

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra tělesné výchovy

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Netradiční sportovní hry a pohybové hry v rámci výuky na škole v přírodě
Non-traditional sports games and movement games at outdoor school camp

Anna Brunclíková

Vedoucí práce: PaedDr. Ladislav Pokorný
Studijní program: Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání
Studijní obor: B TVS-ZSV 20

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Netradiční sportovní hry a pohybové hry v rámci výuky na škole v přírodě vypracovala pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato bakalářská práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, 15. 4. 2024

Tímto bych chtěla poděkovat vedoucímu mé bakalářské práce, váženému PaedDr. Ladislavovi Pokornému, za jeho odborné rady a pomoc, kterou mi poskytl při vedení mé bakalářské práce. Také bych chtěla poděkovat všem učitelům, kteří se zúčastnili mého dotazníkového šetření.

ABSTRAKT:

Tato bakalářská práce se věnuje využití netradičních sportovních her a pohybových her v rámci výuky na školách v přírodě. Cílem práce byla zmapovat využití těchto her. V teoretické části se práce zabývá charakteristikou mladšího školního věku, školy v přírodě, pohybových her a přibližuje historii a pravidla vybraných netradičních sportovních her. Výzkumná část zjišťuje povědomí učitelů, kteří jezdí na školy v přírodě o netradičních sportovních hrách a jejich využití na pobytech v přírodě, stejně jako využití pohybových her. Tento výzkum byl proveden pomocí dotazníkového šetření. Do tohoto šetření se zapojilo celkem 101 učitelů. Analýza výsledků bylo provedena pomocí čárkovací metody a pomocí výšečových a sloupcových grafů. Z výsledků vyplynulo, že z netradičních sportovních her se nejvíce používá Brännball, Ultimate frisbee, Kinball, Quiddich, Lakros a Spikeball. Z pohybových her to jsou honičky, míčové hry, soutěže družstev, kooperační hry a trefovací hry. Na základě výsledků tohoto šetření byl vypracován metodický materiál netradičních sportovních her vhodných pro školu v přírodě a pohybových her na školu v přírodě.

KLÍČOVÁ SLOVA:

netradiční sportovní hry, pohybové hry, škola v přírodě, mladší školní věk

ABSTRACT:

This bachelor's thesis focuses on the utilization of non-traditional sports games and movement games within outdoor school camp. The aim of the study was to examine the application of these games. The theoretical part addresses the characteristics of younger school age children, outdoor school camp, movement games, and provides an overview of the history and rules of selected non-traditional sports games. The research investigates the awareness of teachers, who participate in outdoor school programs, regarding non-traditional sports and their utilization during outdoor stays, as well as the use of movement games. This research was conducted through a questionnaire survey. A total of 101 teacher participated in this survey. The analysis of the results was conducted using the tallying method as well as pie chart and bar graphs. From the results, it emerged that the most used non-traditional sports games include Brännball, Ultimate frisbee, Kinball, Quiddich, Lacrosse, and Spikeball. As for physical activities, these include tag games, ball games, team competitions, cooperative games, and targeting games. Based on the results of this survey, a methodological material was developed for non-traditional sports suitable for outdoor school camp and movement games for outdoor school camp.

KEYWORDS:

Non-traditional sport games, movement games, outdoor school camp, the younger school age

ÚVOD.....	9
CÍLE PRÁCE	10
Hlavní cíle práce.....	10
Dílčí cíle práce.....	10
TEORETICKÁ ČÁST	11
1 Mladší školní věk.....	11
2 Škola v přírodě.....	13
2.1 Zdravotní význam.....	13
2.2 Vzdělávací a výchovný význam	14
2.3 Význam pro klima ve třídě	15
2.4 Legislativa	15
2.5 Škola v přírodě v rámcovém vzdělávacím programu	16
2.6 Netradiční sportovní hry a pohybové aktivity na školách v přírodě.....	16
2.7 Zážitková pedagogika.....	17
3 Netradiční sportovní hry	19
3.1 Netradiční sportovní hry v RVP	20
3.2 Vybrané netradiční sportovní hry a jejich pravidla	20
3.2.1 Brännball.....	20
3.2.2 Historie.....	20
3.2.3 Hrací plocha	21
3.2.4 Výzbroj a výstroj.....	21
3.2.5 Hráči a hrací doba	21
3.2.6 Základní herní pravidla	21
3.2.7 Hra v poli	22
3.2.8 Hra na pálce	22
3.2.9 Bodování	23
3.3 Ultimate frisbee	23
3.3.1 Historie.....	23
3.3.2 Hrací plocha	24
3.3.3 Hráči a hrací doba	24
3.3.4 Základní herní pravidla	24
3.4 Kanjam.....	25
3.5 Kinball	26
3.5.1 Historie.....	26
3.5.2 Hrací plocha a vybava.....	27
3.5.3 Základní herní pravidla	27

3.5.4	Pravidla pro odpal a chytání míče.....	27
3.6	Famfrpál (Quidditch).....	28
3.6.1	Historie.....	28
3.6.2	Hrací plocha a vybavení.....	28
3.6.3	Základní herní pravidla	29
3.7	Tchoukball.....	29
3.7.1	Historie.....	29
3.7.2	Hrací plocha a vybavení.....	30
3.7.3	Základní herní pravidla	30
3.8	Lakros	31
3.8.1	Historie.....	31
3.8.2	Hrací plocha a materiální vybavení	31
3.8.3	Základní herní pravidla	32
3.9	Spikeball.....	32
3.9.1	Historie.....	32
3.9.2	Základní herní pravidla	32
4	Pohybové hry	34
4.1	Dělení pohybových her.....	34
4.2	Pohybové hry v přírodě	36
PRAKTICKÁ ČÁST		37
5	Výzkumné otázky	37
6	Metodika práce.....	37
6.1	Použité metody výzkumu	37
6.2	Dotazník.....	37
6.3	Charakteristika výzkumného souboru	37
7	Výzkumná část.....	39
7.1	Výsledky výzkumu.....	39
8	Metodický materiál pro výuku netradičních sportovních her	54
8.1	Brännball	54
8.2	Kinball	55
8.3	Ultimate frisbee	58
8.4	Lakros	60
8.5	Quidditch (Famfrpál).....	62
8.6	Spikeball.....	63
9	Zásobník pohybových her na školu v přírodě.....	64
9.1	Hry s házením a chytáním	64

9.2	Hry s přihráváním.....	64
9.3	Honičky	65
9.4	Soutěžení družstev	67
9.5	Kooperační hry	69
9.6	Třetovací hry	71
10	Diskuse.....	73
ZÁVĚR.....		77
Seznam použitých informačních zdrojů		79
Seznam grafů		83
Seznam obrázků.....		83
Seznam tabulek.....		84
Přílohy		85

ÚVOD

Tato bakalářská práce se zabývá tématem netradičních sportovních her a pohybových her v rámci výuky na školách v přírodě. Toto téma jsem zvolila z toho důvodu, že působím jako instruktorka na školách v přírodě, a jakákoliv forma her je nezbytnou součástí škol v přírodě, na kterých působím. Netradiční sportovní hry jsou zaneseny v rámcovém vzdělávacím programu, tudíž by měly být zařazeny do výuky. Společně s mými kolegy se snažíme ve velké míře zapojovat právě netradiční sportovní hry, protože děti tím dostávají šanci seznámit se s novým, méně známým sportem, rozšiřují si tím obzory a někteří si mezi nimi najdou sport, kterému se pak v životě mohou věnovat. Pokud si děti najdou sport, který je baví, mohou si prostřednictvím daného sportu osvojit návyky, které budou mít benefity pro jejich zdraví po zbytek celého života.

Pohybové hry jsou nedílnou součástí školy v přírodě, protože pohyb na čerstvém vzduchu má pro děti mnoho zdravotních benefitů. Zároveň se v současné době zvedají počty dětí s obezitou či nadváhou, tudíž je nutné vést je k pohybu, a budovat si tím pozitivní vztah k němu. Škola v přírodě je příležitostí pro děti navázat kladný vztah jak k přírodě, a tak i k pohybu v ní.

Jako instruktorka škol v přírodě vidím v tyto pobyty jako příležitost k seznámení s netradičními sportovními hrami a zároveň vidím jako nezbytnost zařazovat jakékoliv pohybové hry do těchto pobytů.

Teoretická část se bude věnovat přiblížení mladšího školního věku, fenoménu školy v přírodě a poté budou uvedeny vybrané netradiční sportovní hry na základě odborné literatury mých zkušeností z pobytů. Dále se bude věnovat pohybovým hrám, které jsou vhodné pro tuto specifickou formu výuky.

V praktické části bude provedeno dotazníkové šetření mezi učiteli, kteří jezdí na školy v přírodě a pokusíme se zmapovat, jaké netradiční sportovní hry znají a používají. Stejně tak i u pohybových her se pokusíme zjistit, jaké hry učitelé využívají. Na základě výsledků tohoto šetření, poznatků z teoretické části a mých zkušeností bude vytvořen metodický materiál netradičních sportovních her a pohybových her vhodných na školu v přírodě.

CÍLE PRÁCE

Hlavní cíle práce

Hlavním cílem této práce je zmapovat využití vybraných netradičních sportovních her a pohybových her v rámci výuky na školách v přírodě po celé ČR a poté na základě výsledků dotazníkového šetření vypracovat metodický materiál netradičních sportovních her a pohybových her, které učitelé považují za vhodné na školy v přírodě.

Dílčí cíle práce

1. Zjistit zastoupení pohlaví mezi respondenty.
2. Zjistit délku praxe respondentů.
3. Porovnat zastoupení jednotlivých krajů, ve kterých respondenti učí.
4. Zjistit, na jakých školách a v jakých třídách respondenti učí.
5. Zjistit, jestli respondenti pravidelně jezdí na školy v přírodě.
6. Zjistit, které netradiční sportovní hry respondenti znají a které na školách v přírodě využívají.
7. Zjistit, zda jsou pohybové hry součástí škol v přírodě a které z nich se na školách v přírodě využívají.
8. Zjistit, kolik času respondenti věnují hrám na škole v přírodě.
9. Zjistit, jestli by respondenti uvítali zásobník netradičních sportovních her a pohybových her vhodné na školy v přírodě.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Mladší školní věk

Tato práce je zaměřená na netradiční sportovní hry na škole v přírodě, která je určena především pro 1. stupeň základní školy, takže děti mladšího školního věku, tudíž je nutné tuto vývojovou fázi přiblížit.

„Nástup do školy je důležitým sociálním mezníkem.“ (Vágnerová, 2005; s. 236) Ten je považován za počátek tohoto období. Věkové rozpětí mladšího školního věku je zhruba od 6 či 7 let do 11-12 let, kdy postupně začíná období pohlavního dospívání. Toto období lze rozdělit na rané střední dětství (6-9 let) a pozdní střední dětství (10-12 let). Podle Kaplana (2021) je toto období velmi příznivé pro rozvoj motoriky. (Vágnerová, 2005)

Děti v tomto období jsou neustále v pohybu. Od věku šesti let jsou pohyby už plynulejší, avšak spontánnost a nepřesnost je pro tento věk typická. I obyčejnou chůzi děti v tomto období prokládají jinými pohyby. Postupným nácvikem složitějších cvičení však tyto nadbytečné pohyby vymizí.

Přestože je toto období považováno za klidné, dítě během něj musí zvládnout několik důležitých vývojových úkolů, jako je formování sebepojetí, genderové identity nebo postoje ke vzdělávání. To uvádí i Rubáš (1997): *„Kategorii do 10 let, tedy počátku školní docházky, lze charakterizovat jako poměrně stabilní období dynamiky jedince. Na straně jedné se jedná o plynulý, vcelku poklidný tělesný rozvoj, ovšem na straně druhé jde o období velkých objevů dítěte.“* (Rubáš, 1997; s. 23)

První změna přichází hned na začátku a tou je nástup do školy, kdy se z dítěte stává školák. Musí si zvyknout na zcela nový režim, autoritu učitele či učitelky, odtržení od rodičů a kolektiv dětí, ve kterém tráví podstatnou část dne. Během tohoto období nabírají vrstevníci a kolektiv stále větší význam. Proto je důležité o vztahy ve třídě pečovat a zároveň je prohlubovat prostřednictvím například školy v přírodě nebo jiných kurzů. Tím i stoupá oblíbenost skupinových her a týmových sportů. Nástup do školy je novým impulzem pro socializaci dítěte, konkrétně sekundární socializaci, která probíhá prostřednictvím spolužáků, zájmových kroužků a jiných organizací. Škola v přírodě je katalyzátorem pro tento proces a pro vazby, které ve třídě vznikají.

Podle Piagetova pojetí kognitivního vývoje (Piaget, 1970-1973) období mladšího věku odpovídá stadiu konkrétních operací nebo myšlení, o které se děti v tomto věku opírají, ale je stále omezeno na zkušenosti a vědomosti. Mezi další charakteristiky patří například schopnosti induktivní logiky nebo reverzibilita, která je podle Thorové (Thorová, 2015) stěžejním aspektem pro operační myšlení. Dítě už také začíná být schopné decentrace neboli schopnosti při uvažování o řešení situace zohlednit různé aspekty. Významným krokem v přemýšlení těchto dětí je ústup od egocentrického smýšlení o světě.

2 Škola v přírodě

Podle Statistické ročenky školství pro školní rok 2021/22 byla vyslána na zotavovací pobyt, kam patří i škola v přírodě, jedna pětina žáků, kteří navštěvují základní školu. V Praze to byla více jak polovina.

„Škola v přírodě je plánovaný, záměrný a cílevědomý pobyt dětí v přírodním prostředí. Během tohoto pobytu se uspokojují zdravotní pohybové a kulturní a také emocionální potřeby dětí.“ (Pospíšilová, 2012, s. 6)

Doubková, Svobodová, Tomek (2013) charakterizují školu v přírodě jako pobyt v přírodním prostředí s výukovým obsahem.

Smetáčková, Viktorová (2011) popisují školu v přírodě jako pobyt mimo domov a budovu školy, který zahrnuje mimo jiné i výuku v simulované třídě.

„V porovnání se zahraničím (zvláště se západní Evropou a USA) se jedná o prvek relativně specifický, který však v českém kontextu získal natolik integrální postavení, že vůči němu – na rozdíl od ostatních témat souvisejících se školním vzděláváním – nejsou vznášeny pochybnosti.“ (Smetáčková, Viktorová, 2011; s. 271)

Škola v přírodě má v českém vzdělávacím systému své pevné místo už od minulého století. Její podoba spolu s významem se od té doby různě proměnily, zejména v posledních dvaceti letech. V druhé polovině 20. století se začala škola v přírodě zavádět do českého školství, kdy hlavním argumentem byly zdravotní přínosy pro žáky při pobytu v přírodě. I přesto, že škola v přírodě prošla od té doby mnoha změnami, je i nadále tento fenomén vnímán pozitivně. (Smetáčková, 2011)

Finanční náročnost je jedním z citlivých aspektů ve studii Smetáčkové (2011). Z finanční stránky došlo v posledních letech k největší změně, a to ke změně negativní. Vlivem inflace, různých krizí, kterým Evropa i celý svět v současnosti čelí, se ani školství nevyhýbá zvedání cen. Finanční náročnost školy v přírodě tak nedoléhá jen na rodiče, ale i na samotnou školu. Ta se může snažit získat zdroje z externích zdrojů. Rodičům samozivitelům nabízí některé pojišťovny příspěvek na ozdravný pobyt. Rodinné rozpočty jsou však zatížené z mnoha stran.

2.1 Zdravotní význam

Podle Národní zprávy o pohybové aktivitě českých dětí a mládeže z roku 2022 téměř polovina dětí a dospívajících je nedostatečně pohybově aktivní. Alarmující je především stále

rostoucí počet dětí a mládeže s nadváhou nebo obezitou v Česku. Na vině jsou dva významné faktory. Jedním je tempo technologického pokroku, který je nezastavitelný, a nejen české děti tak mají o mnoho více možností, jak trávit svůj volný čas a často volí tu méně fyzicky náročnou alternativu. Většina dětí tak tráví u obrazovek více času, než je doporučováno. I přesto, že se děti a dospívající ve velké míře zapojují do organizovaných sportovních aktivit, pohybová aktivita mizí z běžného každodenního života. Druhým faktorem je stále pandemie koronaviru, která proběhla v minulých letech. Při uzavření škol společně se zákazem mimoškolních aktivit přišly děti o většinu možností, jak se hýbat. Bylo provedeno mnoho studií a všechny došly ke stejnému výsledku—po covidové pandemii došlo k zhoršení fyzické kondice českých dětí a významná část se k pravidelnému sportu již nevrátila.

V minulém století, když byla škola v přírodě zaváděna do českého školství, bylo nejvíce uváděno zlepšení zdravotního stavu a posílení fyzické kondice jako hlavní účel školy v přírodě. Původně školy v přírodě trvaly 3–4 týdny. V současné době to je 5–7 dní.

Podle Doubkové, Svobodové, Tomka (2013) v současné době stále nabývá na větším významu kontakt dětí s přírodním prostředím, který mají při pobytu mimo prostředí školy. Zejména pro děti například z Ostravska nebo jiných podobných částí České republiky je zdravotní aspekt školy v přírodě stále velmi aktuální.

Žáci stráví většinu dne ve zdravém přírodním prostředí, kde se otužují. Pravidelný pohyb na čerstvém vzduchu přispívá k jejich fyzické kondici. Po psychické stránce si žáci odpočinou od každodenního stresu všedních dní.

Netradiční sportovní hry mohou přinést novou inspiraci a vzbudit v dětech zájem o pohyb a nový sport, který ještě neznají.

2.2 Vzdělávací a výchovný význam

Škola v přírodě představuje pro děti možnost rozvoje klíčových kompetencí jako jsou kompetence komunikativní, k řešení problémů, občanské či pracovní. Zároveň je to příležitost pro enviromentální výchovu, neboť se děti nacházejí v samotné přírodě a mohou tak lépe pochopit a vnímat vztah člověka k přírodě. Utvářejí si návyky, jak se k přírodě chovat.

Škola v přírodě je pro mnoho dětí první pobyt na více dní mimo domov a bez rodičů. Děti tak mají šanci získat větší samostatnost a zvyknout si na absenci rodičů.

2.3 Význam pro klima ve třídě

Vedle zdravotního významu byly uváděny i vedlejší cíle školy v přírodě, mezi které patřil také argument stmelování kolektivu a upevnění vztahu mezi žáky a učitelem. Děti mají možnost prožít nezapomenutelné zážitky ve společnosti svých kamarádů. Pro učitele je to příležitost poznat své žáky lépe a v jiném prostředí, zároveň lépe pochopit fungování kolektivu dané třídy.

„Aktuálním trendem je využívání agentur, které se specializují na školy v přírodě, školní výlety, lyžařské kurzy atd. V současné době jich je na trhu několik desítek, přičemž většina z nich disponuje akreditací MŠMT. Agentury spolupracují s různými ubytovacími zařízeními, mezi nimiž si školy mohou podle svých požadavků a finančních možností vybírat. Agentury zároveň mají k dispozici vyškolené vychovatele, kteří realizují všechny programy, s výjimkou školního vyučování. Protože právě zajištění vychovatelů bývá pro školy největším problémem, jedná se o velmi vítanou službu. Školy s agenturami uzavírají smlouvy, v nichž je ošetřeno rozdělení pravomocí a zodpovědností.“ (Smetáčková a Viktorová, 2011; s. 275)

Je důležité zmínit, že agentura je sice faktorem, který zpomaluje utužování vztahu mezi učitelem a jeho žáky, zároveň však učitelé mohou být ve většině případů součástí programu vytvářeného agenturou.

2.4 Legislativa

Při organizaci školy v přírodě je nutné znát platné zákony a vyhlášky. Od roku 1996 byla platná vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy č. 303/1996 Sb., která se týkala škol v přírodě. Tato vyhláška byla zrušena vyhláškou č. 224/2005 Sb. k datu 1. 7. 2005, která zrušila některé předchozí vyhlášky v působnosti MŠMT. V současné době neexistuje žádná platná vyhláška, která by komplexně regulovala otázky spojené se školami v přírodě. Současné dokumenty se zaměřují na školu v přírodě výhradně v kontextu zajištění bezpečnosti a hygieny, výrazně méně se již věnuje cílům a struktuře aktivit v rámci školy v přírodě, přičemž dodržování organizačních pravidel spadá plně do pravomoci školy. Nyní jsou podmínky pro organizaci a pobyt dětí ve školách v přírodě upraveny různými vyhláškami obsaženými v níže uvedených zákonech.

