SUBMITTED BY
Irmgard

ON
31.05.2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Poďme do chladnej vody!



Výlet do kúpaliska si od vedúcich vyžaduje dobré naplánovanie: nápady na vybláznenie sa pri voľných aj organizovaných hrách.

Tento článok pochádza z časopisu Forum.

Poďme sa okúpať!

Horúčava, lepkavá pokožka, spotené čelá, mokré vlasy – všetci volajú po vode. Poďme, mládežnícka skupina sa stretáva v kúpalisku! Aby si sa sám „neokúpal“, nájdeš tu všetky možné tipy na plánovanie a realizáciu popoludnia v kúpalisku.

Deti si popoludnie vo vode dlho uchovajú v peknej spomienke. Voda osviežuje a zábava je takmer zaručená. Organizácia popoludnia vo vode je iná ako na súši. Začína to plánovaním cesty, prihlásením sa u plavčíka a končí realizáciou programu. Skutočnosť, že organizácia hier v kúpalisku predstavuje trochu inú výzvu ako na pevnine, mnohých odrádza. Vodnými hrami však vychádzame v ústrety prirodzenému hravému inštinktu detí. Hra pre našu skupinu znamená spoločný zážitok. Pri tom zohrávajú rozhodujúcu úlohu odvaha, nasadenie a možno aj strach. Vedúci hier má tú výhodu, že prvok vody sám o sebe pôsobí na väčšinu detí už ako lákadlo. Teraz ide o to, využiť tento nezvyčajný prvok a navrhnúť hry tak, aby sa v hre prejavili výhody vody, ako napríklad „plávanie“ a nízka hmotnosť vlastného tela.

Samozrejme, priestor by malo mať aj individuálne kúpanie a skákanie, ale kto nájde odvahu zapojiť sa do vedených hier vo vode, zistí: stojí to za to!

Návrhy hier – štafety:

Nespočetné množstvo variácií štafiet s prenášaním predmetov, štafiet s oblečením atď. sa veľmi dobre hodí na vykonávanie vo vode. Pri veľmi rôznorodých skupinách
formu štafety, pri ktorej
v ktorej má každá skupina k dispozícii určitý počet „žolíkov“. Napríklad z každej skupiny môžu dvaja ľudia plávať s doskami, na oplátku však musí niekto iný balansovať potápačský krúžok na hlave. Každá skupina má pre jednu osobu potápačské okuliare atď. Takto je možné do hry zapojiť rôzne plavecké pomôcky, ako sú dosky a potápačské okuliare.

„Štafeta stretnutí“ je forma, pri ktorej slabší výkon jednotlivých detí môžu vykompenzovať silnejšie deti.

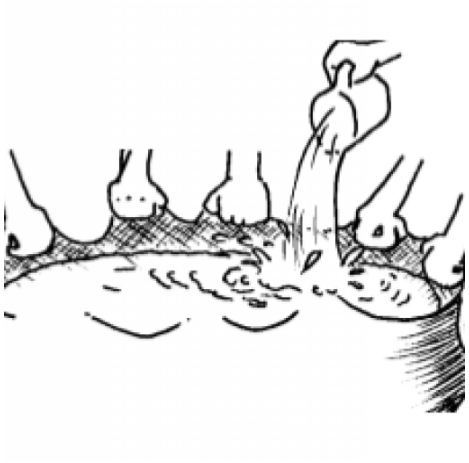
Štafeta s plaveckými čapicami v bazéne

Všetky skupiny dostanú plaveckú čiapku (modernú športovú plaveckú čiapku z gumy) a naberačku (litrovú mierku, rozrezanú nádobu na aviváž alebo podobný predmet). Teraz je úlohou naplniť plaveckú čiapku pomocou naberačky. Ten, kto je na rade, prepláva alebo prebrodí bazén, naplní nádobu na druhom okraji a vráti sa späť (možné sú aj iné varianty, napr. viacero „naplnení“ za jeden beh – do čiapky sa zmestí viac ako 100 litrov). Vyhráva tá skupina, ktorá má po záverečnom hvizde najväčšiu vaňu. Koľko detí sa do nej zmestí? (Poznámka: keď je plavecká čiapka dostatočne naplnená, bez problémov sa do nej zmestí

dospelý, ak je dostatočne naplnená. Najťažšie je začať. Preto by skupiny mali byť dostatočne veľké (6–10 detí), aby sa úloha dala vôbec vyriešiť.

