

Velké pohybové hry

Zkušební okruhy (vyučující dr. Kresta)

Z každé probírané pohybové hry (PH) v těchto oblastech (níže jsou u každé PH rozvedeny konkrétní herní činnosti :

1. *Pravidla¹ PH (s porozuměním, není třeba se učit rozměry hřiště apod.)*
 2. *Rozhodování hry (činnost rozhodčího)*
 3. *Stěžejní herní činnosti (teoreticky i prakticky²)*
 4. *Nácvik stěžejních herních činností*
 5. *Institucionální zabezpečení*
-
1. Postavení příslušných PH v českém systému tělesné výchovy (Rámcový vzdělávací program pro ZŠ, SŠ) a sportu. Rozdílné možnosti aplikace různých PH (invazních, neinvazních apod.).
 2. **Nohejbal** - nohejbalové HČJ (nahrávka a přihrávka vnitřní stranou nohy, přihrávka hlavou, útočné údery, podání přímým nártem); základní HK a HS ve hře dvojic a trojic.
 - *P – přihrávka, nahrávka, servis – vše vnitřní stranou nohy*
 3. **Fusvolejbal** – volejbalové (viz kurz volejbalu) a nohejbalové (viz odrážka výše) HČJ
 - *P – přihrávka, nahrávka, servis viz nohejbal výše; všechny údery volejbalové*
 4. **Šimbal** – HČJ (přihrávka, nahrávka, útočný úder).
 - *P – přihrávka, nahrávka „přidřiblováním“, útočný úder obouruč od prsou*
 5. **Frisbee** – HČJ (hody: forhand, backhand, over; chytání: jednoruč, obouruč, „na čápa“).
 - *P – backhand, chytání obouruč, „na čápa“*
 6. **Ringo** – hody (forhand, backhand), chytání.
 - *P – backhand, chytání*
 7. **Indiaca** – odbití (dlaní, hřbetem ruky, loktem), podání.
 - *P – odbití a servis dlaní spodem,*
 8. **Korfball** – chytání míče obouruč i jednoruč, základy střelby, blokováná střelba, běh na koš, systémy hry.
 - *P – střelba obouruč vrchem*
 9. **Tchoukball** – vedení a zakončení útoku, přihrávky, střelba vrchním obloukem, střelba spodním obloukem, organizování obrany, HK.
 - *P – střelba vrchním obloukem*
 10. **Badminton** – držení rakety, podání, pohyb po hřišti, krátké míče, klír, drop, smeč, drajv.
 - *P – držení rakety, podání krátké backhandem, pohyb po hřišti, klír, smeč*
 11. **Brennball** – odpalování, chytání.
 - *P – odpal*
 12. **Softball, baseball** – házení, chytání míče, držení pálky, odpalování, odpalování ze stativu a po tosování.
 - *P – softbalový nadhoz pomalý (pro slowpitch), prakový (nebo s otočkou), příhoz, chycení příhozu, odpal ze stativu*

Pozn.

- *Předpokládá se znalost problematiky PH probíraná v předchozích kurzech PH.*
- *Tento materiál nenahrazuje sylabus předmětu – pouze ho upřesňuje. Ne všechny PH budou probírány při prezenční výuce – neprobírané PH je nutno nastudovat.*
- *Legenda: HČJ = herní činnosti jednotlivce, HK = herní kombinace, HS = herní systémy*

dr. Kresta, 30/9/20

¹ Využijte oficiální pravidla této hry, pokud existují.

² Praktická dovednost, která bude prakticky zkoušena na zápočet je vypsána u každé hry pod zkratkou P (proloženým písmem).