Zákon 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon)

Zákon 471/2005 Sb., o ochraně veřejného zdraví

Vyhláška Ministerstva zdravotnictví ČR č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti

Vyhláška Ministerstva zdravotnictví ČR č. 148/2004 Sb., kterou se mění vyhláška č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti

Vyhláška MŠMT ČR č. 48/2005 Sb., o základním vzdělávání a některých náležitostech plnění povinné školní docházky

Vyhláška MŠMT ČR č. 107/2005 Sb., o školním stravování

Vyhláška MŠMT ČR č. 64/2005 Sb., o evidenci úrazů dětí, žáků a studentů

Vyhláška MŠMT ČR č. 108/2005 Sb., o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních

Vyhláška MZ č.410/2005 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých

Metodický pokyn dne 22. prosince 2005 Č.j.: 37 014/2005-25 k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných MŠMT

2.5 Škola v přírodě v rámci vzdělávacího programu

Škola v přírodě není sama o sobě v RVP ukotvena. V kapitole Tělesná výchova je pobyt v přírodě uveden jako jedna z činností ovlivňující úroveň pohybových dovedností. Pro 1. stupeň je dále pobyt v přírodě rozveden jako přesun do terénu a chování v dopravních prostředcích při přesunu, chůze v terénu, táboření, ochrana přírody. Pro 2. stupeň už konkrétněji uveden takto: „*příprava turistické akce, přesun do terénu a uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu v roli chodce a cyklisty, chůze s běhu, dokumentace z turistické akce; přežití v přírodě, orientace, ukrytí, nouzový přístřešek, zajištění vody, potravy, tepla.*“ (RVP ZV, 2005; s.99)

2.6 Netradiční sportovní hry a pohybové aktivity na školách v přírodě

Je nutné zmínit, že záleží na tom, jaký je program či téma dané školy v přírodě. Pohybové aktivity v jakékoliv formě by však měly být součástí každé školy v přírodě ať už v menší či větší míře. Děti tím otužují svůj organismus a zároveň je to jediný způsob, jak akční děti dostatečně unavit.

Podporování dětí ve vyzkoušení různých fyzických aktivit, ať už tradičních či netradičních, je prokázaným způsobem podpory vyváženého a pozitivního rozvoje. Narůstající množství výzkumů ukazuje, že specializace jen na jeden sport v útlém věku může brzdit atletický, psychologický a sociální rozvoj mladých lidí. Zvyšuje se tím i jejich náchylnost ke zraněním z přetížení a duševnímu vyhoření. Postupem času se může snižovat jejich úroveň motivace, což často vede k tomu, že se přestanou účastnit úplně. Pokud dětem nabídneme co největší škálu sportů, výrazně se jim zvyšují šance, že najdou sport, který jim sedí nejlépe.

Pohybová aktivita je libovolná činnost, při které je výdej energie větší než v klidovém stavu. Program školy v přírodě by se měl přizpůsobovat mentálním a motorickým schopnostem žáků. Pohybové aktivity jsou zásadní součástí pobytů v přírodě. Ať už z výše uvedeného zdravotního významu pobytu a pohybu v přírodě, nebo proto, že škola v přírodě je také možností pro realizaci aktivit, které nejsou v běžné škole realizovatelné. Důvodem může být nedostatečné vybavení nebo nedostatek prostoru ve škole. Nedostatečné vybavení může zčásti vyřešit vybraná agentura, která má prostředky na dané vybavení. Hry však mohou být modifikovány tak, že se dají uskutečnit s běžným vybavením nebo je lze přizpůsobit schopnostem žáků. Existují agentury, které svůj program zaměřují přímo na sporty a snaží se zapojit velké množství netradičních sportů a her.

2.7 Zážitková pedagogika

Zážitková pedagogika je směr, který je pro program na škole v přírodě ideální. Podle Chytilové s Hanušem (2009) je v zážitkové pedagogice zdůrazňován především prožitek, zážitek a zkušenost, které jsou vyvolávány v cíleně plánovaných situacích, zprostředkovány hrou.

Pelánek (2008) zmiňuje, že je rozdíl mezi rekreačním a pedagogickým zážitkem a ten rozdíl mezi nimi činí reflexe. K učení dochází ve chvíli, kdy je zkušenost, kterou zážitek vyvolal, zpracována. Pomocí zážitku nelze naučit vše, ale zážitková pedagogika je vhodná pro sociální učení jako je spolupráce, měkké schopnosti, kterými jsou například práce v týmu, vedení skupiny. Dále sem lze zahrnout životní postoje jako je tolerance, odpovědnost a metody řešení problémů. (Pelánek, 2008)

Znakem prožitku je, že je jedinečný nenahraditelný, individuální, intencionální, nepřenositelný a je komplexní. (Hanuš, Chytilová, 2009)

Prostředkem zážitkové pedagogiky je hra, která je v pedagogice nenahraditelným faktorem. „*Hru chápeme jako jeden z nejideálnějších prostředků harmonického rozvoje osobnosti.*“ (Hanuš, Chytilová, 2009; s. 114)

„*Hra je forma činnosti, která se liší od práce i od učení. Člověk se hrou zabývá po celý život, avšak v předškolním věku má specifické postavení–je vůdčím typem činnosti. Hra má řadu aspektů: aspekt poznávací, emocionální, pohybový, motivační, tvořivostní, fantazijní, sociální, rekreační, diagnostický, terapeutický. Zahrnuje činnosti jednotlivce, dvojice, malé skupiny i velké skupiny.*“ (Pedagogický slovník, 2009; s. 92)

Pro dosažení efektivního učení prostřednictvím zážitků je důležité, aby děti nebyly zaplaveny velkým množstvím her, ale měly možnost vyhodnotit a zpracovat své zážitky.

3 Netradiční sportovní hry

„Sportovní hra je tedy soutěživá činnost dvou soupeřů v jednotném prostoru a čase, kteří podle institucionálně schválených pravidel usilují o prokázání vlastní převahy lepším ovládním společného předmětu.“ (Táborský, 2005; s.7)

Je obtížné jednoznačně určit, které sportovní hry lze považovat za netradiční. Velmi to závisí na místě, kde se nacházíme, protože na jednom kontinentu mohou být oblíbené úplně jiné sporty než na jiném. V České republice může být například americký fotbal považován za netradiční sportovní aktivitu, i když je ve Spojených státech jedním z nejpoblárnějších sportů. (Růžicka, Růžicková, Šmíd, 2013)

Každá země má své kulturní a geografické vlivy, které se odrážejí i ve sportu. Proto mohou být různé sporty různě vnímány napříč celým světem. U nás populární sporty jako florbal, hokej, lyžování jsou v jiných zemích vnímány jako ty méně tradiční. Naopak rugby, kriket, pozemní hokej, které jsou v jiných zemích velmi populární, jsou u nás vnímány jako ty netradiční.

Obecně lze říci, že netradiční sportovní hry jsou ty, které se odlišují od běžných nebo tradičních sportů v dané zemi. Tyto hry mohou být nově vytvořené, málo známé, nebo se mohou vyznačovat nezvyklými pravidly, prostředím nebo vybavením. V dnešní době pokroku a nových možností stále dochází k zrození nových sportů, které jsou přirozeně společností vnímány jako netradiční, neboť nejsou zažité.

Netradiční sportovní hry můžeme rozdělit podle několika kritérií. Oblast těchto sportovních her není jednoznačně určena, tudíž se některá zařazení mnohdy překrývají. Růžicka, Růžicková, Šmíd (2013) se kloní k rozdělení netradičních sportovních her na kontaktní (také jako hry brankové), síťové a pálkovací. Při kontaktní (brankové) hře se hráči snaží dostat dané náčiní, jako míč nebo talíř, do vymezeného prostoru nebo branky. Zařadit sem můžeme například frisbee, kanjam nebo tchoukball. Mezi síťové netradiční hry, které se hrají na hřišti se sítí a cílem je dostat míč, míček či talíř na soupeřovu stranu, řadíme například crossnet, ringo, nebo softtenis. Tyto hrají mají přede stanovený počet setů nebo bodů. Netradiční hry pálkovací využívají při samotné hře pátku, která uvádí do hry míč–tzv. odpal. Mezi takové hry se řadí brännball či baseball. Zároveň sem lze zařadit i již zmiňovaný softtenis.

Většina učitelů mladé generace si uvědomuje, že je potřeba do hodin přinést nové podněty v podobě netradičních sportovních her. Ty tradiční jsou v některých případech až nadužívány. Může to být z mnoha důvodů ať už z nedostatku motivace své hodiny zlepšovat, nedostatku materiálu nebo nedostatku znalostí. Proto by se učitelé nové generace měli snažit zapojovat netradiční sporty a hry do své výuky. (Lara Sánchez, 2010)

3.1 Netradiční sportovní hry v RVP

V roce 2005 byl zaveden Rámcový vzdělávací program. Do té doby nebyla o netradičních sportovních hrách v osnovách zmínka. V RVP pro základní školy jsou vedeny netradiční sportovní hry ve složce Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností v části pohybové hry. Je tomu tak pro 1. i 2. stupeň. Každá škola by je měla povinně zařadit do svých školních vzdělávacích programů, tudíž i do výuky, která se řídí rámcově vzdělávacími programy.

3.2 Vybrané netradiční sportovní hry a jejich pravidla

3.2.1 Brännball

Brännball je kolektivní pálkovací sport původem ze Švédska, kde vznikl ke konci 19. století.¹ V překladu do češtiny „brännball“ znamená „spálený míč“. U brännballu můžeme najít společné charakteristické znaky se softbalem a baseballem, oproti kterým je ale jednodušší a snadněji využitelný v rámci výuky. (Růžička, 2013) Hraje se především ve Skandinávii a v některých oblastech je i součástí tělovýchovného kurikula. V švédském městě Umeå se pravidelně pořádá turnaj Brännbollscupen.

3.2.2 Historie

První zmínky o brännballu se v ČR objevily v roce 1990. Souvisí to s expanzí švédské nábytkářské firmy IKEA. V tomto roce se IKEA dostala k nám do České republiky a začala tu vytvářet svou obchodní síť. „Původní švédská pravidla byla pouze kreslená, a tak spoluprací R. Kvapila s Českou asociací sportu pro všechny vznikla první psaná pravidla této hry.“ (Růžička, 2013; s.36). V roce 2000 se uskutečnilo v první mistrovství republiky a konalo se v Brně-Pisárkách.

¹ <https://bettinggods.com/sports-betting/what-is-brannboll/>

3.2.3 Hrací plocha

Hra by se měla hrát na rovném terénu na hrací ploše o doporučené velikosti 70 x 70 metrů (minimálně však 30 x 50 metrů) s travnatým, pískovým nebo „mlatovým“ povrchem. Vnitřní pole, které vyznačují spojnice mezi metami a hlavní čára, má 28 x 20 metrů.

Mety č.1, 2 a 3 jsou plochy ve vnějším poli, která je vymezena prodlouženými čarami vnitřního pole v délce 3 m jsou označeny kužely.

Meta brännera (v překladu spalovače) má rozměr 1 x 1 metr a lze ji vyznačit například vhodným kobercem, lanem, případně i obručí. Je vzdálena 1 metr od hlavní čáry a 5,5 metru od cílové mety.

Na hlavní čáře mezi metou č. 1 a cílovou metou je vyznačený prostor pro odpal o rozměrech 4 x 2 m. Z krajních bodů prostoru pro odpal vedou čáry označující výseč pro odpal s vrcholovým úhlem 90°. Délka čar je dána velikostí vnitřního pole, ale musí jej přesahovat.

Pálkoviště je vyznačeno ve tvaru obdélníku 16 x 6 m, do kterého smí vstoupit polaři až po provedení odpalu.

3.2.4 Výzbroj a výstroj

Ke hře je potřeba tenisový míček, dřevěná páłka o maximální délce 70 centimetrů, mety jsou označeny kužely stejné barvy, případně mety. Mety č. 1, 2 a 3 jsou vyznačeny třemi kužely, cílová meta je označena dvěma kužely.

Hráči musí mít sportovní úbor a obuv. Nejsou povoleny rukavice a jiné předměty na ruku, stejně tak náušnice, prsteny a jiné pro hru nebezpečné předměty.

3.2.5 Hráči a hrací doba

Tým se skládá z 11 hráčů (minimálně 9) a utkání se hraje 2 x 12 minut hrubého času.

3.2.6 Základní herní pravidla

Hry se účastní dvě družstva neboli také „polaři“ a „pálkaři“, přičemž cílem je získat co nejvíce bodů. Body se získávají současně jak v obraně (v poli), tak v útoku (na páлке). Role si družstva v poločase vymění. Tým v poli má ve vyhrazeném území tzv. brännera.

Každý tým (polaři a pálkaři) má svůj úkol. Pálkaři se snaží po vlastním nadhozu a odpalu do určené výšece oběhnout všechny mety ve vnějším poli. Polaři mají za úkol dostat míček v co nejkratším čase k brännerovi, který zavře hru a zabrání tím pálkařům v obíhání met.

3.2.7 Hra v poli

Hráči se libovolně rozestaví ve vnitřním i vnějším poli. Do pálkoviště mohou polaři vstoupit po odpalu. Nesmějí pálkařům bránit v dosažení jednotlivých met. Jejich úkolem je zastavit pálkaře, a to tím způsobem, že dostanou postupným házením míček k brännerovi.

Bränner je součástí družstva v poli. Smí se pohybovat pouze ve vnějším poli za hlavní čarou, za kterou nesmí vstoupit a sebrat zde míček. Ve chvíli, kdy chytí míček od svých spoluhráčů v poli a stojí na své metě², tak ruku s míčkem vzpaží a zvolá „bränn“. Tím je hra uzavřena.

3.2.8 Hra na pálce

Na pokyn rozhodčího pálkaři odpalují v předem určeném pořadí. Odpalují po vlastním nadhozu a počet pokusů je omezen prvním dobrým odpalem. Při dobrém odpalu hráč stojí ve vymezeném prostoru pro odpal, míček první dopadne do vyznačené výšece, příp. je chycen nebo tečován polařem i mimo výseč a pálku odkládá v prostoru pro odpal. Dobrý odpal je, i když pálkující hráč jen míč tečuje a ten dopadne do vyznačené výšece.

Po dobrém odpalu se pálkař snaží oběhnout všechny mety a došlápnout na cílovou metu, dokud bränner nezvolá „bränn“. Pálkaři mety obíhají pouze vnějším polem a smějí se mezi sebou předbíhat. Na každé metě může stát více hráčů. Pokud dojde k chybnému odpalu, pálkaři zůstávají na původních metách a ti, kteří vyběhli, se musí vrátit na své původní mety. Pokud se pálkař v momentě uzavření hry nachází mimo mety a je tzv. spálený, vrací se zpět na metu č. 1. Pokud pálkař odhodí pálku mimo prostor vymezený pro odpal, jde na metu č. 1.

² Hráč musí na své metě stát alespoň jednou nohou, přičemž se mimo svoji metu nesmí dotýkat země žádnou částí těla kromě chodidla.

3.2.9 Bodování

Tabulka 1 - Brännball – bodování

Pálkaři		Polaři	
Oběhnutí všech 3 met a cílové mety s přerušáním	1 bod	Chycení míče přímo po odpalu do jedné ruky	2 body
Oběhnutí všech 3 met a cílové mety bez přerušování	6 bodů	Chycení míče přímo po odpalu do obou rukou	1 bod
Chyba polařů – bränner překročí hlavní čáru a sebere míček	4 body	Pálkař po odpalu neodloží pátku v místě pro odpal	1 bod

Zdroj: vlastní tvorba

3.3 Ultimate frisbee

Ultimate frisbee je kolektivní bezkontaktní hra využívající létající talíř, která kombinuje rychlost, obratnost a týmovou spolupráci. Hry se účastní dva týmy po sedmi hráčích a pomocí přihrávek se snaží dostat talíř do koncové zóny druhého týmu. V této hře je kladen významný důraz na fair play neboli Spirit of the Game. Frisbee se jako jediná sportovní hra obejde bez rozhodčích, zodpovědnost za fair play je plně na hráčích. Na turnajích se uděluje cena „Spirit of the Game“ tomu týmu, který se zásad fair play drží nejvíce. Tato cena má pro hráče stejnou hodnotu jako umístění na prvním místě v turnaji.

3.3.1 Historie

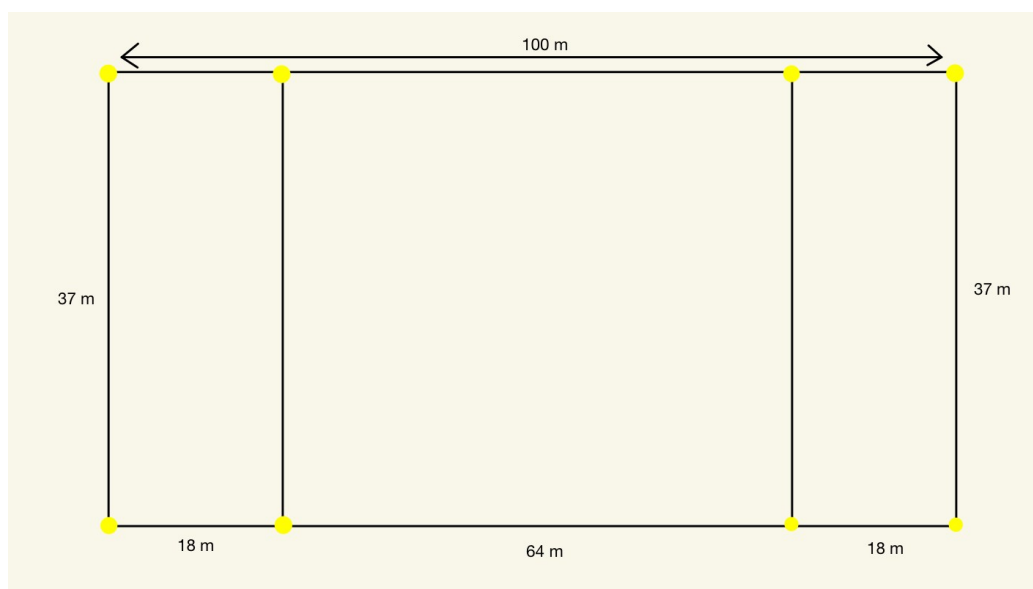
Ultimate frisbee má původ v USA, kde se momentálně těší velkému zájmu zejména na univerzitách. Historie tohoto sportu sahá až do roku 1874 do pekařské firmy Frisbie Baking Company, která vyráběla koláče. Studenti brzy zjistili, že prázdné formy od koláčů dobře létají a dá se s nimi házet. V roce 1947 Walter Frederick Morrison začal vyrábět umělohmotnou verzi těchto forem od koláčů. V roce 1959 si firma Wham-O nechala patentovat název Frisbee a jejím cílem bylo udělat z frisbee novou kolektivní hru.

Ta se později uchytila v americkém státě New Jersey, a tak v roce 1967 vznikla hra Ultimate Frisbee.

V ČR se tento sport poprvé objevil v 80. letech na Československé spartakiádě při prezentaci létajícího talíře jako sportovního náčiní. V roce 1993 byla založena Česká asociace frisbee (ČAF), která se v roce 1999 transformovala na Českou asociaci létajícího disku (ČALD). V ČR se pravidelně pořádají soutěže, výjimkou není mistrovství republiky ani účast českých týmů v soutěžích na světové úrovni.

3.3.2 Hrací plocha

Ke hře je potřeba umělohmotný létající talíř. Oficiální hřiště má rozměry 100 x 37 metrů a je rozděleno na dvě koncové zóny o rozměrech 18 x 37 metrů a vlastní pole.



Obrázek 1- Ultimate frisbee - hrací plocha

zdroj: vlastní tvorba

3.3.3 Hráči a hrací doba

Každý tým má na hřišti 7 hráčů a hra končí ve chvíli, kdy jeden tým získá 15 bodů a daný tým vítězí. Hraje se na dva poločasy a první poločas nastává ve chvíli, kdy jeden z týmů získá 8 bodů.

3.3.4 Základní herní pravidla

Hra začíná signálem zvednuté ruky kapitána přijímacího týmu, že je připravený. Jednu nohu musí mít na základní čáře a hráči vybíhají až v momentě výhozu druhého týmu. Poté se

snaží pomocí přihrávek dostat talíř do koncové zóny druhého týmu. Tým získává bod ve chvíli, kdy hráč chytí přihrávku svého spoluhráče a nachází se oběma nohama v koncové zóně soupeře. Tým, který skóroval, rozehrává.

Ke změně držení disku z jednoho týmu na druhý dochází ve chvíli, kdy se disk dotkne země, při porušení pravidel, jako jsou kroky s diskem, faul a držení a při zachycení přihrávky obráncem či sražení disku na zem. (Růžička, 2013) V takovém případě se disk rozehrává z místa výměny.

Je zakázáno provádět kroky s talířem v ruce (pokud nejde o bezpečné zastavení), předávání disku z ruky do ruky a jakýkoliv fyzický kontakt se soupeřem. Bránit může vždy jen jeden na jednoho.

Hráč má deset sekund na odehrání disku a soupeř mu může nahlas počítat. Pravidla nedovolují clonění.

3.4 Kanjam

Kanjam je hra velice podobná Ultimate Frisbee. Kanjam je nekontaktní sportovní hra s létajícím talířem a dvěma plastovými koši, které jsou od sebe vzdáleny 15 m. Rozdíl je v tom, že disk se nechytá, ale pouze sráží do koše.

Hry se účastní dvě dvojice. Spoluhráči si stoupnou proti sobě každý ke svému koši. Každý z dvojice odhodí jednou a snaží se co nejlépe nahrát spoluhráči, který se pokouší (pokud je to nutné) disk tečovat tak, aby se dotkl koše nebo spadl přímo do něj. Vítězí ta dvojice, která získá první 21 bodů.

Tabulka 2 - Kinball – bodování

1 bod	Přesměrovaný hod–tečující hráč přesměruje talíř tak, že se dotkne koše, ale neskončí v něm
2 body	Přímý úder–hráč, který hází, trefí koš bez pomoci spoluhráče, ale disk neskončí v něm.
3 body	Tečující hráč–disk přesměruje tak, že skončí uvnitř koše
Okamžitá výhra	Házející hráč hodí disk do koše bez asistence spoluhráče. Disk může do koše vletět jak horním otvorem, tak předním otvorem. Soupeři již nedostanou možnost poslední rány.