Varianta: Štafeta s vodnými balónikmi

Rovnaká hra ako vyššie, ale namiesto čiapky sa napĺňa balón. Materiál pre každú skupinu: litrový merák, balón, lievik na napĺňanie (dosť náročné, nemožné, ak nepomáhajú všetci...).



Lopové hry: Brennball alebo beh po rohožiach

Skupina A sa nachádza na ihrisku, skupina B je mimo ihriska a snaží sa získať body. Jedna osoba zo skupiny B hodí loptu (alebo iný vrhací predmet) na ihrisko a rozbehne sa/brodí/pláva smerom k rohu x (označenému doskou s kotvou – napr. olovnicou, aby

sa neodplaví, alebo k okraju bazéna). Skupina sa snaží čo najrýchlejšie vytvoriť kolónu pred osobou, ktorá má loptu. Posledná osoba s loptou prepláva pod roztiahnutými nohami členov tímu. Keď sa osoba vpredu vynorí, zaznie písknutie. Kto sa do tej chvíle bezpečne nedostane do rohu (x, y, z), musí sa vrátiť späť. Za každé dokončené kolo získa skupina B jeden bod. Skupina A získa bod za zachytenie lopty. Po 5 až 10 minútach sa skupiny vymenia. Ktorá skupina získa viac bodov?

Varianty:

Spôsob plávania alebo pohybu hráčov skupiny B sa určí hodením kocky. (1 = skákanie, 2 = potápanie, 3 = plávanie, 4 = s plaveckou doskou, 5 = ruky za chrbtom, 6 = akokoľvek)

Stolové hry: Hra „Rebrík a had“

Hraciu dosku zapečatíme a umiestnime na okraj bazéna. Každá dvojica má jednu hraciu figúrku. Hráči hádžu kockou a posúvajú figúrku. Pre každé číslo na kocke sa vo vode alebo pri vode pripraví stanovište.

Napríklad:

1 = skok zo skokanského mostíka

2 = raz na druhý okraj bazéna a späť s doskou

3 = šmýkačka

4 = „vratký most“ z dosiek alebo polystyrénových krúžkov

5 = hádzanie do obruče vo vode

6 = potápanie sa po 6 krúžkoch

Skupina môže pokračovať ďalej až vtedy, keď splní úlohu. Ak sa na hernom pláne posunie späť ➜ čaká ju studená sprcha. Ak sa môže posunúť dopredu ➜ dostane odmenu.

Samozrejme, fantázii sa medze nekladú. Rôzne pomôcky ponúkajú nespočetné množstvo variantov hry (balóny, laná, krúžky atď.). Alebo prečo raz nevyskúšať terénnu hru (vo vode aj na súši) v kúpalisku?



Množstvo nápadov na hry a skvelých podnetov nájdete v knihe „Vodné hry pre skupiny“ od Patrika Lehnera, ktorá vyšla vo vydavateľstve rex.

Prajem všetkým milovníkom vody veľa zábavy!!!

Tipy:

- Vopred si zistite, koľko plavcov a neplavcov sa zúčastní
- Rezervácia (absolútne nevyhnutná, pretože inak – okrem prípadov, keď je kúpalisko málo navštevované – nie je možné organizovať hry); prípadne ohradiť časť bazéna
- Naplánujte si čas tak, aby bol priestor aj na spoločné hry, aj na voľné kúpanie.
- Vopred si premyslite, kde sa bude hra vysvetľovať (napr. nie priamo vedľa tobogánu, keďže tam je veľký hluk)
- Pri vysvetľovaní nech sú všetky deti mimo vody, pozornosť je potom väčšia
- Dohodnite si miesto stretnutia a čas

Pojďme do chladnej vody

Pojďme do chladnej vody

Zoznam zdrojov



- **Obsah a obrázok:** Časopis**„Forum** Kind“, číslo 2/03, strany 25 a 26. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Autorka:**Sandra Oldani, vyštudovaná učiteľka telesnej výchovy a športu

Weitere Informationen

Kategórie
Hry a aktivity

Značky
Výlet

Vek
8–12 rokov

Počet účastníkov
Údaje nie sú k dispozícii.

Biblia
Táto informácia chýba.

Materiál
Veľa práce

Stiahnutie súboru
Súbor na stiahnutie k dispozícii

KI Generierter Inhalt
Obsah
Kategórie
Značky
Vek
Počet účastníkov
Biblia
Materiál

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/sk/wiki/art/podme-do-chladnej-vody