum.

Sporty z frisbee do naśladowania:

Starożytni Grecy rzucali "dyskiem"; studenci Uniwersytetu Yale rzucali w siebie blachami piekarniczymi, "Frisbie".

Obecnie istnieje 11 dyscyplin, w których odbywają się regularne zawody. Są to:

Long throw, target throw, float throw, throw-run-catch, disc golf i discathon jako dyscypliny indywidualne.

Ulimate, freestyle, guts, DDC i dog frisbee są rozgrywane drużynowo.

Kilka z tych gier zostało tutaj pokrótce opisanych. Mogą być rozgrywane jako takie, ale mogą być również włączone do zawodów wyższego szczebla.

Ultimate

Ultimate (znane również jako frisbee rugby, zone frisbee lub line frisbee) to najwyższa dyscyplina sportów dyskowych. Grają dwie drużyny składające się z 7 graczy. Celem jest dotarcie do przeciwległej strefy końcowej poprzez rzucenie frisbee. Zawodnik będący w posiadaniu frisbee nie może chodzić i jest osłaniany przez maksymalnie jednego przeciwnika

przez co najwyżej jednego przeciwnika. Jeśli dysk upadnie na ziemię lub zostanie złapany przez przeciwnika, kierunek gry ulega zmianie. Kontakt fizyczny lub wyrywanie sprzętu sportowego jest zabronione.

W sporcie ligowym Ultimate jest rozgrywany bez sędziego. Gracze sami zgłaszają faule. Jeśli spierające się strony nie dojdą do porozumienia w ciągu ok. 10 sekund, gra jest powtarzana.

Bardziej szczegółowe instrukcje dotyczące Ultimate Frisbee można znaleźć tutaj.

Disc golf

Golfiści w najlepszym wypadku pocą się z podniecenia; dotyczy to również disc golfa. W końcu "wrzucenie" frisbee do dołka wymaga dużej koncentracji. Pomysł jest prosty, ale wymagający: Ile rzutów potrzebujesz, aby trafić w cel?

Po tym, jak każdy wykona swój rzut, osoba, która znajduje się najdalej od "dołka", dokładnie od punktu, w którym frisbee się zatrzymało, kontynuuje grę.

Możesz oczywiście wybrać cel zgodnie z członkami swojego klubu golfowego i dostosować odległość.

Discathon

Celem jest pokonanie wyznaczonej trasy w jak najkrótszym czasie. Gracz ma dwie frisbees. Druga jest rzucana z miejsca, w którym wylądowała pierwsza i tak dalej...

Trasa może również prowadzić przez las lub rowy. Być może trzeba będzie przerzucić frisbee przez pierścień lub nawet przez przeszkodę.

Discathon można również zorganizować jako sztafetę.

Flubber-Guts (odmiana Guts)

Dysk może być dotykany tylko jedną częścią ciała na raz (łapanie jedną ręką - tak; naciskanie na brzuch drugą ręką - nie). Dozwolone jest podkręcenie frisbee do góry ręką lub stopą, a następnie złapanie go przez inną osobę.

Daleki rzut / rzut do celu

Te dwie dyscypliny można włączyć do gry w różnych formach.

Jako gra rekordowa, nieutalentowani miotacze prawdopodobnie dość szybko stracą radość z gry. W grupie jednak przyczyniają się do zsumowanego rzutu długiego powyżej 200m, wau!

O rzucaniu ...

Rzut z backhandu jest najbardziej powszechny, praworęczni rzucający podciągają się na lewo od siebie.

Rzut z forehandu wygląda bardziej swobodnie; wydaje się, że przedramię rzucającego leci razem z nim, co jest odczuwalne dla niedoświadczonych.

Istnieją również niezliczone rzuty trikowe. Czy to nad głową, między nogami czy od tyłu, wszystko jest dozwolone.

Wskazówki dotyczące rzucania:

- Zamach prosto; przeciągnij frisbee obok siebie w linii prostej.
- Frisbee powinno być rzucone poziomo, nieco poniżej ramienia.
- Skręć; otwórz nadgarstek tuż przed wypuszczeniem i wypuść frisbee tak, jakby wysuwało się z dłoni. Włóż dużo siły w obrót, ale nie pozwól, aby "wyskakiwało" przypadkowo
- Aby zapobiec toczeniu się frisbee w jednym kierunku, możesz przechylić frisbee w przeciwnym kierunku podczas rzutu, a w trakcie lotu frisbee będzie się "toczyć", aż spocznie poziomo.
- Przy dużej ilości obrotów i odrobinie kąta, frisbee leci szerokim łukiem, jakby szybowało po pochyłej płaszczyźnie.

Rzucanie łukiem działa w obu kierunkach. Zależy to od tego, w którą stronę przechylisz frisbee.