Zdroj: vlastní tvorba

Při odhodu disku musí hráč stát za košem a tečující hráč se smí talíře dotknout pouze jednou.

Hru Kanjam lze hrát kdekoliv, kde je rovný terén a nejsou v okolí překážky pro létající disk. Výhodou je, že ke hře nejsou potřeba žádné zvláštní dovednosti a zvládnout ji děti už od 12 let. Možnost Okamžité výhry zvyšuje dramatickost celé hry.

3.5 Kinball

Kinball je nová nekontaktní míčová hra, která pochází z Kanady. Specifikem této hry je, že se účastní současně tři týmy a hrají s nafukovacím míčem o průměru 122 cm. Je vhodná pro všechny věkové kategorie a vzhledem k její jednoduchosti lze snadno zapojit i pohybově méně talentované. Hra vyžaduje aktivní participaci všech hráčů. Jiný název pro tuto hru je také Omnikin, což v překladu do češtiny znamená „vše v pohybu“. Kinball je založen na společné hře dívek a chlapců, což je další krok k tomu, že se do hry může zapojit kdokoli.

3.5.1 Historie

Tato kolektivní hra má původ v kanadském Quebecu. V době vzniku tohoto sportu, v roce 1986, v Kanadě hledali nový impulz pro rozvoj pohybového režimu kanadských dětí. Nejprve sloužila jako terapie pro děti, které mají potíže se sebeprosazováním se v kolektivu. Postupně se hra začala šířit po celém světě, v současnosti se největší popularitě těší v Japonsku, Kanadě, Belgii a Francii. Nejvyšším světovým orgánem je Mezinárodní

kinballová federace (IKBF). (Růžička, 2013) Český svaz kinballu byl založen v roce 2010 a pořádá turnaje i na republikové úrovni. Česká reprezentace se účastní i mezinárodních soutěží–naposledy na jaře v roce 2023 mistrovství Evropy ve Španělsku.

3.5.2 Hrací plocha a výbava

Oficiální rozměry hřiště jsou 20 x 20 metrů, přičemž nejmenší vhodné rozměry jsou 15 x 12 metrů. Kinball se dá hrát jak venku, tak uvnitř.

Ke hře jsou potřeba rozlišovací dresy tří různých barev a již zmiňovaný míč určený na Kinball. Opatření takového míče je finančně náročnější a existuje riziko propíchnutí a tím zničení duše míče při špatném zacházení. To může být překážka pro hraní kinballu ve školním prostředí.

3.5.3 Základní herní pravidla

Hry se účastní tři družstva po čtyřech hráčích. Klíčovým slovem pro průběh hry je slovo „omnikin“. Každé ze tří družstev má jednu barvu, např. černá, bílá a modrá³. Družstvo, které má míč (družstvo v útoku), jehož cílem je odpálit míč tak, aby družstvo v obraně nebylo schopné jej chytit, zvolá například „omnikin modrá!“. Modré družstvo je tedy v obraně a jeho cílem je zpracovat míč před dopadem na zem. Pokud se mu to podaří, dostává se do útoku a po zvolání hesla „omnikin“ a barvy zbylých dvou družstev může míč odpálit. Hra takto pokračuje do chvíle, než se odpíská chyba. Pokud jedno družstvo udělá chybu, zbylé dvě družstva získávají každé po jednom bodu. Chybou se rozumí nesprávný odpal nebo nechycení míče. Poté se družstvo, které neskórovalo, dostává do útoku.

Družstvo vyhraje set dosažením 11 bodů. Družstvo vyhraje zápas tak, že vyhraje 4 sety. Pro školní účely se hrací doba zpravidla upravuje.

3.5.4 Pravidla pro odpal a chytání míče

V momentě odpalu musí být všichni čtyři hráči daného družstva v kontaktu s míčem. Tři hráči podpírají míč v pokleku a čtvrtý hráč ho odpaluje, přičemž odpal musí být proveden kteroukoliv částí těla od boků nahoru. Míč musí být odpálen v horizontálním směru.

³ Oficiální barvy kinballu jsou černá, šedá a modrá. Vzhledem ke zvukové podobnosti slov černá a šedá v češtině, došlo ke změně z šedé barvy na bílou v českých soutěžích. Na mezinárodních turnajích tento problém nevzniká, protože se barvy hlásí ve francouzštině. (Boschat, 2022)

Za úspěšné chycení míče se považuje zpracování bez doteku míče země, ve vyznačeném hřišti, kteroukoliv částí těla. „*Družstvo v obraně může mít uvnitř hranice 1,8 metru od míče v době odpalu nejvýše dva hráče.*“ (Růžička, 2013; s. 64) Není povoleno obejmutí míče jedním hráčem. Od okamžiku, kdy se jeden hráč z družstva dotkne míče, má tým 10 sekund na zpracování a samotný odpal. Jakmile se třetí hráč dotkne míče, hráči už nesmějí s míčem chodit.

Hláška musí být vždy směřována na družstvo s nejvyšším skóre. Družstvo s nejvyšším skóre musí určit družstvo s druhým nejvyšším skóre. Pokud dojde k chybě, zbylá dvě družstva získávají bod.

3.6 Famfrpál (Quidball/Quiddich)

Famfrpál je ze sportů uvedených v této práci nejmladší a zároveň jediný, který pochází z magického světa. Jedná se o kontaktní smíšený sport. Z předlohy od spisovatelky J.K. Rowlingové v knížkách Harry Potter, která je jedním z celosvětových bestsellerů, si hra ponechává ústřední prvky, jako několik druhů míčů nebo košťata.

3.6.1 Historie

První známý případ organizované hry Quidditch pro Muggly (nemagické osoby) se datuje k roku 2005, kdy skupina studentů z Middlebury College ve Vermontu v USA chtěla přijít s novým originálním sportem a zároveň byli fanoušky kouzelného světa Harryho Pottera. Díky tomuto bestselleru se tento sport poměrně rychle rozšířil do světa. Nyní se hraje ve více než 30 zemích.

V roce 2016 vznikla Česká asociace famfrpálu, která má v IQA (International Quadball Association) status „developing member“. V ČR je v současnosti celkem 5 týmů. Pravidelně se konají mistrovství světa stejně jako mistrovství ČR. V roce 2023 se konalo ve Žďáru nad Sázavou.

Podle IQA (International Quadball Association) se v roce 2022 změnil oficiální název z Quidditch na Quadball.

3.6.2 Hrací plocha a vybavení

Hrací plocha je 66 x 44 metrů velká. Ke hře jsou potřeba jeden podfouknutý volejbalový míč (camrál), tři podfouknuté míče na vybíjenou (potloutk), plastové či dřevěné tyče, které mohou být nahrazeny například pěnovými tyčemi a fungují jako košťata. Dále jsou potřeba

dva sety po třech obručích, které musí být ve vertikální poloze, protože týmy do nich skórují. Ty jsou umístěny v různých výškách. Jako poslední je potřeba tenisový míček ve žluté ponožce (zlatonka).

3.6.3 Základní herní pravidla

Ve hře proti sobě nastupují dva týmy po sedmi hráčích. Jeden tým se skládá z čtyř střelců, z toho jeden je brankář, dvou odrážeců a jednoho chytače. Týmy musí být koedukované tak, aby v jednu chvíli nehráli více než čtyři hráči za jeden tým.

Střelci a brankář hrají s camrálem a snaží se ho prohodit z libovolné strany jednou z obručí na protihráčově straně a získat tím body. Odrážeci hrají s potlouky, kterými se snaží soupeře vybit, čímž chrání své hráče a brankoviště. Vybití hráči musí „slézt z koštěte“ a vrátit se ke svým obručím, aby se mohli vrátit do hry. Brankáři nemohou být vybiti. Chytači vstupují do hry v 18. minutě a jejich úkolem je získat zlatonku. Nestranný hráč, který má na sobě zezadu připevněnou ponožku se zlatonkou, vstupuje do hry až v 19. minutě. V momentě chycení zlatonky hra končí a vyhrává tým s větším počtem bodů.

Během hry musí hráči sedět na košťatech-plastových trubkách. Jedná se o formu ztížení pohybu a také snadnější rozeznání, kdo je vybitý, a kdo ne. Pokud hráč koště upustí, musí postupovat stejně jako při vybití.

Při skórování camrálem do jedné z obručí získává tým 10 bodů, za chycení zlatonky je 30 bodů.

3.7 Tchoukball

Tchoukball je sportovní hra brankového typu a podobá se házené. Pravidla této hry zamezují hráčům jakýkoliv kontakt, tudíž se jedná o bezkontaktní hru. Místo obyčejných branek se používají pružná odrážedla podobná malým trampolínám.

3.7.1 Historie

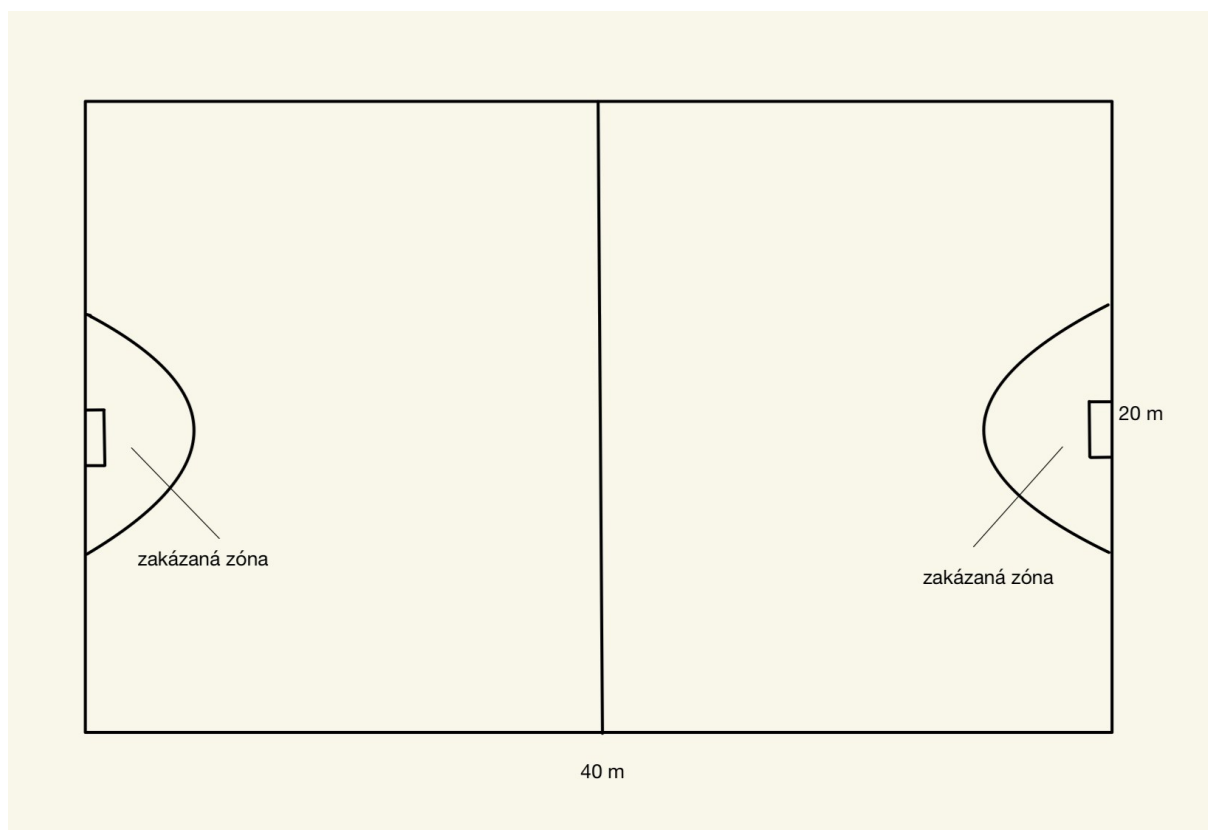
„V šedesátých letech dvacátého století provedl švýcarský lékař Hermann Brandt kritickou studii nejrozšířenějších sportovních her brankového typu. Na jejím základě pak vytvořil pravidla nové sportovní hry, ve které jsou zapovězeny osobní kontakty a omezuje se tak nebezpečí zranění. Za to se mu v roce 1970 dostalo ocenění od Mezinárodní federace pro tělesnou výchovu (Fédération Internationale d'Éducation Physique-FIEP).“ (Táborský, 2004; s. 62)

Tchoukball je tedy původem švýcarská hra. V roce 1971 vznikla Mezinárodní federace Tchoukballu (FITB), která od roku 2000 pořádá mistrovství světa každé dva roky. Česká asociace tchoukballu, která vznikla v roce 2011, je členem FITB.

Tchoukball si získává popularitu nejen v Evropě, ale také v Severní Americe, Kanadě a v jihovýchodních asijských státech jako jsou Singapur a Tchaj-wan. Ten byl v roce 2009 tento hostitelem Světových her, což je akce podobná olympiádě pro netradiční sporty, a zde sehrál tchoukball klíčovou roli.

3.7.2 Hrací plocha a vybavení

Hrací plocha má 40 x 20 metrů a hraje se s míčem na házenou. Za potřebí jsou dvě trampolíny o rozměrech 1 x 1 metr, které fungují jako branky. V okolí těchto branek se nachází zakázaná zóna, která má poloměr 3 metry.



Obrázek 2 - Tchoukball – hrací plocha

zdroj: vlastní tvorba

3.7.3 Základní herní pravidla

Cílem hry je získat co nejvíce bodů. Na hrací ploše je současně devět hráčů z každého družstva. Oficiálně se hraje 3 x 15 minut. Cílem je míčem trefit jednu z odrazových ploch tak, aby se míč odrazil mimo zakázanou zónu a druhý tým nebyl schopný míč chytit. Pokud se tak

stane, útočící tým získává bod. V opačném případě hra pokračuje dál. V situaci, kdy útočící tým netrefí odrazovou plochu nebo se míč odrazí do zakázané zóny, získává bod druhý tým.

Je zakázáno udělat s míčem v ruce více jak tři kroky, útočit míčem na ostatní hráče, míč držet déle jak tři vteřiny. Střelbě mohou předcházet maximálně tři přihrávky. Pravidla také zakazují jakékoliv chytání míče při přihrávkách spoluhráčů hráčem druhého družstva, jakékoliv osobní ataky či bránění.

3.8 Lakros

Lakros je kolektivní sport se speciálním herním náčiním, který je také známý jako nejstarší týmová míčová hra. Hra pochází ze Severní Ameriky, kde ji hráli indiáni. Hráči hrají s lakrosovými holemi, kterými se snaží vstřelit kaučukový míček do branky soupeře.

3.8.1 Historie

Historie tohoto sportu sahá až k Indiánům kmene Irokové z oblasti Velkých jezer. Pomocí této hry si kmeny řešily spory mezi sebou. Název *lacrosse* získal tento sport od Francouzů, kterým lakrosová hole připomínala biskupskou berlu. (Růžička, Růžičková, Šmíd, 2013)

U nás se lakros začal hrát v roce 1936 mezi československými woodcraftery. Až v roce 1978 založily skautské a trampské týmy pravidelnou ligovou soutěž. Česká lakrosová unie byla založena v roce 2004.

V roce 2028 bude šestkový lakros jednorázově zařazen do programu letních olympijských her v Los Angeles.

Postupem času se vyvinulo mnoho variant lakrosu, jako například mužský a ženský lakros, interkros, boxlakros nebo také český lakros, který se na našem území hraje nejdéle a je nejpopulárnější variantou lakrosu u nás. Blíže se budu věnovat právě českému lakrosu.

3.8.2 Hrací plocha a materiální vybavení

Plocha, na které se hraje, je neohrazená s dvěma brankami vzdálenými od sebe přibližně 50 metrů. V polovině vzdálenosti mezi brankami se nachází zhruba 30 metrů dlouhá čára, na jejíchž koncích se nacházejí praporky. Brankoviště tvoří kruh okolo branky o průměru 6 metrů.

K české variantě lakrosu je potřeba tenisový míček a lakrosové hole, které jsou kratší než u ostatních verzí.

3.8.3 Základní herní pravidla

Soupeří proti sobě dvě družstva, která tvoří 5 hráčů a jeden brankář. Hraje se dvakrát 25 minut. Jediný způsob házení, nošení a odbíjení míčku je pouze pomocí lakrosové hole. S míčkem v holi se smí chodit, hráči ho však nesmějí nijak sevřít v ruce, nahrávat házením nebo úmyslně zašlápnout.

Hra začíná tzv. rozhozem, při kterém dva protihráči stojí na své straně hřiště a lakrosové hole mají u nohou. Rozhodčí vyhodí míč do vzduchu a písknutím zahájí hru. Pokud hráč přenáší míč na soupeřovu stranu, musí to učinit přes středovou čáru v prostoru mezi praporky. Od chvíle, kdy tým získá míček, běží mu časový limit 30 vteřin, během kterého musí vystřelit na branku. V brankovišti se smí pohybovat pouze brankář, chycený míček nesmí rozehrát rukou.

Bránění soupeři trupem je dovoleno, avšak držení, strkání či zásah loktem do soupeře je zakázáno stejně jako jakýkoliv útok holí na protihráče.

3.9 Spikeball

Spikeball, nebo také známý jako Roundnet, je jednoduchá, avšak velmi rychlá hra, která využívá malého míčku a speciální trampolínku. Jde o hru, která připomíná kombinaci volejbalu a hry Four-square, která je populární především v USA. Podle Ludwy a Liebermana (2019) se do hry mohou snadno zapojit i žáci s nějakým postižením.

3.9.1 Historie

V 80. letech minulého století Jeff Knurek přišel s nápadem na hru Roundnet, která byla určená na pláž nebo zahrady. Hra však postupně upadla v zapomnění a k dokonalosti ji dovedl až Chris Ruder v roce 2008. Jedná se tedy o velmi mladý sport. Hru koupil, nechal si ji patentovat a poté do ní investoval tak, že zájem začal rychle stoupat.

3.9.2 Základní herní pravidla

Spikeball nepotřebuje žádné speciální prostředí, stačí rovinka bez překážek v blízkém okolí. Potřeba je jen žlutý míč a trampolínka určená na Spikeball. Hrají proti sobě dva týmy po dvou hráčích, trampolínka je mezi nimi. Hřiště nemá žádné hranice nebo vytyčené území.

Hra začíná servisem jednoho z hráčů tak, že se míč odrazí od trampolíny. Bránící tým má 3 doteky či nahrávky na to, aby dostali míč zpět do trampolíny a zaútočili na druhý tým. Takto se pokračuje do chvíle, dokud jeden z týmů nezvládne vrátit míč do trampolíny nebo mu nestačí 3 doteky. Hráči si mohou během výměny jakkoliv měnit pozice.

Hraje se do 21 bodů a rozdíl skóre musí být o 2 body. Tým skóruje, pokud protihráči nejsou schopni odehrát míč do trampolíny nebo mají více než 3 doteky. Po každém bodě si hráči v týmu na servisu mění pozice, tým v obraně zůstává na svých místech. Podání tým získá až poté, co získá bod, respektive tým na podání ztratí bod.

U Spikeballu se dá snadno modifikovat počet hráčů, počet doteků nebo i vybavení. Dá se použít jakýkoliv jiný míč nebo i obruč místo trampolíny a míč se odráží od země.

4 Pohybové hry

Pohybové hry jsou staré jako lidstvo samo. Je jich opravdu neskutečné množství a stále vznikají nové. Lze sem zařadit jakoukoliv hru, která zahrnuje pohyb. Jejich soutěživý charakter je hnacím motorem, ať už chceme vyhrát nad soupeřem, či sami nad sebou. Tyto hry mohou napomáhat k rozvoji síly, obratnosti, vytrvalosti a rychlosti podle toho, kterou hru vybereme.

Mazal (2000) uvádí dvě vysvětlení či definice pro pohybovou hru: „*Můžeme ji chápat jako pohybovou aktivitu, která nám přináší pohodu, radost, motivuje a uspokojuje nás jako účastníky této aktivity.*“ (Mazal, 2000; s. 11) a „*Pohybovou hru chápeme jako záměrnou, uvědoměle organizovanou pohybovou aktivitu dvou a více lidí, v prostoru a čase, s předem dobrovolně dohodnutými a bezpodmínečně dodržovanými pravidly. Hra má účelný a souvislý uzavřený děj. Je charakterizována napětím, radostí, veselím, vysokou motivací k činnosti, uplatněním známých dovedností, pohodou a často soutěživostí.*“ (Mazal, 2000; s. 13)

Rubáš (1997) označuje ve své publikaci pohybové hry takto: „*Malé hry jako tradiční forma přirozených, kdysi lidových pohybových aktivit, také drobné hry, nejčastěji však pohybové hry.*“ (Rubáš, 1997; s. 12)

4.1 Dělení pohybových her

„*Hra jako významný fenomén pohybových aktivit člověka představuje velmi pestrou, obsahově rozličnou, tím i obtížně klasifikovatelnou oblast prostředků činnosti, zdaleka nejen tělovýchovného charakteru.*“ (Rubáš, 1997; s.10)

Vzhledem k množství pohybových her, kterých stále přibývá, neexistuje jednotné rozdělení. I samotných kategorií her je velké množství, protože záleží na kritériu, na základě kterého hry třídíme. Mohou to být například hry s náčiním či bez náčiní, hry pro předškolní věk, mladší školní věk nebo starší školní věk, tradiční a netradiční, individuální a kolektivní, úpolové hry. Hru můžeme i zaměřit na rozvoj jedné konkrétní pohybové schopnosti, jako koordinace, rychlosti, síly nebo vytrvalosti.

