

ATLETIKA

Pohybové hry zaměřené na rozvoj rychlosti

Bláznivá honička

Pomůcky: žádné

Popis hry

Děti se nejprve postaví do kruhu vedle sebe. Trenér určí, že honí vždy toho, kdo je po jejich pravé straně a jsou honěni tím, kdo je po jejich levé straně. Tím vznikají pomyslné dvojice, které se navzájem snaží chytit. Po objasnění úloh se děti rozběhnou po vyznačené ploše a začne hra. Každý hráč je současně pronásledovatelem i honěným, snaží se chytit hráče, který stál po jeho pravé ruce a zároveň utéci tomu, kdo stál po jeho levici. Každá hráč si počítá, kolikrát spoluhráče chytil a kolikrát se sám stal obětí.

Reflexe

V ideálním případě se měl vytvořit jakýsi had, chvílemi se to dětem dařilo, chvílemi to byl jeden velký zmatek. Myslím, že při častějším opakování vymizí jednotlivci, kteří si neuměli srovnat, koho honí a kdo honí je samotné. Poté byl problém při vyhodnocování vítěze, jelikož někteří v zápalu hry zapomněli počítat, kolikrát honěného chytil a kolikrát byl chycen on.

Doporučení pro realizaci

Rozdělit děti do menších skupinek. Vyzkoušet si princip hry v chůzi a postupně zrychlit.