... i łapanie

"Mam nadzieję, że nikt nie poda mi frisbee. Na pewno połamię sobie palce"

Ale od teraz łapiesz tylko za pomocą...

... Technika kanapki

Wszyscy profesjonaliści łapią frisbee w ten sposób i nie bez powodu.

Zbliżające się frisbee jest odbierane przez zachodzące na siebie dłonie. W ten sposób każdy inny gracz wie, że zamierzasz złapać frisbee. Gdy tylko dysk przeleci między dłońmi, ściskasz je razem, a frisbee zostaje okiełznane, bez względu na to, jak trudny był rzut.

Oprócz łapania jedną ręką, istnieją inne artystyczne sposoby łapania. Łapanie sztuczek, podobnie jak rzucanie sztuczek, jest częścią każdego balsamicznego letniego wieczoru; zainspiruj się.

Umiejętność przewidywania trajektorii nazywana jest "czytaniem celu". W przypadku rzutu po łuku lecisz prosto do miejsca, w którym frisbee znajduje się na wysokości łapania, bez podążania za łukiem frisbee.

Ogólne informacje na temat użytkowania

Oto kilka wskazówek dotyczących wyboru odpowiedniego frisbee:

- Dzieci lepiej rzucają mniejszymi/lżejszymi frisbee. Jeśli frisbee jest zbyt ciężkie/duże, mogą nie rzucać nim zbyt długo. Lżejsze frisbee jest bardziej podatne na porwanie przez wiatr.
- Frisbee są dostępne we wszystkich kolorach.
  Żółte frisbee łatwiej znaleźć w trawie, czerwone na śniegu, a fluorescencyjne w nocy.
- Używaj tylko nowych frisbee na trawie. Oznacz stare frisbee do gry na asfalcie. Krawędź szybko się zszorstkuje i zrani łapiącego (z wyjątkiem łapania kanapek).

Szorstkie krawędzie i powierzchnie można stopić zapalniczką lub zeskrobać nożem do torebek.

Niewłaściwe użycie ma potencjał

Biuletyn informacyjny Besj reklamował frisbee, które może być również używane jako talerz.
Kto powstrzymuje Cię przed używaniem talerza jako frisbee? Poniższe pomysły rzemieślnicze:

Winylowe**frisbee**
Winylowe frisbee to szczególny rodzaj pomysłu na rękodzieło:

W wybranej przez siebie żaroodpornej misce umieść wybraną płytę winylową, której właściciel z pewnością nie będzie chciał już nigdy więcej słuchać!

Następnie zalej płytę wrzącą wodą i użyj drewnianych kielni, aby pomóc winylowi znaleźć nowy kształt. Uwaga! Gorąca woda o temperaturze 50°C i wyższej może spowodować poważne obrażenia.

Zachowanie w locie jest umiarkowane do dobrego, w zależności od kształtu.

CD Frisbee
Płyta CD, rzucona w dobrym stylu Frisbee, ma tendencję do "toczenia się". Można temu zaradzić, wykonując obręcz z szerokiej taśmy samoprzylepnej. Podczas rzucania można docisnąć krawędź w dół, a po puszczeniu wstanie ona ponownie.

Zachowanie w locie podobne do małego frisbee. Nadaje się do użytku w pomieszczeniach, ponieważ jest małe i lekkie.

Materiałowe frisbee
Kawałek materiału obszyty obciążnikiem wystarczy, aby gra była przyjemna.

Tkanina niekoniecznie musi być okrągła. Możliwe są również inne podstawowe kształty, takie jak trójkąt, litery...

Do obciążania nadają się kable elektryczne (linka lub drut z izolacją), żyłka wędkarska, piasek itp. Zabawa wewnątrz i na zewnątrz jest wstępnie zaprogramowana.

Dysk tworzy program_YW

Źródło odniesienia



- **Treść i zdjęcie:** Forum Kind numer 3/04, strona 25 + 26 Sporty frisbee i tworzenie własnych. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Autor:** Lukas Voellmy

Weitere Informationen

Kategorie
Gry i zajęcia

Tagi
Frisbee
Forum
Sport
Kreatywność
Rękodzieło artystyczne

Wiek
8–12 lat
13–16 lat
od 16. roku życia

Liczba uczestników
Brak dostępnych danych.

Biblia
Brakuje tej informacji.

Czas trwania
Brak dostępnych danych.

Teren / otoczenie
W pomieszczeniach zamkniętych

Materiał
Prawie bez wysiłku

Pobieranie plików
Plik do pobrania dostępny

KI Generierter Inhalt
Zawartość
Kategorie
Tagi
Wiek
Liczba uczestników
Biblia
Teren / otoczenie
Materiał

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pl/wiki/art/dysk-tworzy-program-frisbee