Rubáš (1997) ve své publikaci uvádí několik autorů klasifikací pohybových her. M. Zapletal uvádí klasifikaci takto:

1. hry běžecké
2. hry skokanské

3. *hry s házením a chytáním*
4. *hry s kopáním*
5. *hry s odbíjením*
6. *hry s odpalováním*
7. *hry s koulením*
8. *bojové hry*
9. *hry s orientací v prostoru bez zrakové kontroly*
10. *cyklistické hry*
11. *různé hry*

(Rubáš, 1997; s. 14)

Také M. Rovný sestavil rozsáhlou systematiku pohybových her:

1. *Honičky – hry s chytáním, vyzýváním, dobíháním a předbíháním*
2. *Hry se skoky – do výšky, do dálky, do hloubky*
3. *Přenašečky – hry s přenášením náčiní*
4. *Zaháněné – hry s házením a vrháním do dálky a do výšky*
5. *Přihrávané – hry s přihráváním na místě i v pohybu*
6. *Odrážené – hry s odrážením*
7. *Trefované – hry s nejrůznějším zasahováním*
8. *Pálkovací hry – s 2 a více metami*
9. *Úpolové hry – formy s přetahováním i přetlačováním*
10. *Překážkové hry – štafetové hry s terénním během*
11. *Orientační hry – terénní schovávané a honěné, stopařské hry*
12. *Branné hry – bojové hry s pátráním a průzkumem*

(Rubáš, 1997; s. 15)

Dále pohybové hry lze rozdělit podle mnoha dalších kritérií. Některé z nich mohou být například délky přípravy hry, prostředí a délka trvání hry, počet žáků a mnoho dalších.

4.2 Pohybové hry v přírodě

„Dobrá hra naplní nejasnou touhu po dobrodružství, poskytne mladému tělu vydatný pohyb na čerstvém povětří, naučí samostatnému rozhodování.“ (Zapletal, 1958; s. 5)

Už samotný pobyt v přírodě vybízí k jakékoliv pohybové aktivitě, která dětem přinese radost a pohodu. Jde o spojení fyzické aktivity s prozkoumáváním venkovního prostředí. Při pohybové hře se ještě přidá motivace zvítězit, a ještě se děti učí respektovat a dodržovat jednoduchá pravidla. Pohybová hra jim tak přináší možnost k rozvoji spolupráce a využití individuálních schopností.

Pobyt v přírodě má pro realizace pohybových her jednu velkou výhodu, a tou je, že nás neomezují rozměry tělocvičny či venkovního hřiště. Ať už v lese, nebo na louce, hrací plocha zde může být prakticky nekonečná, pokud to pravidla dovolují.

Mezi vhodné hry do přírody patří honičky s jakoukoliv modifikací či využitím prostředí lesa, míčové hry, orientační, trefované, štafetové nebo jakékoliv týmové.

PRAKTICKÁ ČÁST

5 Výzkumné otázky

1. Vytvářejí si učitelé program na školu v přírodě sami, nebo využívají služeb agentur?
2. Které netradiční sportovní hry učitelé znají?
3. Které z netradičních sportovních her učitelé využívají na škole v přírodě?
4. Jaké pohybové hry využívají učitelé na škole v přírodě?
5. Kolik času učitelé věnují celkově hrám v rámci školy v přírodě?
6. Mají učitelé zájem o vytvoření metodického materiálu, který by jim usnadnil výuku netradičních sportovních her a pohybových her na školách v přírodě?

6 Metodika práce

6.1 Použité metody výzkumu

Hlavní výzkumnou metodou bakalářské práce byl zvolen kvantitativní výzkum formou dotazníku, který byl zaměřen na jednu skupinu respondentů, primárně pedagogy základních škol po celé České republice, kteří jezdí na školy v přírodě. Dotazník byl zaměřený na využití netradičních sportovních her a pohybových her na školách v přírodě. V dotazníku se vyskytovala kombinace otevřených a uzavřených otázek v celkové počtu 18 otázek. Na uzavřené otázky respondenti odpovídali ANO/NE či volbou jedné a více z nabízených možností odpovědi. U části otázek byla i možnost „Jiné“, kde se respondenti mohli vyjádřit, pokud jim nevyhovovala žádná odpověď. Dále byly využity obecně teoretické metody-analýza, komparace a dedukce. Výsledky byly zpracovány pomocí čárkovací metody poté byly zaneseny do výsečových a sloupcových grafů.

6.2 Dotazník

Dotazník byl vytvořen na platformě Google Forms. Dotazníkové šetření proběhlo během března a první poloviny dubna roku 2024. Dotazníky byly zaslány elektronickou formou pedagogům na základních školách. Všechny otázky byly povinné.

6.3 Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumným souborem dotazníkového šetření byli učitelé a učitelky na základních školách po celé České republice. Celkem odpovědělo 101 respondentů ze všech 14 krajů

České republiky. Nejvíce respondentů bylo z ze Středočeského kraje (24,8 %) a hlavního města Prahy (16,8 %). Dotazníkového šetření se zúčastnilo 77,1 % žen a 22,9 % mužů. Průměrná délka praxe respondentů byla 18,11 let v rozmezí od 2 do 42 let.

7 Výzkumná část

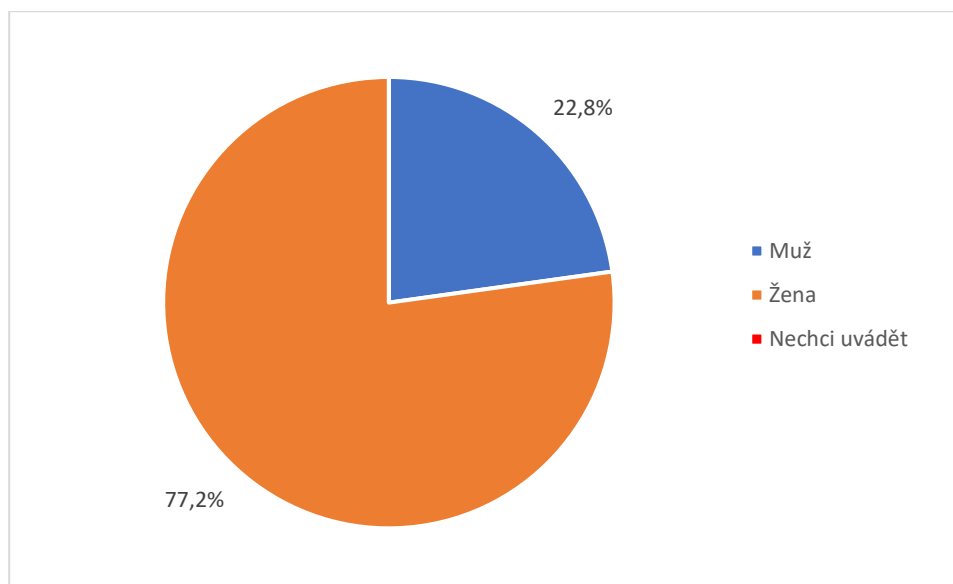
7.1 Výsledky výzkumu

Výsledky byly zpracovány na základě vyplněných dotazníků respondentů ze základních škol.

Otázka č. 1: Vaše pohlaví

První otázka zjišťovala poměr mužů a žen mezi respondenty. Byla zde i možnost „Nechci uvádět“ pro ty, kteří nechtějí udávat své pohlaví.

Ze 101 respondentů celkem odpovědělo 77,2 % žen a 22,8 % mužů. Nikdo z respondentů nezvolil možnost „Nechci uvádět“, tudíž 0 % a v grafu není zastoupena žádnou výsečí.



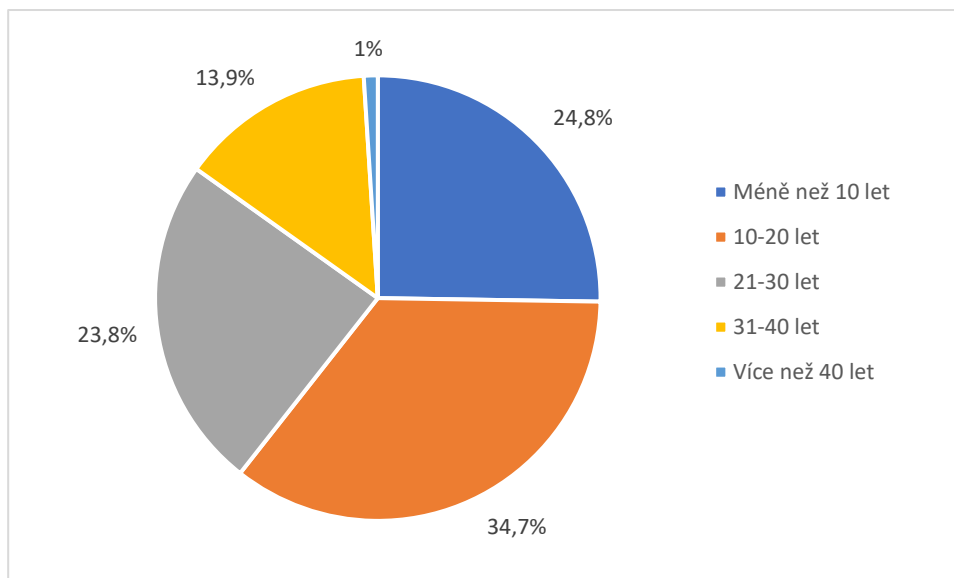
Graf 1- Vyhodnocení dotazníku-Pohlaví

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 2: Délka vaší praxe

Následující otázka měla za cíl zjistit průměrnou délku praxe respondentů.

Průměrná délka praxe byla 18,11 let s rozpětím od 2 do 42 let. Pro lepší přehlednost v grafu jsem odpovědi rozdělila do 5 kategorií: Méně než 10 let, 10–20 let, 21–30 let, 31–40 let a Více než 40 let. Nejpočetnější skupinou byli pedagogičtí pracovníci s praxí 10–20 let, kteří tvořili 34,7 % všech respondentů. Podobně početné zastoupení měli respondenti s praxí méně než 10 let (24,8 %) a s praxí 21–30 let (23,8 %). Skupina s praxí 31–40 let tvořila 13,9 % a nejméně početné zastoupení měla kategorie více než 40 let s 1 %.



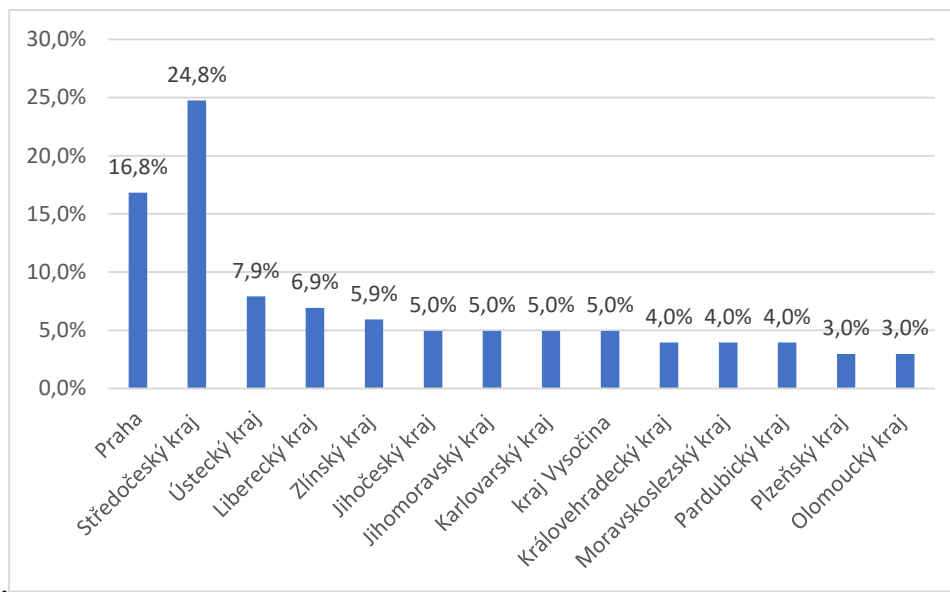
Graf 2 - Vyhodnocení dotazníku-Délka praxe

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 3: Z jakého jste kraje? (uved'te kraj, kde učíte)

Další otázka měla zjistit, z jakého kraje respondenti pocházejí, respektive ve kterém kraji učí, což jsem doplnila do závorky, aby nedošlo k nedorozumění.

Nejvíce respondentů bylo ze Středočeského kraje, konkrétně 24,8 %. Druhou nejčastější odpovědí bylo hlavní město Praha, z kterého bylo 16,8 % respondentů. Zastoupení ve zbylých krajích bylo následující: Ústecký kraj (7,9 %), Liberecký kraj (6,9 %), Zlínský kraj (5,9 %), Jihočeský kraj (5 %), Jihomoravský kraj (5 %), Karlovarský kraj (5 %), kraj Vysočina (5 %), Královehradecký kraj (4 %), Moravskoslezský kraj (4 %), Pardubický kraj (4 %), Plzeňský kraj (3 %) a Olomoucký kraj (3 %).



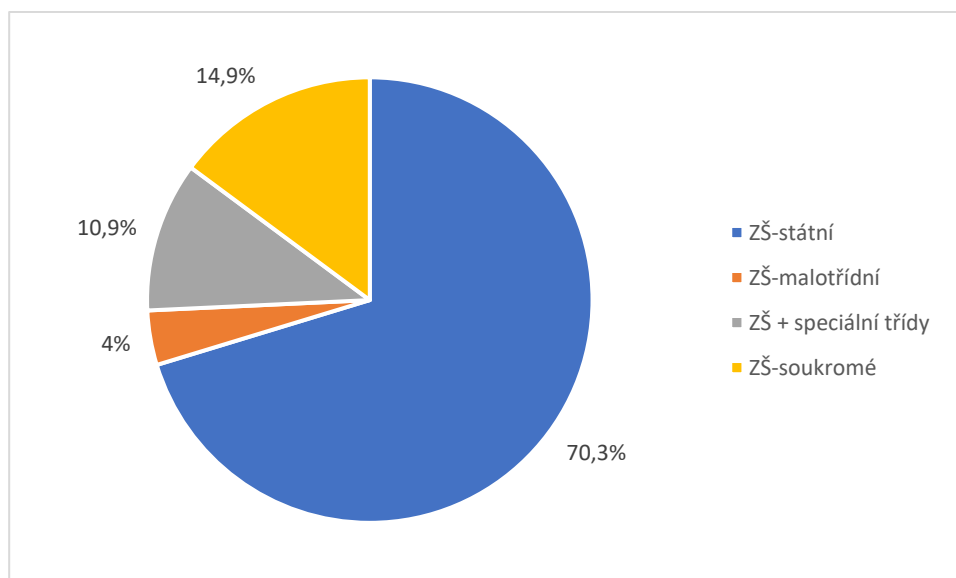
Graf 3 - Vyhodnocení dotazníku-Kraje ČR

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 4: Z jaké jste školy?

Tato otázka zjišťovala, na jaké základní škole respondenti působí.

70,3 % respondentů uvedlo, že působí na státní základní škole. Druhou nejčastější odpovědí byla soukromá základní škola (14,9 %). Dále 10,9 % působí na základní škole se speciálními třídami a 4 % respondentů je z malotřídních základních škol.



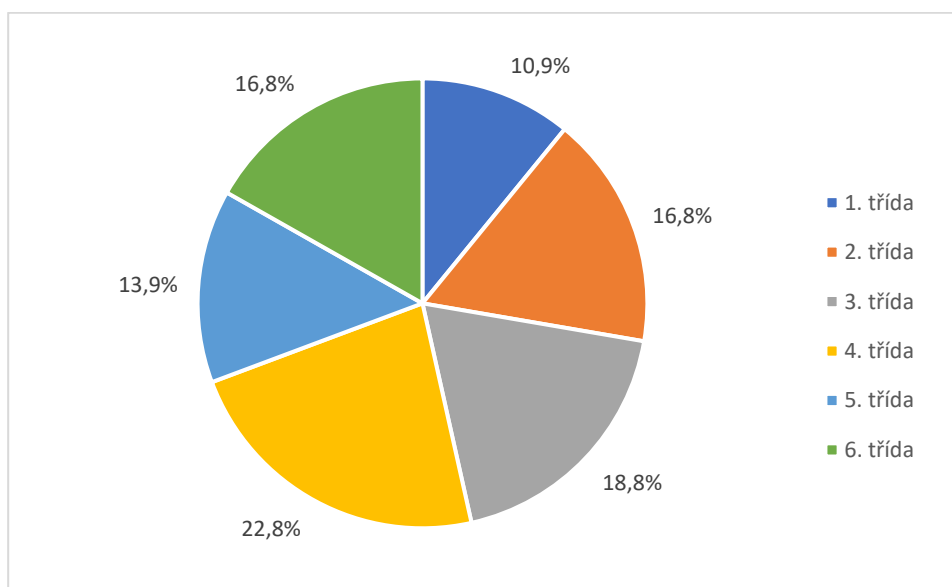
Graf 4 - Vyhodnocení dotazníku-Základní školy

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 5: V jaké třídě učíte?

Touto otázkou jsem chtěla zjistit, v jaké třídě respondenti učí, protože na školy v přírodě vyjíždí všechny třídy z 1. stupně. Přidala jsem i možnost „6. třída“, i přes to, že dotazník byl zaměřený na učitele 1. stupně. Důvodem bylo, že jsem se setkala i s několika výjimkami, kdy na školu v přírodě vyjeli žáci 6. třídy, tudíž už 2. stupně.

Nejčastější odpovědí byla možnost 4. třída, kterou zvolilo 22,8 % respondentů. Druhé nejčastější zastoupení měla 3. třída. Ve stejném počtu zvolilo odpověď 2. a 6. třída po 16,8 %. Nejméně respondentů uvedlo možnost 1. třída (10,9 %).



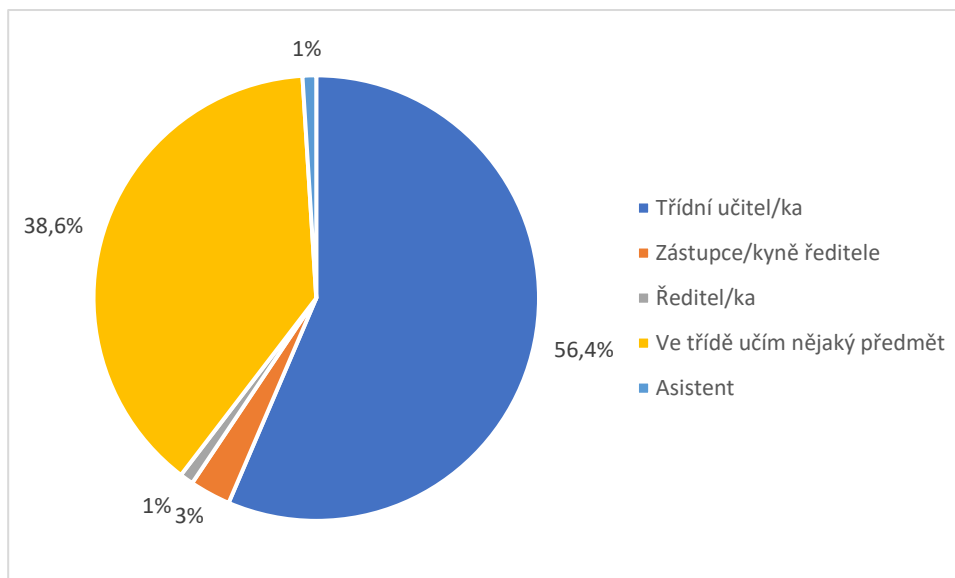
Graf 5 - Vyhodnocení dotazníku-Třídy

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 6: V jakém jste vztahu ke třídě?

Cílem otázky bylo zjistit, zda respondent je v dané třídě třídní učitel nebo tam vyučuje jen nějaké předměty nebo jestli je součástí vedení školy. Otázka měla sloužit k utvoření představy o respondentovi.

Z výsledků vyplývá, že z celkového počtu 101 respondentů bylo 56,4 % třídní učitel nebo učitelka. Celkem 38,6 % uvedlo, že v dané třídě vyučuje nějaký předmět. Mezi respondenty byly i 3 % zástupců nebo zástupkyň ředitele a 1 % ředitelů. V možnosti „Jiné“ 1 % uvedlo, že je asistent.



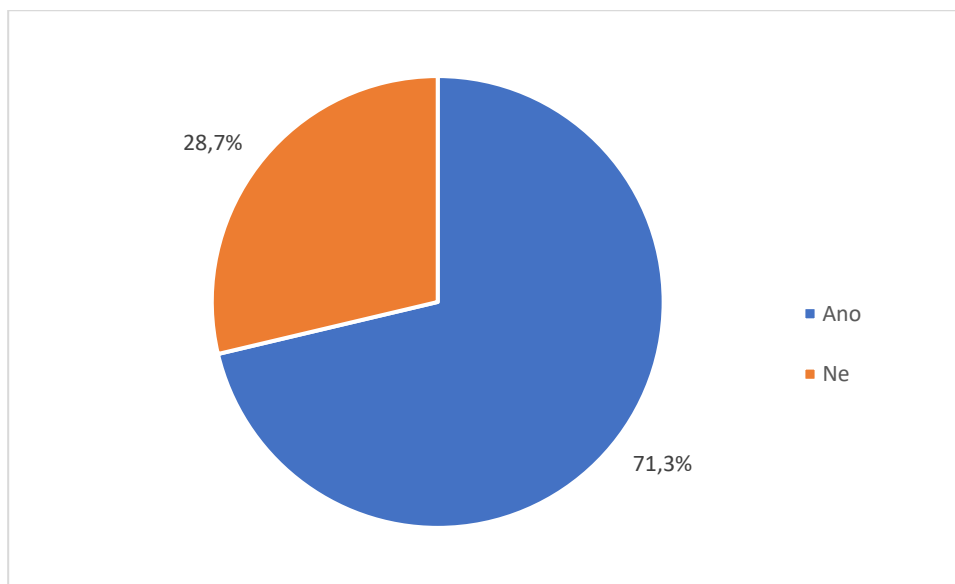
Graf 6 - Vyhodnocení dotazníku-Role respondentů

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 7: Jezdíte pravidelně na školy v přírodě?

Tato otázka se už zaměřuje na téma školy v přírodě. Cílem bylo zjistit, zda učitelé vůbec se třídami na školu v přírodě jezdí a jestli pravidelně.

Z výsledků vyplývá, že 71,3 % jezdí pravidelně na školy v přírodě a 28,7 % nejezdí pravidelně.



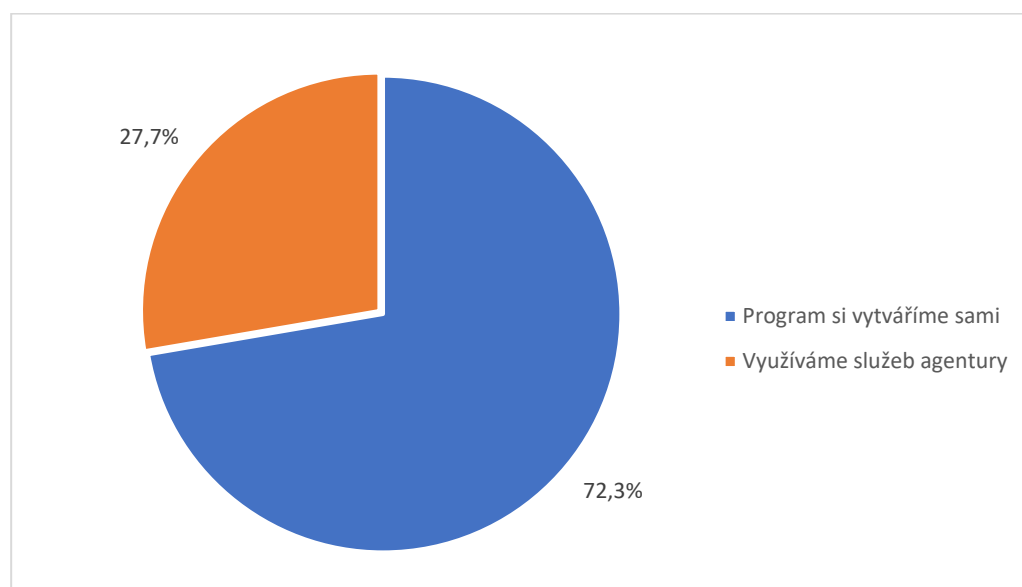
Graf 7 - Vyhodnocení dotazníku-Pravidelnost škol v přírodě

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 8: Vytváříte si i program sami, nebo využíváte služby agentur?

Zvolenou otázkou jsem zjišťovala, jestli respondenti využívají služeb agentur nebo si vytvářejí program sami. Obě varianty se odráží na podobě samotného programu, takže otázka byla velmi důležitá.

Jak je z grafu patrné, tak 72,3 % ze 101 respondentů uvedlo, že si program, vytváří sami. Zbylých 27,7 % využívá služeb agentur, které program připraví a zajistí instruktory, kteří program na pobytu zrealizují.



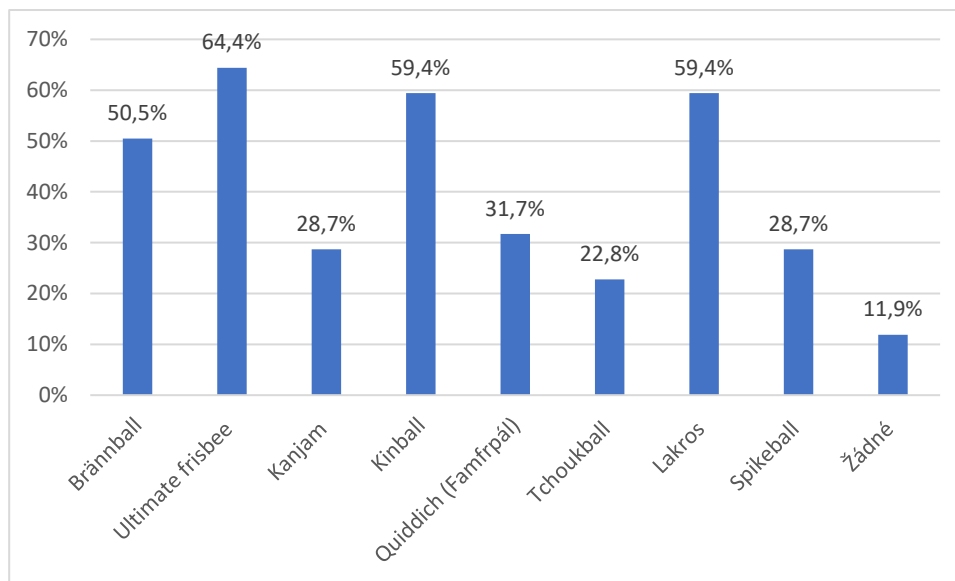
Graf 8 - Vyhodnocení dotazníku-Tvorba programu

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 9: Které z uvedených netradičních sportovních her znáte?

V této otázce jsem uvedla výčet netradičních sportovních her uvedené v teoretické části této práce. Otázkou jsem zkoumala, které z nich učitelé znají. V této otázce mohli respondenti zvolit několik možností současně.

Z grafu je patrné, že nejvíce respondenti znají Ultimate frisbee (64,4 %), Kinball a Lakros (59,4 %) a Brännball (50,5 %). 28,7 % uvedlo, že zná Kanjam a Spikeball a 22,8 % Tchoukball. 11,9 % uvedlo, že nezná žádné z uvedených netradičních sportovních her.



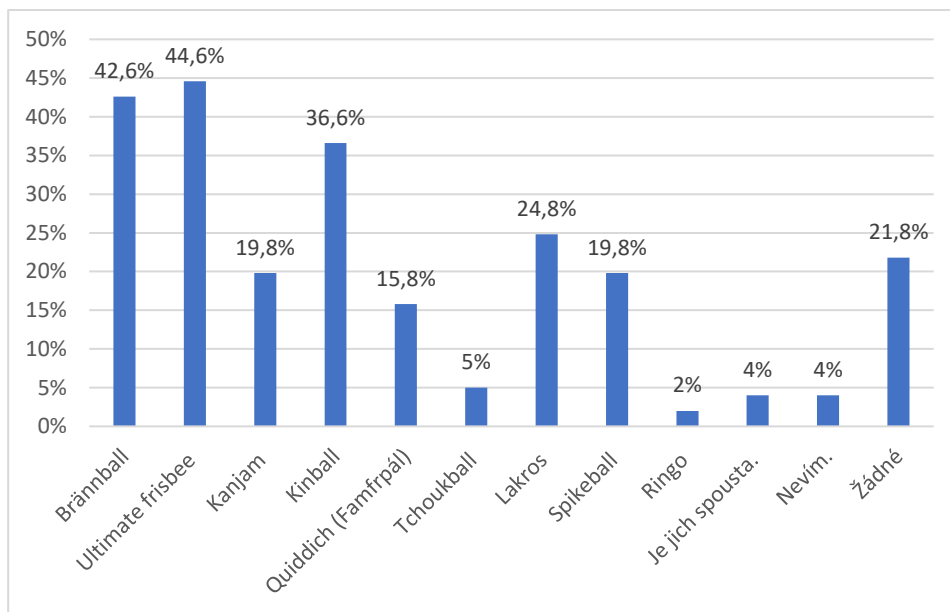
Graf 9 - Vyhodnocení dotazníku-Povědomí o netradičních sportovních hrách

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 10: Které z uvedených netradičních sportovních her využíváte na ŠVP?

Další otázka navazuje na tu předchozí. Opět jsem uvedla výčet netradičních sportovních her z teoretické části této práce a respondenti mohli vybrat několik možností současně. Cílem bylo zjistit, které z uvedených her na škole v přírodě využívají. Byla uvedena i možnost „Jiné“ pro případné uvedení i jiných netradičních sportovních her, které učitelé využívají.

Bylo zjištěno, že nejvíce se využívá Ultimate frisbee (44,6 %). Druhou nejčastěji zvolenou možností byl Brännball (42,6 %) a třetí nejčastěji zvolenou možností byl Kinball (36,6 %). Stejně jako v předchozí otázce Kinball a Spikeball zvolilo stejné procento respondentů (19,8 %). 15,8 % uvedlo, že využívá Quiddich (Famfrpál). Pouze 5 % respondentů využívá Tchoukball na škole v přírodě. V možnosti „Jiné“ 2 % uvedla, že využívají hru Ringo. Dalšími odpověďmi v možnosti „Jiné“ bylo „Nevím.“ (4 %) a „Různé.“ (4 %). 21,8 % respondentů uvedlo, že nevyužívá žádné netradiční sportovní hry.



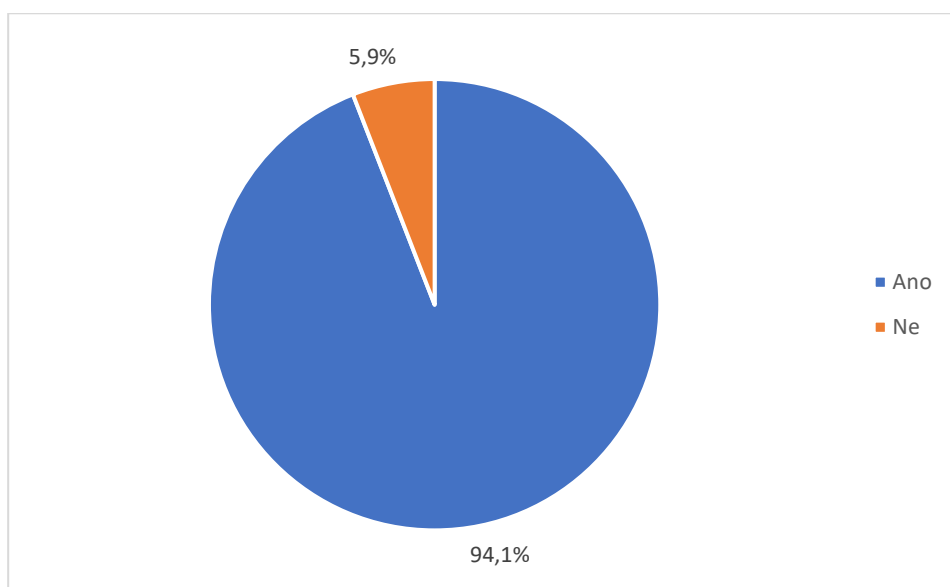
Graf 10 - Vyhodnocení dotazníku-Využití netradičních sportovních her na ŠvP

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 11: Jsou pohybové hry součástí vašich ŠvP?

Tato otázka se už zaměřila na pohybové hry. Nejdřív jsem chtěla zjistit, jestli vůbec jsou pohybové hry součástí školy v přírodě.

Z grafu vyplývá, že 94,1 % respondentů uvedlo, že pohybové hry jsou součástí jejich škol v přírodě. Zbýlých 5,9 % uvedlo, že pohybové hry nejsou součástí jejich škol v přírodě.



Graf 11 - Vyhodnocení dotazníku-Pohybové hry součástí ŠvP

zdroj: vlastní tvorba

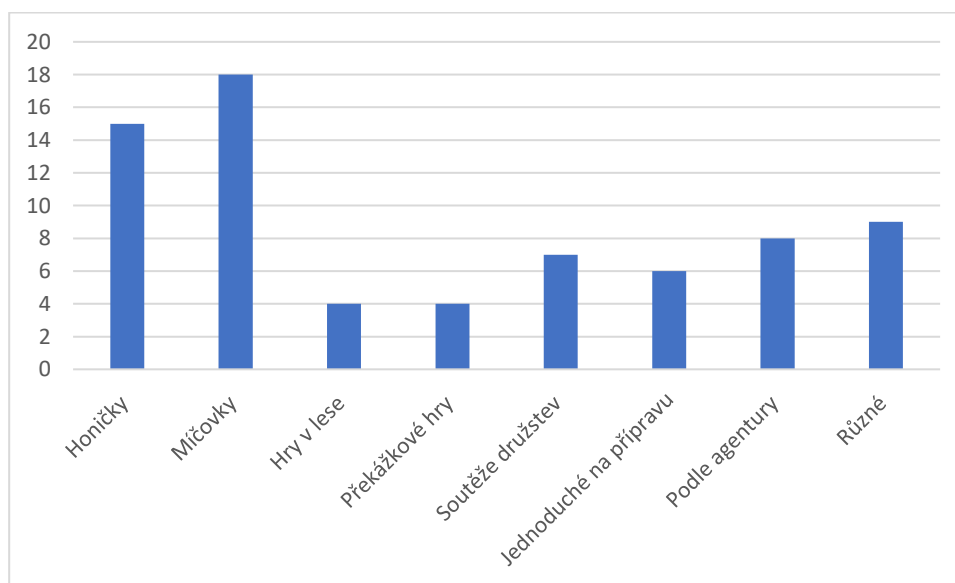
Otázka č. 12: Jaké pohybové hry využíváte na ŠvP?

Následující otázka měla cíl, jaké pohybové hry jsou na škole v přírodě využívány. Vzhledem k množství pohybových her, které existují, jsem nechala otázku otevřenou.

U této otázky bylo velké množství odpovědí. Celkem se odpovědi daly rozdělit na dvě skupiny pro lepší přehlednost.

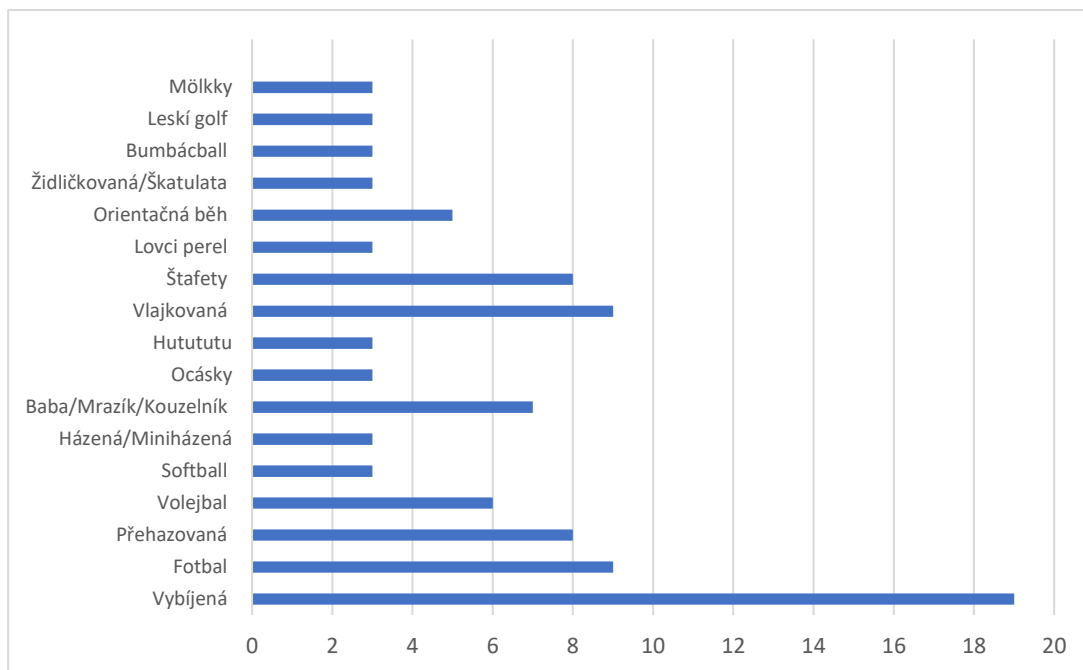
První uváděla různé kategorie pohybových her (viz Graf 12) a druhá skupina uvedla konkrétní pohybové hry (viz Graf 13). V první části odpovědí byly nejčastěji zastoupeny míčové hry (18) a honičky (15). Mezi zbylými odpověďmi se objevily soutěže družstev (7), hry jednoduché na přípravu (6), překážkové hry (4) a hry v lese (4). Část respondentů, která v otázce č. 8 uvedla, že využívá služeb agentury, uvedla, že pohybovým hrám se věnují podle toho, co má agentura připravené. Tuto odpověď uvedlo 8 respondentů, kteří uvedli pouze kategorii pohybových her. 9 respondentů nijak pohybové hry nespécifikovalo a uvedlo „Různé“.

Druhá část respondentů uváděla konkrétní pohybové hry. V Grafu 13 je znázorněna četnost jednotlivých her. Nejvíce respondenti uváděli vybíjenou (19), fotbal (9), přehazovanou (8) a volejbal (6).



Graf 12 - Vyhodnocení dotazníku-Pohybové hry obecně

zdroj: vlastní tvorba



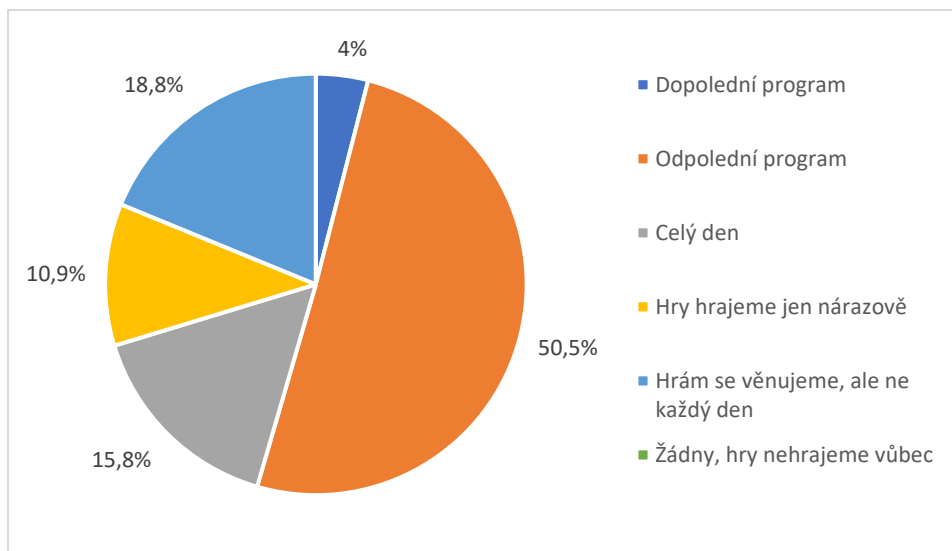
Graf 13 - Vyhodnocení dotazníku-Konkrétní pohybové hry-četnost

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 13: Kolik času věnujete hrám v rámci denního režimu?

Tato otázka zjišťovala, jaké množství času mají učitelé vyhrazeno na hry, ať už pohybové, nebo netradiční, v rámci denního režimu.

Polovina respondentů, konkrétně 50,5 %, uvedla, že sportovním a pohybovým hrám věnují odpolední program v rámci denního režimu. Druhou nejčastější odpovědí byla, že hrám se věnují, ale ne každý den, kterou zvolilo 18,8 % respondentů. Celý den věnuje hrám 15,8 % a naopak hry hraje nárazově 10,9 % respondentů. Nejmenší zastoupení má dopolední program, konkrétně 4 %. Nikdo z respondentů neuvěděl, že by se hrám nevěnovali vůbec, takže v grafu nemá tato odpověď procentuální zastoupení.



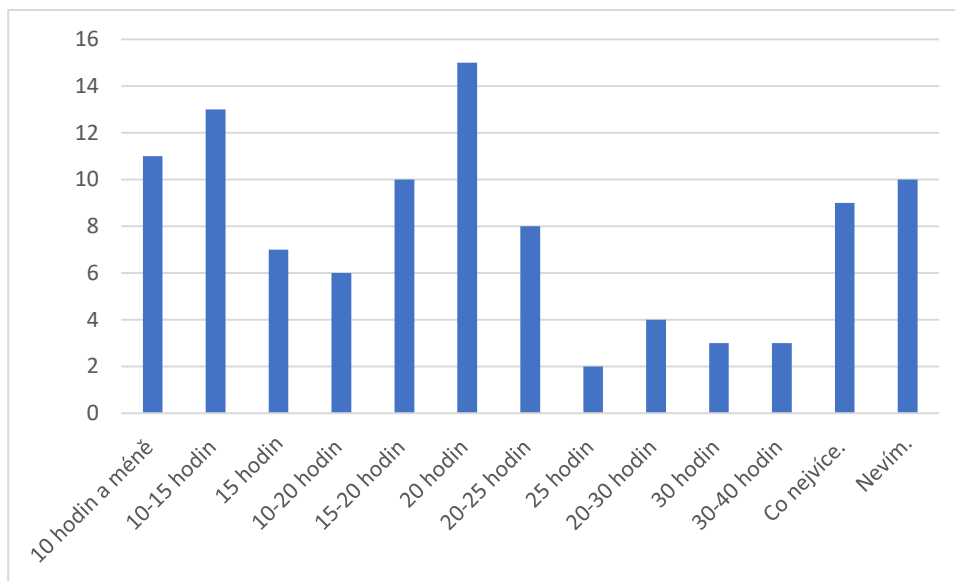
Graf 14 - Vyhodnocení dotazníku-Hry v rámci denního režimu

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 14: Kolik času věnujete hrám celkem v rámci celé ŠvP?

Následující otázka měla otevřený typ odpovědi. Cílem bylo zjistit, kolik času celkem je věnováno hrám v rámci školy v přírodě.

Získané odpovědi bylo možné rozdělit do časových rozpětí uvedených na spodní ose grafu. Z odpovědí vyplývá, že průměrný čas věnovaný pohybovým i sportovním hrám je 15,25 hodin. Nejčastější odpovědí bylo 20 hodin (15). Druhá nejčastěji uváděné odpovědi bylo časové rozpětí mezi 10-15 hodinami (13) a třetí bylo 10 hodin a méně (11). Celkem 10 respondentů uvedlo, že neví a 9 respondentů uvedlo co nejvíce.



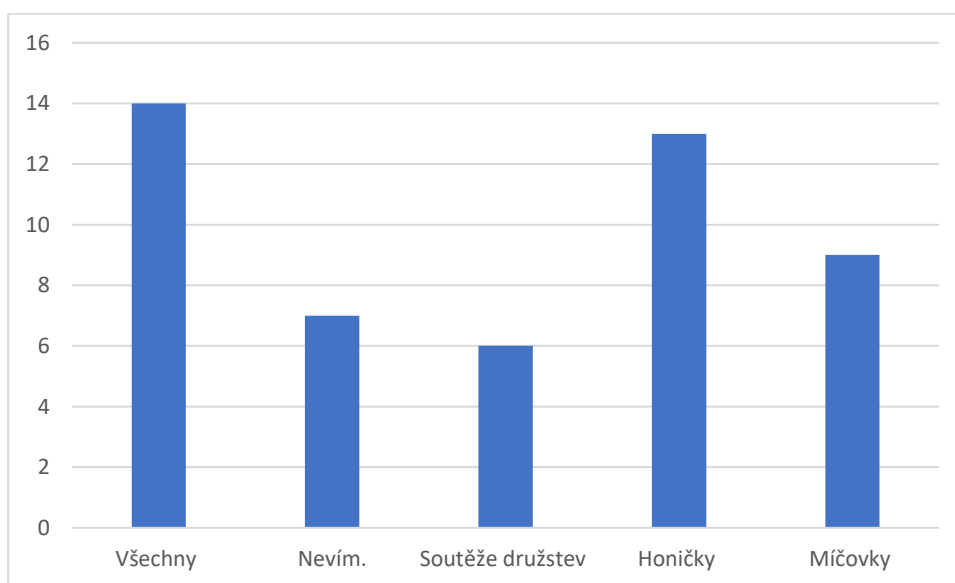
Graf 15 - Vyhodnocení dotazníku-Čas pro hry v rámci celé ŠvP

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 15: Jaké jsou oblíbené hry u vašich žáků?

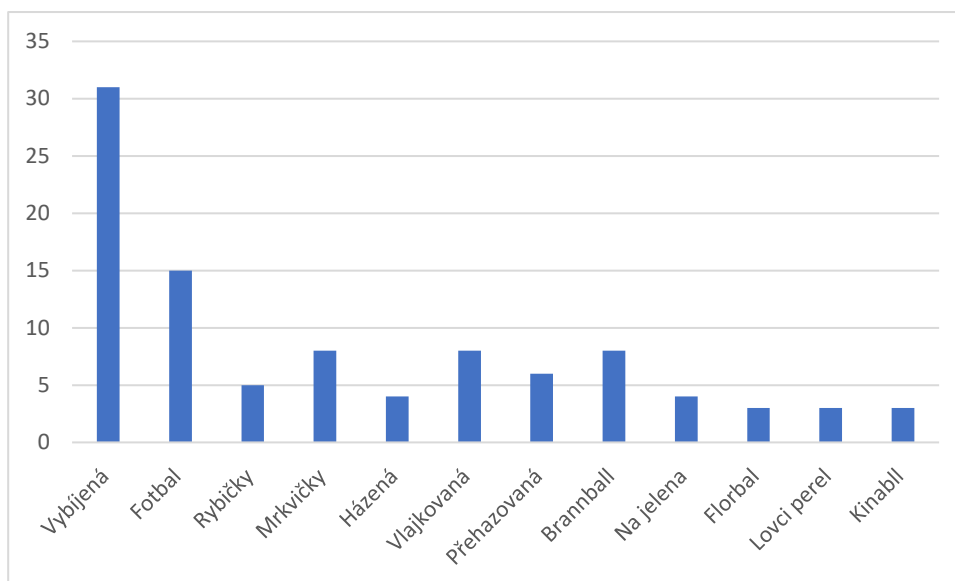
Další otázka zkoumala, jaké hry jsou oblíbené u žáků respondenta.

Stejně jako u otázky č. 12, tak i u této otázky přišlo široké množství odpovědí, takže jsem postupovala stejně. Odpovědi jsem pro lepší přehlednost rozdělila do dvou skupin a grafů. První skupina obsahuje obecné odpovědi (Graf 16) a druhá skupina obsahuje odpovědi s konkrétními hrami (Graf 17). V grafech jsou znázorněny odpovědi, které se opakovaly.



Graf 16 - Vyhodnocení dotazníku – Oblíbené hry u žáků-obecně

zdroj: vlastní tvorba



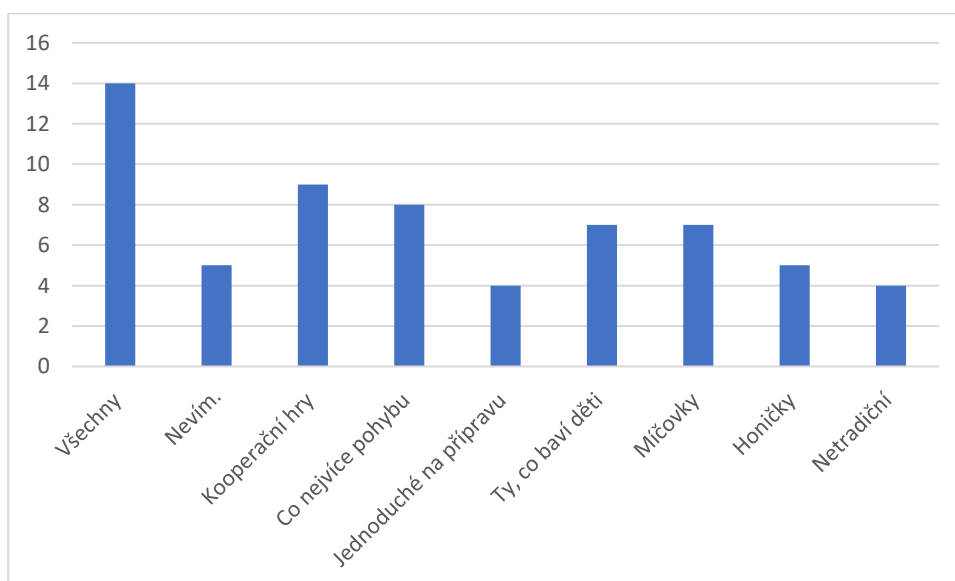
Graf 17 - Vyhodnocení dotazníku – Oblíbené hry u žáků-konkrétní hry

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 16: Jaké hry jsou vaše oblíbené?

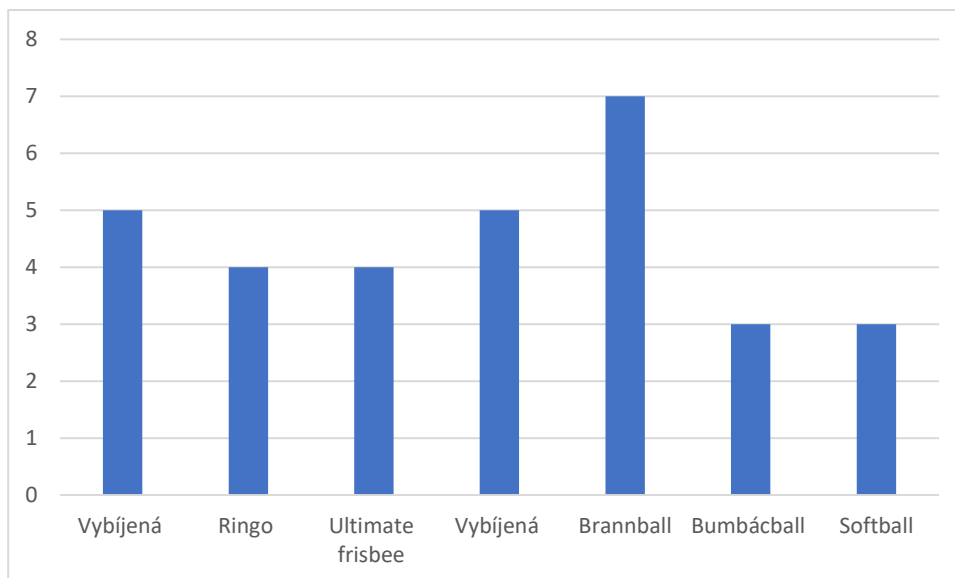
V této otázce jsem zjišťovala, jaké hry jsou oblíbené u učitelů. To se může odrážet v tom, jaké hry učitelé využívají.

Podobně jako u předchozí otázky, i zde se mi vrátilo velké množství různých her. Odpovědi jsem opět rozdělila na obecné (Graf 18) a konkrétní hry (Graf 19). V grafech jsou znázorněny hry, které se v odpovědích objevovaly nejčastěji.



Graf 18 - Vyhodnocení dotazníku – Oblíbené hry u respondentů-obecně

zdroj: vlastní tvorba



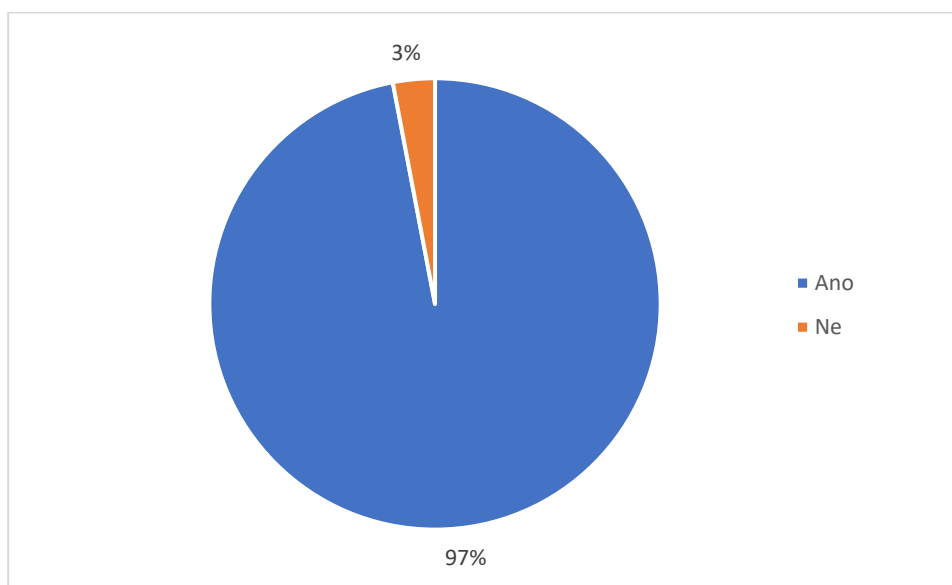
Graf 19 - Vyhodnocení dotazníku – Oblíbené hry u respondentů-konkrétní hry

zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 17: Uvítal/a byste zásobník netradičních sportovních her na školy v přírodě?

Touto otázkou jsem chtěla zjistit, jestli by mezi učiteli byl vůbec zájem o zásobník netradičních sportovních her k využití na škole v přírodě.

Na základě odpovědí je jasné, že 97 % respondentů by uvítalo zásobník netradičních sportovních her vhodných na školu v přírodě. Zbývá 3 % zvolilo možnost „Ne“ a zásobník netradičních sportovních her by neuvítalo.

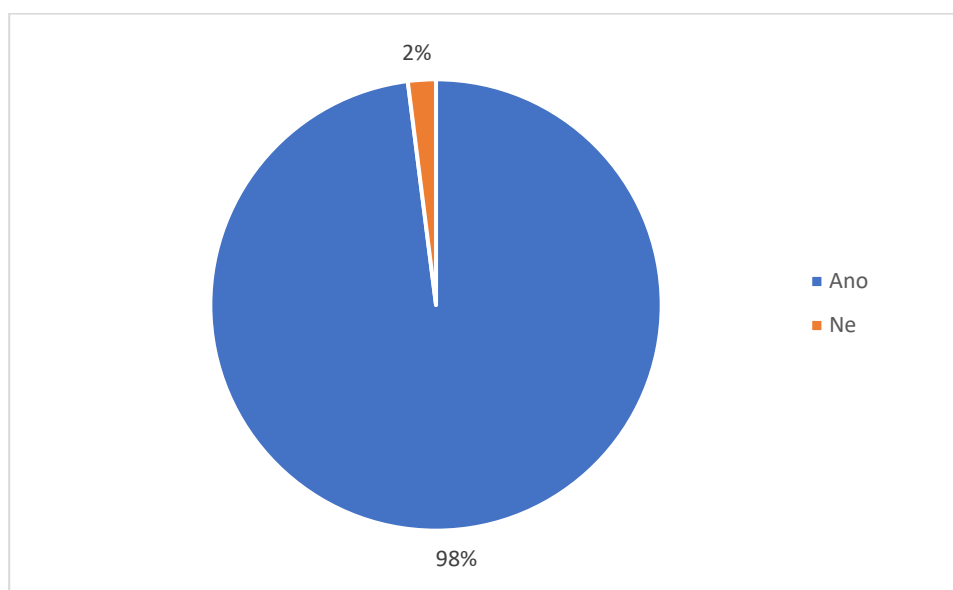


Graf 20 - Vyhodnocení dotazníku-Zájem o zásobník netradičních sportovních her na ŠvP zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 18: Uvítal/a byste zásobník pohybových her na školy v přírodě?

Poslední otázka měla velmi podobný záměr jako ta předchozí jen s rozdílem, že jsem chtěla zjistit, jestli by učitelé měli zájem o zásobník pohybových her vhodných na školu v přírodě.

Z odpovědí vyplývá, že 98 % by uvítalo zásobník pohybových her vhodných pro školu v přírodě. Naopak pouze 2 % zvolilo možnost „Ne“ a nemají zájem o zásobník pohybových her vhodných na školu v přírodě.



Graf 21 - Vyhodnocení dotazníku-Zájem o zásobník pohybových her na ŠvP

zdroj: vlastní tvorba

8 Metodický materiál pro výuku netradičních sportovních her

Na základě výsledků dotazování byl zpracován návrh metodického materiálu pro výuku netradičních sportovních her vhodných na školu v přírodě. Metodika je zpracována tak, aby žáci 1. stupně dosáhli takové úrovně, kdy budou schopni samotné hry v rámci školy v přírodě.

Nejčastější odpovědí na otázku ohledně množství času vymezeného pro pohybové a sportovní hry byl odpolední program, který trvá zhruba 4 hodiny, na 3 dny z celkových 5 dnů, kdy probíhá škola v přírodě. Metodický materiál je koncipován tak, aby pokryl odpolední programy i s možností výběru.

Aktivity u každé netradiční sportovní hry jsou seřazeny od těch méně náročných přes více náročné až po samotnou hru s možnými úpravami.

Pravidla uvedených netradičních her jsou popsána v teoretické části této práce.

8.1 Brännball

Pomůcky: Tenisové míčky, páłka, stativ, mety/kužely na vyznačení met, lano/obruč na vyznačení území pro brännera, lano na hlavní čáru

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Při hře Brännball je klíčový odpal míčku pálkou a chytání a nahrávání míčku mezi spoluhráči. Pro Brännball se používá tenisový míček.

Chytání míčku

Chytání míčku je klíčovou dovedností pro samotnou hru, ale i bezpečnost dětí.

1. Házení a chytání ve dvojici

Žáci vytvoří dvojice. Dvojice si stoupnou naproti sobě a utvoří tak dvě řady naproti sobě. Děti si budou vzájemně míček chytat a házet na různé vzdálenosti. Startovní vzdálenost by měla být alespoň 5 metrů. Vzdálenost se postupně prodlužuje.

2. Varianty házení a chytání ve dvojici

Házení i chytání se dá ztížit zadáním různých pokynů. Lze házet a chytat pouze oběma rukama, pouze levou rukou nebo pouze pravou rukou. Tyto polohy můžeme různě kombinovat. Např.: házet lze jen pravou rukou, chytat pouze oběma rukama

Odpal míčku

Při Brännballu žáci odpalují míček z vlastního nadhozu nebo ze stativu ve zjednodušené variantě.

1. Nácvik vlastního nadhozu

Každý žák dostane tenisový míček a jeho úkolem je, vyhodit míček nad sebe a opět ho chytit s co nejmenším možným počtem kroků. Cílem je, aby děti nadhazovali nad sebe.

2. Nácvik samotného odpalu za pomoci stativu

Žáci po odpalu míčku ze stativu oběhnou vyznačené mety. Na pálce se po jednom odpalu hráči střídají, kdo zrovna neodpaluje, je v poli a sbírá míčky.

3. Hra pro nácvik odpalu-štafetové odpalování

Štafetové odpalování: Soutěží dvě družstva proti sobě. První hráči obou družstev současně, na pokyn učitele, odpálí ze stativu. Hráč A běží pro míč odpálený hráčem B a opačně. Ten, kdo z obou hráčů dříve doběhne s míčem zpět ke stativu, získává pro své družstvo bod.

Hra Brännball

Samotná hra se dá upravit několika způsoby dle úrovně žáků. U odpalu jsou možné dvě varianty-buď z vlastního nadhozu, nebo ze stativu. Úspěšnější a tím pádem zábavnější bude hra ze stativu. V obou případech mají děti 3 pokusy na odpal. Bodování lze také různě modifikovat. Body lze počítat buď za oběhnutí všech 4 met jedním hráčem bez vyoutování, nebo bod udělit za každou jednu získanou metu, nikoli až za dosažení domácí mety (oběhnutí všech čtyř met). Množství bodů udělených za dosažené mety nebo chycení míče je možné upravit podle zdatnosti dětí.

BEZPEČNOST: Za hráčem na pálce musí stát ostatní pálkaři v dostatečné vzdálenosti. Pozor také na zahazování pálky. Pálka se musí po odpalu položit, nikoli zahodit za sebe.

8.2 Kinball

Pomůcky: míč na kinball, rozlišovací dresy 3 různých barev

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Hra kinball není nijak náročná na pohybové dovednosti žáků. Nezvyklá je pouze velikost míče a způsob odpalu.

Seznámení s míčem

Hry na seznámení s míčem:

1. Sluneční soustava

Děti vytvoří jeden velký kruh a uprostřed něj ještě druhý menší kruh – dva soustředné kruhy mezi kterými je ulička, ve které děti kutálí míč jako planetu ve sluneční soustavě. Hru pak lze modifikovat tak, že se z jednoho dítěte stane „lyžař“, který utíká uličkou před „sněhovou koulí“, kterou ostatní děti kutálí. Role se ještě může otočit tak, že vybrané dítě se snaží „sněhovou kouli“ v uličce dohnat.

2. Žvýkačková královna

Jeden žák je král nebo královna, kutálí před sebou kinball míč („obří žvýkačku“) a chytá jím ostatní. Koho se míčem dotkne, stane se z něj přilepená žvýkačka – stoj rozkročný, ruce upažit a je „přilepen“ nohama k zemi, dál už nemůže běhat. Může jen pomáhat královně, a to tak, že rukama, kam až dosáhne, chytá ostatní a tím z nich také dělá žvýkačky. Hra končí, když jsou všichni přilepeni jako žvýkačky

Chytání míče (kontrola nad míčem)

1. Házení míče

Učitel stojí s kinballem uprostřed kruhu, který okol něj děti utvoří. Postupně ho hází dětem jednomu po druhém, ty mu jej vrací. Vzhledem k rozměrům míče se často stane, že jej děti nechytí. Mohou pak utvořit dvojice nebo trojice, které budou kinball chytat společně.

2. Házení míče do dálky

Učitel hodí kamkoliv do pole kinball na nějakou delší vzdálenost a děti se jej snaží doběhnout a chytit ve vzduchu – nenechat jej spadnout na zem.

Odpal

1. Odpal oddělenými rukama

Žák strčí nebo udeří do míče dlaněmi oddělenými od sebe. Při odpalu žák přenesse váhu dopředu a tím dá míči potřebnou energii. Úder je směřován do středu míče.

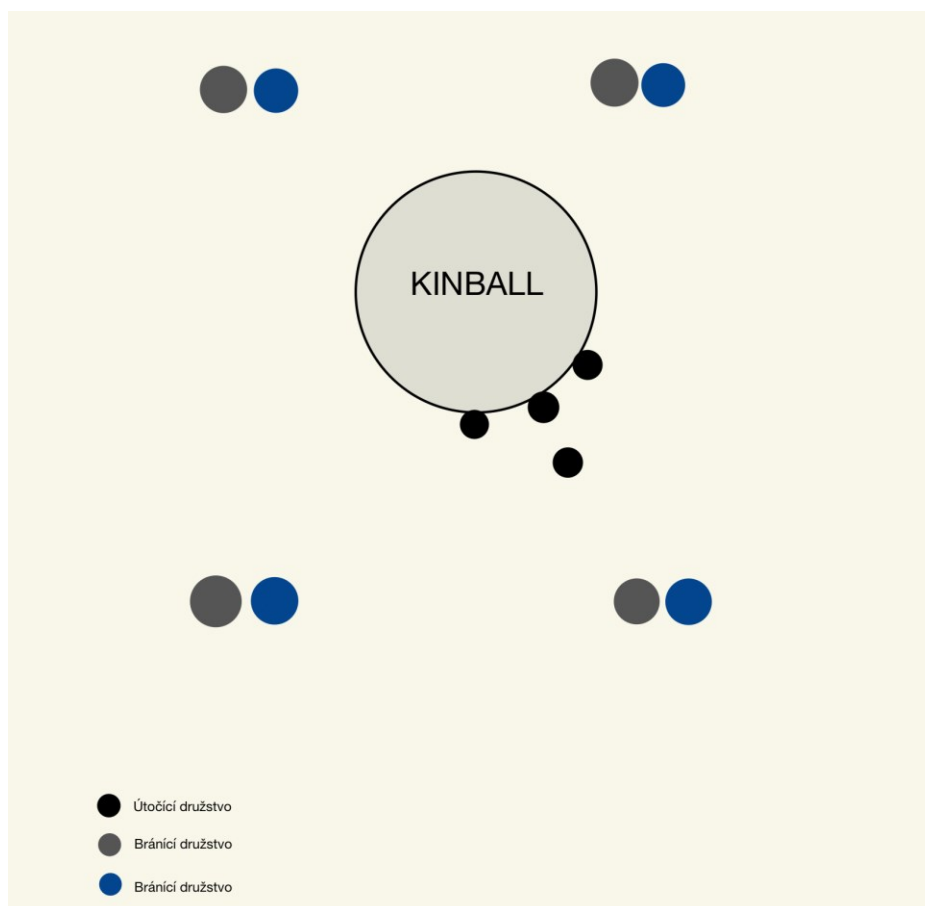
2. Odpal spojenýma rukama

Ruce žáka jsou spojené ve dlaních a paže má v úrovni ramen. Žák stojí k míči bokem a při odpalu přenesou váhu dopředu a tím dá míči potřebnou energii. Úder je směřován do středu míče.

BEZPEČNOST: Nejbezpečnější je odpal se spojenýma rukama, který je podobný volejbalovému odbití obouruč spodem. Odbití jednoruč je u kinballu pro děti velmi bolestivé a může dojít ke zranění.

Nácvik obrany

1. Při obraně bráncí družstva tvoří čtverec okolo útočícího družstva vzdálené 3–4 metry. Pro nácvik může učitel buď míč házet nebo kutálet po zemi a žáci se snaží si udržet svoji individuální obrannou pozici (v rámci čtverce okolo míče) a sledovat míč stále ze stejné vzdálenosti.



Obrázek 3 - Kinball – obrana

zdroj: vlastní tvorba

Hra kinball

Možné modifikace:

- a) Zvýšit časový limit pro získání kontroly nad míčem
- b) Zvýšit počet žáků v jednom družstvu
- c) Neaplikovat pravidlo útoku pouze na družstvo s nejvyšším skóre
- d) Míč na kinball lze nahradit velkým gymnastickým míčem

8.3 Ultimate frisbee

Pomůcky: frisbee disky, mety/lana pro vyznačení koncových zón, kužele, obruče

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Úchop disku

Úchop disku je klíčová dovednost pro tuto hru, ale zároveň je to velmi individuální záležitost, která se odvíjí už například od velikosti ruky.

1. Čtyři prsty uvnitř disku, palec na vnější straně disku

Tento úchop je typický pro backhand, který je i o něco jednodušší než forehand. Nejlepší je názorná ukázka, jak disk držet. Individuální úchop se pak bude lehce lišit podle toho, jak je komu co příjemné.

2. Dva (tři) prsty uvnitř disku, palec na vnější straně disku

Tento úchop je typický pro forehand. Zde platí stejné principy jako předchozího úchopu.

Základní hod-backhand

Backhand je jednodušší než forehand. Základním principem je pohyb paže od těla. Při backhandu je potřeba stát bokem k cíli. Rychlost a rotaci dodá disku švih lokte a zápěstí.

1. Uchopím disk čtyřmi prsty zevnitř a palem na vnější straně.
2. Stoupnu si bokem k cíli nebo směru, kam chci disk házet. Jsem v podřepu mírně rozkročeném.
3. Nápřah: Ramena stočím dozadu a váhu přenesu na zadní nohu, ruka s diskem je mírně pokrčena v úrovni mezi trupem a rameny.

4. Odhod: Pohyb vychází ze zatížené zadní nohy. Váhu přenáším na přední nohu a zároveň ramena otáčím do směru odhodu. Provedu švih v lokti a zápěstí a disk odhazuji. Nohy nezůstávají na místě, ale následují letící disk krokem vpřed.

Při nácvičku backhandu je důležité nedávat do odhodu maximální sílu, ale soustředit se na jednotlivé fáze odhodu samostatně i v souvislosti.

Základní hod-forehand

Při forehandu se stojí čelem k cíli a odhod disku provádí paže vedle těla. Rychlost a rotaci mu stejně jako u backhandu dodá švih lokte a zápěstí.

1. Uchopím disk dvěma (třemi) prsty uvnitř disku, palec mám na vnější straně disku.
2. Tělo směřuje k cíli nebo směru, kam chci disk házet.
3. Nápřah: Loket je mírně od těla, nápřah provádím za tělem.
4. Odhod: Váhu přenáším ze zadní na přední nohu. Současně jde ruka s diskem dopředu a před tělem provedu švih v lokti a rameni a disk opouští ruku. Krokem vpřed následují disk.

Častou chybou je přetáčení ruky tudíž i disku při snaze hodit disk co největší silou. Pro děti je dobré přirovnání jako kdyby se chtěli natáhnout nebo říct o nějakou odměnu. Důležité je, aby dlaň zůstala vzhůru.

Stejně jako u backhandu, tak i forehandu je důležité nedávat do odhodu maximální sílu, ale soustředit se na jednotlivé fáze odhodu samostatně i v souvislosti.

Chytání disku

Nejbezpečnější způsob chycení disku je oběma rukama zároveň. Lze použít přirovnání k čápovi-ruce děti představují zobák čápa, kterým se snaží disk chytit.

Přihrávky a házení disku

1. Hod diskem ve dvojici
 - a) Soutěž, kdo dohodí nejdál
 - b) Házení na cíl-kužel, obruč, kanjamový koš
 - c) Přihrávky ve dvojici na místě

2. Přihrávky ve dvojicích za pohybu

Jeden z dvojice hodí disk před hráče, druhý se disk snaží doběhnout a chytit před dopadem na zem.

Hra Ultimate

Možné modifikace:

- a) Určit počet přihrávek
- b) Povolit 2-3 dotyky země před ztrátou disku
- c) Bod i jen za dopravení disku do koncové zóny
- d) Skórovat položením disku do kruhu – pokládána

Hra Kanjam

Pomůcky: Kanjam koše, frisbee disky/pěnové talíře/míče

Prostředí: menší prostor s rovným povrchem a bez překážek v blízkém okolí košů

Kanjam se dá dobře využít při velké skupině dětí. Část hraje frisbee nebo jen trénuje přihrávky. Druhá část hraje Kanjam.

Pro nácvik práce s diskem je možné využít stejné postupy jako při Ultimate frisbee.

Možné modifikace:

- a) Může hrát i více dvojic najednou
- b) Kanjam s pěnovým talířem
- c) Kanjam s míčem

8.4 Lakros

Pomůcky: lakrosové hole, lakrosové míčky/tenisové míče, lakrosové branky, kloboučky/kužele

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Práce s lakrosovou holí

1. Úchop

Hůl se drží oběma rukama. Dominantní ruka drží hůl blíže k hlavě lakrosové hole, druhá ruka drží hůl u spodního konce.

2. Vedení míčku na zemi lakrosovou holí ve slalomu
3. Práce ve dvojicích

Dvojice stojí naproti sobě a žáci si navzájem posílají míček lakrosovou holí. Jakmile se vyslaný míček dostane k druhému žákovi, přiklopí ho lakrosovou holí, a až poté ho pošle zpět.

4. Štafeta

Žáci utvoří družstva a do každého družstva dostanou jeden míček. Soutěží ve štafetě, při které musí s míčkem v lakrosové holi oběhnout vyznačené místo kužele, obručí nebo brankou. Štafetu si v družstvu předávají tak, že si předávají míček z hole do hole, aniž by se ho dotkli.

Práce s míčkem v lakrosové holi

1. Házení míčku lakrosovou holí na branku
2. Vyhození míčku z lakrosové hole co nejdál-může být i jako soutěž
3. Míček lakrosovou holí vyhodit do vzduchu a opět chytit
4. Přihrávky ve dvojici na místě
5. Přihrávky ve dvojici do pohybu
6. Přihrávky zakončené střelbou na branku
7. Hra na třetího

Hra se hraje ve trojici. Dva krajní hráči si přihrávají, třetí uprostřed se snaží přihrávaný míček chytit, pokud se mu to povede, role si vystřídají.

Zvedání míče ze země lakrosovou holí

1. Nabírání míčku ze země

Žáci si zkouší zvednout míček ze země pomocí lakrosové hole.

2. Hra

Žáci stojí ve dvojicích proti sobě. Jeden z dvojice nabere míček, oběhne spolužáka s míčkem na lakrosové holi, vrátí se na své místo a míček spolužákovi přihraje po zemi.

Hra lakros

Nejbezpečnější variantou lakrosu je interkros, protože jde o nekontaktní hru a veškerý fyzický kontakt se soupeřem i jeho holí je zakázaný. Další výhodou interkrosu je, že povoluje přiklopení míčku holí nebo rozehrávku brankářem nebo hráči z prostoru brankoviště. I tuto variantu lze upravit k potřebám a možnostem dětí. Například pravidlo 3 sekund, které se vyskytuje jen u interkrosu, je možné vynechat.

BEZPEČNOST: Při jakémkoliv nácviku a manipulaci s holí je důležité dbát na dostatečné rozestupy mezi žáky, aby nedošlo k úrazu.

8.5 Quidditch (Famfrpál)

Pomůcky: 2 sety po 3 obručích, plastové nebo dřevěné tyče/klacky, tenisový míček, žlutá ponožka, 1 podfouknutý volejbalový míč, 3 podfouknuté míče na vybíjenou/měkké míče

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Ke hře Quidditch není potřeba významných dovedností a zároveň ani drahé vybavení, tudíž je velmi vhodným sportem pro odpolední program na škole v přírodě, při kterém lze uspořádat turnaj mezi jednotlivými kolejiemi.

Nácvik

1. Házení míčem ve dvojicích různými způsoby
 - a) Obouruč vrchem
 - b) Obouruč vrchem s odrazem od země
 - c) Jednoruč pravou/levou rukou
2. Střelba na cíl (obruč)
3. Běh s „koštětem“
 - a) Štafetový závod
 - b) Slalom
 - c) Člunkový běh

Možné úpravy vybavení:

- a) „koště“ může představovat dřevěný klacek z lesa
- b) Potlouk může být jakýkoliv měkký míč

8.6 Spikeball

Pomůcky: Spikeballový set (míček+trampolínka), (obruč, volejbalový míč)

Prostředí: menší prostor s rovným povrchem a bez překážek v blízkém okolí trampolínek

Přihrávky

Trefování a úder do malého míčku patří mezi obtížnější činnosti, proto ho lze nahradit volejbalovým míčem.

1. Přihrávky ve dvojicích

Žáci si musí míček přihrát jakýmkoliv způsobem, ale za použití pouze jedné ruky.

2. Přihrávky přes trampolínu

Každý žák z dvojice si stoupne na jednu stranu trampolíny. Přihrávají si vždy s odrazem míčku od trampolíny.

Hra Spikeball

Možné modifikace:

- a) Zvýšit počet dotyků
- b) Zvýšit počet hráčů v jednom týmu
- c) Výměna spikeballového míčku za volejbalový míč pro snadnější úder
- d) Přidat časový limit, která vytvoří určitý tlak na hráče a hra se zrychlí
- e) Trampolína se dá nahradit obručí a spikeballový míček například volejbalovým míčem

9 Zásobník pohybových her na školu v přírodě

Na základě výsledků dotazování a odborné literatury uvedené v této práci, jsem vytvořila zásobník pohybových her vhodných na školu v přírodě. Pohybové hry jsou uvedeny v jednotlivých kategoriích.

9.1 Hry s házením a chytáním

1. Na jelena

Pomůcky: měkký míč/míč na vybíjenou

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: bez přípravy

Hráči se rozestaví do kruhu. Učitel určí jednoho žáka, který je "jelenem" a může se volně pohybovat kdekoliv uvnitř kruhu. Úkolem hráčů na obvodu je míčem zasáhnout jelena. Kdo zasáhne jelena, vymění si s ním místo i úlohu.

2. Pavoučí vybíjená

Pomůcky: měkký míč/míč na vybíjenou

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: bez přípravy

Hra začíná výhozem míče a po 3 dopadech může některý z hráčů míč chytit a začít vybíjet. Vybitý člověk ale zůstává ve hře, jen se z něj stane pavouk, který může chodit jen po čtyřech. Pavouk se může zachránit tím, že se dotkne nohy nějakého dvounožce (toho, kdo ještě nebyl vybitý, chodí po dvou). Tím se s dvounožcem vymění, chycený jde do vzporu klečmo. Takto hra pokračuje, dokud nezbyde poslední dvounožec, který se stává vítězem.

9.2 Hry s přihráváním

3. Bago

Pomůcky: fotbalový míč

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: bez přípravy

Hráči se rozestaví do velkého kruhu s dostatečnými rozestupy mezi sebou. Uprostřed tohoto kruhu se libovolně pohybuje určený hráč - "bago". Hráči po obvodu kruhu si mezi sebou přihrávají míč. Cílem hráče uprostřed kruhu je získat míč, k tomu mu stačí pouze dotyk. Pokud se mu to podaří, vystřídá jej hráč, který vystřelil přihrávku jako poslední. Při větším počtu hráčů lze hrát s dvěma hráči uprostřed kruhu, případně i se dvěma míči.

4. Útěk z vězení

Pomůcky: fotbalové míče, mety/lana/kužele na vymezení čtverce

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: max. 5 minut

Po stranách vymezeného čtverce jsou strážci bez míče (počet strážců odpovídá dovednostem dětí), uprostřed hráči s míčem u nohy. Ti se snaží dostat z vězení, přičemž míč mají celou dobu u nohy pod kontrolou), a započítat si tím bod, pokud ho strážce chytí, jde zpět na střed čtverce a pokus opakuje.

5. Račí fotbal

Pomůcky: fotbalový míč, malé branky/kužele na branky

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: bez přípravy

Skupina je rozdělena na 2 týmy. Děti se pohybují jako raci (vzpor vzadu ležmo) na zmenšeném prostoru a nohama vedou míč. Cílem je skórovat více gólů než druhý tým.

9.3 Honičky

1. Balonky a špendlíky

Pomůcky: žádné

Prostředí: jakékoliv

Doba přípravy: bez přípravy

Učitel zvolí jeden nebo více (podle počtu hráčů) špendlíky, ostatní jsou balonky. Špendlíky mají za úkol propíchnout všechny balonky (chytit ostatní hráče). Když špendlík balonek propíchně, balonek si sedne na bobek a čeká, dokud k němu nepříjde jiný balonek,

který u něj udělá 5 dřepů (jako pumpička, když se pumpuje). Pak se balonek zase nafoukne a může hrát dál.

2. Kouzelník

Pomůcky: žádné

Prostředí: jakékoliv

Doba přípravy: bez přípravy

Učitel určí jednoho žáka kouzelníkem. Kouzelník má 3 kouzla – strom (děti stojí na jedné noze, rukama dělají korunu), most (široký stoj rozkročný), kámen (schoulí se do klubíčka do stoje dřepmo). Kouzelník děti chytá a když se někoho dotkne, řekne jedno kouzlo a děti začaruje. Ostatní vysvobozují začarované – strom oběhnutím/objetím, most podlezením, kámen přeskočením.

3. Červení a bílí

Pomůcky: lana

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: max. 5 minut

Žáci jsou rozdělení na 2 týmy, které jsou k sobě postaveny zády ke středové čáře. Každý tým má na své straně cca 10 m vzdálenou čáru, za níž je bezpečná zóna/domeček. Jeden tým jsou červení, druhí bílí. Učitel vyvolává barvu (buď červení, nebo bílí). Tým, jehož barva zazní je v ten moment chytajícím.

Příklad: Učitel zvolá „bílí“, pak bílý tým chytá červené a červení se snaží zachránit útekem do bezpečné zón/domečku. Kdo je chycen ještě před čárou domečku, přidává se k druhému týmu.

Je potřeba vyvolávat barvy tak, aby ani jeden tým nezůstal bez hráčů. Barvy je také možné vyvolávat pomocí příběhu, například O Červené Karkulce.

4. Virus

Pomůcky: žádné

Prostředí: jakékoliv s menší vyznačenou plochou

Doba přípravy: max. 5 minut

Jeden hráč má virus, který se nějak vyznačuje, například skáče po jedné noze, běhá po čtyřech atd. Kohokoli se dotkne, je nakažen virem a musí se také pohybovat určeným způsobem a chytat ostatní. Hra končí, když jsou všichni „nakaženi“.

5. Rybičky a rybáři

Pomůcky: žádné

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: bez přípravy

Určí se jeden žák rybářem, zbytek jsou rybičky. Rybář a rybičky se postaví naproti sobě cca 20 metrů vzáleni. Ve chvíli, kdy rybář zvolá „Rybičky, rybičky, rybáři jedu!“ všichni vyběhnou a rybář se snaží pochytnout co nejvíce rybiček. Jakmile se některá z rybiček dotkne, stává se z ní rybář a pomáhají si navzájem v chytání ostatních. Hra končí až ve chvíli, kdy zbyde poslední rybička.

6. Mrazík

Pomůcky: žádné

Prostředí: jakékoliv

Doba přípravy: bez přípravy

Učitel určí jednoho nebo více mrazíků, kteří mají za úkol zmrazit ostatní hráče. Pokud se mrazík dotkne hráče, je zmražen a zachránit ho může pouze jiný hráč, který ho podleze (zmražený hráč stojí ve stoji rozkročném).

9.4 Soutěžení družstev

1. Krtci a farmáři

Pomůcky: mety/kloboučky

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: max. 5 minut

Po prostoru se rozmístí mety/kloboučky. Polovina z nich je postavená, polovina položená. Žáci se rozdělí na dva týmy. Jeden z týmů má roli krtků – staví položené mety/kloboučky, druhý tým má roli farmářů – obrací mety/kloboučky vzhůru nohama. Po

vymezeném čase učitel hru stopne, spočítá stojící a položené mety/kloboučky a určí vítěze. Poté se role týmů otáčejí.

2. Draci a diamanty

Pomůcky: mety/kloboučky, lana/obruče pro vyznačení jednotlivých zón

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: max. 5 minut

Žáci jsou rozdělení do 2 družstev. Uprostřed hracího pole jsou diamanty (kloboučky) ve vyznačeném prostoru (cca 1 metr) a na krajích jsou vyznačené bezpečné zóny (domečky) každého družstva. Na začátku hry učitel určí 1-2 draky, kteří budou diamanty strážit. Draci se smí pohybovat pouze v prostoru vymezeném pro diamanty. Ostatní vybíhají společně ze své bezpečné zóny a snaží se obejít draky a vždy jeden diamant ukrást a odnést ho do domečku. Pokud se někoho drak dotkne, musí diamant vrátit zpět, doběhnout do domečku, kde splní úkol (např. dřep s výskokem), obnoví si život a může zpět pro diamanty.

Vyhrává družstvo, které má na konci hry nejvíce diamantů. Po každé hře střídáme draky.

3. Hutututu

Pomůcky: žádné

Prostředí: jakýkoliv prostor s rovným povrchem

Doba přípravy: max. 5 minut

Hrací plocha je rozdělená na dvě poloviny. Dvě družstva střídavě vysílají na polovinu soupeře jednoho svého hráče, který při překročení půlící čáry musí bez přestání na jeden nádech vydávat zvuk „Hu-tu-tu-tu-tu...“. Během tohoto jednoho dechu se snaží na soupeřově polovině někoho dotknout. Pokud se mu to podaří a stihne se vrátit zpět na svou polovinu dřív, než se nadechne, soupeři, kterých se dotknul, jdou s ním do druhého družstva. Pokud se ovšem tutající hráč nestihne vrátit, než mu dojde dech, je zajat a zůstává v družstvu soupeře, chyceným hráčům se nic neděje. Bránící strana může navíc útočníka chytit a držet ho na své polovině do jeho nadechnutí, čímž je hráč také zajat. Poté vysílá hráče zase druhé družstvo.

4. Vlajkovaná

Pomůcky: 4 vlajky, krepový papír ve 4 různých barvách

Prostředí: les

Doba přípravy: 10–15 minut

Žáci jsou rozděleni do 4 družstev, ideálně po 7 a více hráčích. Každé družstvo dostane pásky v barvě svého týmu a dá si je na ruku, případně za kalhoty. Z jednoho místa v lese se každé družstvo rozejde do jiného směru (je dobré, když s každým družstvem jde někdo dospělí). Po tom, co ujdou zhruba 150–200 kroků, zastaví a vytvoří si základnu, která je patřičně označena (šišky, větve, mech atd.). Uprostřed základny je umístěna vlajka družstva. V dohodnutý čas se odstartuje hra.

Cílem každého družstva je získat vlajky ostatních týmů, a přitom nepřijít o tu svou. Každému hráči může jeho protivník strhnout pásku. V tom případě se hráč musí vrátit na svou základnu, vyléčit se (dřepy, rychlý taneček, časový limit léčení atd.) a nasadit pásku zpět. Cizí vlajku může ukradnout pouze „zdravý“ hráč. Vstup do prostoru s vlastní vlajkou je zakázaný. Pokud hráč nese cizí vlajku a protihráč mu strhne pásku, musí vlajku odevzdat protihráči. Hra trvá zhruba hodinu a na jejím konci se sčítají body následovně:

Cizí vlajka donesená během hry: 10 bodů

Cizí vlajka na základně na konci hry: 40 bodů

Vlastní vlajka na základně na konci hry: 50 bodů

9.5 Kooperativní hry

1. Mrkvičky

Pomůcky. Žádné

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: bez přípravy

Učitel určí jednoho žáka farmářem. Ostatní děti jsou mrkvičky, které leží na břiše v kroužku a drží se za ruce. Farmář postupně vytahuje mrkve za nohy. Pokud nějakou vytáhne, stává se z ní farmář. Hra končí ve chvíli, kdy nezbude žádná mrkvička.

BEZPEČNOST: Je důležité ohlídat, aby děti neměly na ruce žádné hodinky a náramky.

2. Přenášení míče/předmětu

Pomůcky: míče

Prostředí: rovná plocha bez překážek

Doba přípravy: 0–5 minut

a) V kruhu

Žáci si sednou do kruhu (sed snožný) a na nohy jednoho žáka se položí míč. Děti mají za úkol bez použití rukou přemístit míč kolem dokola.

b) Štafetové závody

Zde je možný nespočet variant. Cílem je přemístit míč/předmět z bodu A do bodu B. Podmínky se můžou různě měnit například lze používat jenom nohy, omezený počet kroků, míč musí projít nad hlavou nebo mezi nohami, míč se předává v leže/ v sedě atd.

3. Nestvůra

Pomůcky: šátky/provazy, kužely/mety na vyznačení trasy

Prostředí: bez velkých překážek

Doba přípravy: max 3 minuty

1.varianta: Žáci jsou rozdělení do dvojic. Do dvojice dostanou šátek/lano, kterým si přivážou každý jednu nohu k sobě navzájem. Společně musí překonat vytyčenou trasu.

2.varianta: Jeden z dvojice má zavázané oči šátkem. S pomocí spolužáka z dvojice musí překonat vytyčenou trasu na základě pokynů od spolužáka, který na cestu vidí.

9.6 Trefovací hry

1. Lesní golf

Pomůcky: tenisáky, papíry s čísly

Prostředí: les

Doba přípravy: 15-20 minut

Stromy v lese se označí postupně čísly. Družstvo dostane jeden tenisák, kterým musí trefit stromy v pořadí, v jakém mají čísla. Hráči se střídají po každém hodu. Po tom, co trefí daný strom, útočí na další od předchozího stromu. Pokud se netrefí na poprvé, útočí z místa, kam míček dopadl. Cílem je mít co nejmenší počet hodů.

Pokud hraje více družstev, je potřeba je od sebe časově oddělit.

Modifikace: Hra se dá hrát i jako opravdový golf, kdy děti si v lese najdou větve či klacky a útočí na úpatí stromu.

2. Bomba

Pomůcky: fotbalový míč

Prostředí: otevřená plocha (louka, pole, hřiště) s rovným povrchem

Doba přípravy: bez přípravy

Žáci utvoří kruh, ve kterém stojí ve stojí rozkročném tak, že se navzájem dotýkají chodidly. Učitel doprostřed kruhu hodí míč. Děti si míč přihrávají pouze pomocí rukou a snaží se trefit branku některého ze spolužáků. Branku tvoří prostor mezi nohama hráčů. Lze přidat míč navíc. Je možné hrát buď na vypadávání (hráč, který dostane gól, vypadává), a nebo si hráči, kteří skórují, počítají body.

3. Mölkky

Pomůcky: herní set Mölkky

Prostředí: rovná plocha

Doba přípravy: max. 5 minut

Proti sobě nastoupí alespoň 2 týmy, které stojí za startovní čarou. Úkolem každého týmu je kolíkem srazit mölkky. Po každém odhodu se mölkky znovu postaví vždy čísla ke startovní čáře. Každá mölkka má své číslo od 1 do 12 a cílem hry je dosáhnout celkem 50 bodů. Pokud

hráč shodí jednu mölčku, získává bodový počet odpovídající číslu na mölce, pokud hráč shodí dvě nebo více mölekk, počítá se počet spadlých. Hra končí, jakmile některé družstvo dosáhne 50 bodů.

Příklad: Hráč z 1. týmu srazí mölčku s číslem 5, což připíše týmu 5 bodů do výsledkové tabulky. Poté jsou mölčky znovu postaveny a na řadě je 2. družstvo. Pokud hráč z 2. družstva srazí 3 mölčky, družstvo získá 3 body. Hra takto pokračuje až do chvíle, kdy jedno z družstev nedosáhne 50 bodů.

10 Diskuse

V této bakalářské práci byl proveden výzkum s cílem zmapovat využití vybraných netradičních sportovních her a pohybových v rámci výuky na škole v přírodě po celé ČR. Do dotazníkového výzkumu se zapojil dostatečný počet respondentů – celkem se zúčastnilo 101 respondentů. Limity této práce byla náročnost komplexní analýzy pohybových her z důvodu velkého množství pohybových her. Zároveň i netradičních sportovních her je mnoho a stále vznikají nové.

Pro tuto bakalářskou práci jsem stanovila 6 výzkumných otázek.

VO1: Vytvářejí si učitelé program na školu v přírodě sami, nebo využívají služeb agentur?

Na tuto výzkumnou otázku hledala odpověď otázka č. 8. Z výsledků vyplývá, že 72,3 % dotazovaných si vytváří program pro školu v přírodě sami a 27,7 % využívá služeb agentur. To může být do jisté míry způsobeno vyšší cenou školy v přírodě s agenturou nebo nejistotou, jaký program přesně bude a jaké instruktory agentura na pobyt vyšle. Naopak výhodou služeb agentury může být přínos nových her a zpestření programu pro děti instruktorem, který je pro ně novým člověkem, kterého mohou poznat.

VO2: Které netradiční sportovní hry učitelé znají?

Z uvedených netradičních sportovních her v otázce č. 9 učitelé nejvíce znají Kinball, Lakros, Ultimate Frisbee. Zajímavým zjištěním je, že 11,2 % učitelů žádné z uvedených netradičních sportovních her neznají. To může být způsobeno malou informovaností, nezájmem učitelů s delší praxí o nové sportovní hry nebo naopak příliš krátkou praxí.

V koncipování této otázky jsem mohla uvést i možnost „Jiné“ pro jiné netradiční sportovní hry, které nebyly uvedeny ve výčtu odpovědí. Je nutné zmínit, že by to opět vedlo k velké roztržitosti odpovědí.

VO3: Které z netradičních sportovních her učitelé využívají na škole v přírodě?

Nejčastěji učitelé v otázce č. 10 uváděli, že na škole v přírodě využívají Ultimate frisbee (44,6 %). Druhou nejčastěji zvolenou sportovní hrou byl Brännball (42,6 %) a třetí nejčastěji zvolenou hrou byl Kinball (36,6 %). Kinball a Spikeball využívá 19,8 % učitelů. 15,8 % uvedlo, že využívá Quiddich (Famfrpál). Pouze 5 % učitelů využívá Tchoukball na škole v přírodě. Překvapujícím zjištěním bylo, že 21,8 % učitelů nevyužívá žádné netradiční

sportovní hry. To by mohlo být z důvodu nedostatku materiálu pro tyto netradiční sportovní hry, nebo finanční náročností pořízení některého vybavení například pro Kinball, nebo ze stejných důvodů, které vedou k neznalosti uvedených netradičních sportovních her.

VO4: Jaké pohybové hry využívají učitelé na škole v přírodě?

Otázka č. 11 zkoumala, zda jsou pohybové hry součástí školy v přírodě respondentů. Většina odpověděla ano, což je 94,1 %. Hned další otázka č. 12 zkoumala jaké pohybové hry učitelé na škole v přírodě využívají. Limitem této otázky bylo velké množství možných odpovědí vzhledem k velkému množství existujících pohybových her. Dalším limitem, na který jsem narazila, byla nejasnost mezi pohybovou hrou a sportovní hrou. Většina učitelů uváděla sportovní hry, což se promítlo ve výsledcích.

Odpovědi jsem musela rozdělit na 2 skupiny-obecné kategorie her a konkrétní hry. Ze skupiny obecných kategorií se nejvíce využívají míčové hry a honičky. 9 respondentů uvedlo, že využívají pohybové hry podle programu agentury, která má hry připravené. Z druhé skupiny odpovědí, kterou byly konkrétní hry se nejčastěji využívá vybíjená, fotbal, přehazovaná a volejbal. Tyto hry však nepatří mezi pohybové hry, ale mezi sportovní, tudíž jsem nemohla zařadit do zásobníku pohybových her. Dále také vyplynulo, že se používají různé formy honiček jako Na babu, Mrazík nebo Kouzelník a týmový hra v lese Vlajkovaná. Společným znakem většiny zmíněných her, je časová nenáročnost jejich přípravy.

VO5: Kolik času učitelé věnují celkově hrám v rámci školy v přírodě?

Z výzkumu vyplynulo, že dotazovaní věnují hrám v rámci školy v přírodě průměrně 15,25 hodin. Nejčastěji uváděnou odpovědí bylo 20 hodin. To zhruba odpovídá 3 odpoledním z pětidenního pobytu, přičemž první a poslední den je příjezdový a odjezdový. To také část respondentů ve svých odpovědích uvedla.

V rámci denního režimu více než polovina (50,5 %) uvedla, že hrám věnují odpolední program. Druhou nejčastější odpovědí byl celý den (15,8 %). Lze usoudit, že během dopoledního programu probíhá výuka, proto také jen 4 % respondentů uvedla, že hrám věnují dopolední program. Odpolední program je tedy nejvhodnější pro program s pohybovými a sportovními hrami.

VO6: Mají učitelé zájem o vytvoření metodického materiálu, který by jim usnadnil výuku netradičních sportovních her a pohybových her na školách v přírodě?

Z výsledků dotazování je jasné, že učitelé mají zájem o metodický materiál netradičních sportovních her na školu v přírodě (97 %) stejně jako pohybových her na školu v přírodě (98 %). Na základě tohoto zjištění jsem vypracovala krátký metodický materiál netradičních sportovních her vhodných na školu v přírodě a zásobník pohybových her na školu v přírodě.

Podobným výzkumem se v roce 2021 na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy zabývala Jitka Lienertová ve své diplomové práci. Zkoumala výuku pohybových a sportovních her na 1. a 2. stupni ZŠ. Z tohoto výzkumu vyplývá, že učitelé na 1. stupni ZŠ nejčastěji využívají honičky (66 %), štafetové hry (50 %), vybíjenou (38 %), přehazovanou (19 %) a fotbal (32 %). V mém výzkumu jsem došla k podobným výsledkům, kdy na škole v přírodě jsou honičky druhé nejvyužívanější pohybové hry, stejně jako štafetové hry měly větší zastoupení a také sportovní hry vybíjená a fotbal.

Netradiční sportovní hry na 1. stupni základní školy zkoumala v roce 2022 Klára Šulcová ve své diplomové práci na Univerzitě Hradec Králové. Šulcová ve svém výzkumu zjišťovala, které netradiční sportovní hry učitelé na 1. stupni ZŠ využívají a jestli by měli zájem o nich více dozvědět. Z tohoto výzkumu vyplývá, že z uvedených her Brännball a Lakros učitelé na 1. stupni nevyužívají. Ultimate Frisbee využívalo 5 z 20 respondentů. 100 % učitelů však uvedlo, že by měli zájem o více informací, přičemž 5 z 20 respondentů uvedlo, že jim Brännball přijde nejvíce nudný, což byla druhá nejčastější odpověď. Výzkum v této bakalářské práci přinesl poněkud opačné výsledky. Nejvíce byl využíván Ultimate Frisbee a Brännball a tyto sportovní hry byly i často uváděny mezi oblíbenými hrami žáků i učitelů. Na druhou stranu, oba výzkumy se shodují v tom, že učitelé mají zájem o netradiční sportovní hry a uvítali by komplexnější informace.

Na volnočasové aktivity dětí 1. stupně ZŠ ve škole v přírodě se v roce 2021 ve své diplomové práci zaměřila Barbora Čopíková na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy. Z výsledků výzkumu diplomové práce vyplývá 56 % vychovatelů si vytváří plán aktivit na školu v přírodě sami. V mé bakalářské práci bylo toto procento vyšší, konkrétně 72,3 %, což může být způsobeno více než dvojnásobným počtem respondentů v mém dotazníkovém šetření. Ve výzkumu Čopíkové vychovatelé uváděli například Mrazík, Rybičky, rybičky, Kolo štěstí, Majáky nebo Hutututu jako hry, které využívají na škole v přírodě. Výzkum této

bakalářské práce poskytl podobné výsledky. Různé formy honiček nebo soutěží družstev byly mezi častějšími odpověďmi na otázku, jaké pohybové hry učitelé využívají na škole v přírodě.

ZÁVĚR

Hlavním cílem této bakalářské práce bylo zmapovat využití netradičních sportovních her a pohybových her v rámci výuky na škole v přírodě a na základě výsledků dotazníkového šetření vytvořit metodický materiál netradičních sportovních her a pohybových her vhodných na školu v přírodě.

Teoretická část této práce se zabývala charakteristikou mladšího školního věku, fenoménu školy v přírodě a pohybovým hrám na základě odborné literatury. Také byl uveden výčet vybraných netradičních sportovních her a jejich pravidla.

V rámci výzkumu bylo stanoveno 6 výzkumných otázek. Výzkumu se zúčastnilo 101 respondentů. Ze zpracovaných dat a odpovědí vychází následující závěry:

72,3 % učitelů si vytváří program na školu v přírodě samo a pouze 27,7 % využívá služeb agentur, které vytváří a zajišťují program na pobytu.

Z netradičních sportovních her učitelé nejvíce znají Kinball, Lakros a Ultimate Frisbee. Naopak Kanjam, Quiddich a Tchoukball jsou mezi učiteli méně známé. 11,9 % učitelů nezná žádné netradiční sportovní hry.

Nejvíce učitelé na školách v přírodě využívají Ultimate frisbee, Brännball a Kinball a Spikeball. 21,8 % učitelů nevyužívá žádné netradiční sportovní hry v rámci výuky na škole v přírodě.

94,1 % pedagogů využívá pohybové hry na školách v přírodě. Z pohybových her učitelé nejvíce využívají různé formy honiček a míčových her. Často využívají hru Vlajkovaná, Na Babu, Mrazík nebo Kouzelník. Často využívají sportovní hry s modifikovanými pravidly-vybíjení, přehazovaná, fotbal a volejbal.

Nejčastěji učitelé věnují hrám zhruba 20 hodin v rámci celé školy v přírodě. V rámci denního režimu je hrám nejčastěji věnován odpolední programů.

Naprostá většina učitelů má zájem o metodický materiál netradičních sportovních her a pohybových her pro školu v přírodě.

Metodický materiál a zásobník, který vznikl v praktické části této bakalářské práce může sloužit učitelům, kteří jezdí na školy v přírodě, jako inspirace při tvorbě programu na pobytu nebo jako rozšíření jejich vlastních zásobníků her a sportů pro pobyt v přírodě. Stejně tak i

teoretická část této práce může učitelům sloužit jako inspirace či zpestření pro jejich programy na pobytech v přírodě.

Tato bakalářská práce by mohla být dobrým začátkem pro mou budoucí diplomovou práci, ve které bych metodický materiál netradičních sportovních her a zásobník pohybových her mohla otestovat na školách v přírodě a následně vyhodnotit.

Seznam použitých informačních zdrojů

Seznam použité literatury

1. BARTŮNĚK, Dušan. Pohybové hry: sborník námětů k předmětu Pohybové hry sloužících jako příprava na vyučovací jednotku. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, 2001.
2. BOSCHAT, Adéla. ČESKÝ SVAZ KIN-BALLU Z.S. Kin-ball: Překlad oficiálních pravidel [online]. 2022 [cit. 2024-01-02]. Dostupné z: [http://kin-ball.cz/platna-pravidla-kin-ballu\[1\]](http://kin-ball.cz/platna-pravidla-kin-ballu[1])
3. DOUBKOVÁ, Anna; SVOBODOVÁ, Dana a TOMEK, Karel. Plánujeme školu v přírodě, aneb, Výjezdy se školou. Stařeč: Infra, 2013. ISBN 978-80-86666-46-4.
4. GÁBA, Aleš, et al. Národní zpráva o pohybové aktivitě českých dětí a mládeže 2022. Active Healthy Kids Czech Republic, 2022.
5. CHYTILOVÁ, Lenka. Zážitekově pedagogické učení. Grada, 2009. ISBN 978-80-247-6909-7.
6. IQA Rulebook 2022. 2022 version. 2022.
7. KALÁBOVÁ, Naděžda a DROBNÝ, Libor. Příroda plná her: hry plné přírody. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0057-4.
8. KAPLAN, Aleš. Pohybová neúspěšnost u žáků mladšího školního věku. Prague: Karolinum Press, 2021. ISBN 80-246-4694-3.
9. KOLÁŘ, Petr. PRAVIDLA BRÄNNBALLU. ČASPV. 2008.
10. LARA-SÁNCHEZ, Amador J., et al. Non-traditional sports at school. Benefits for physical and motor development. Citius Altius Fortius, 2010, 29.4: 47.
11. LUDWA, Nicole a LIEBERMAN, Lauren J. Spikeball for All: How to Universally Design Spikeball. Online. Journal of physical education, recreation & dance. 2019, roč. 90, č. 1, s. 48-51. ISSN 0730-3084. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/07303084.2019.1537425> [cit. 2024-03-02].
12. MARKOVÁ, Zdenka. Pohybové hry do tříd a družin. Grada Publishing as, 2005.
13. PELÁNEK, Radek a KOTRCH, Václav. Příručka instruktora zážitkových akcí. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-353-6.

14. RUBÁŠ, Karel. Pohybové hry. Plzeň: Západočeská univerzita, 1997. ISBN 80-7082-371-2.
15. RŮŽIČKA, Ivan; RŮŽIČKOVÁ, Kamila a ŠMÍD, Pavel. Netradiční sportovní hry. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0337-7.
16. SMETÁČKOVÁ, I. Škola v přírodě: limity a dilemata. Online. Pedagogická orientace. 2011, roč. 21, č. 4. ISSN 1211-4669. [cit. 2024-02-06]
17. SMETÁČKOVÁ, Irena; VIKTOROVÁ, Ida. Škola v přírodě: příklad změn v rodinné a školní socializaci. Pedagogika, 2011, 5.3: 271-289.
18. STARK, Kristy. Spectacular Sports: Quidditch. Huntington Beach, CA: Teacher Created Materials, Incorporated, 2018. ISBN 1-0876-1368-X.
19. TÁBORSKÝ, František. Sportovní hry II: základní pravidla, organizace, historie. Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-1330-6.
20. TÁBORSKÝ, František. Sportovní hry: sporty známé i neznámé. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0875-2.
21. VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0956-8.
22. ZAPLETAL, Miloš. Hry v přírodě. [2. přeprac. a dopl. vyd.]. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství, 1965.

Seznam internetových zdrojů

23. Co je ultimate [online]. [cit. 2023-12-29]. Dostupné z: <https://www.czechultimate.cz/ultimate>
24. Česká asociace famfrpálu [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.famfrpal.cz/>
25. Česká lakrosová unie [online]. [cit. 2024-03-03]. Dostupné z: <https://www.lacrosse.cz/clu-lakros>
26. Historie ultimate [online]. [cit. 2023-12-29]. Dostupné z: <https://www.czechultimate.cz/historie>
27. Kanjam [online]. 2021 [cit. 2024-01-02]. Dostupné z: <http://klubns.cz/kanjam/>
28. Legislativa ŠvP [online]. 2011 [cit. 2024-02-06]. Dostupné z: https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%03%bd_lexikon/S/%05%a0kola_v_p%05%99%03%adrod%04%9b/Legislativa
29. O Kinballu [online]. 2022 [cit. 2024-01-02]. Dostupné z: <http://kin-ball.cz/o-kinballu>
30. O tchoukballu [online]. [cit. 2024-01-07]. Dostupné z: <https://www.tchoukball.cz/o-tchoukballu>
31. The Benefits of Non-Traditional Games and Sports [online]. 2019 [cit. 2024-03-16]. Dostupné z: <https://balanceisbetter.org.nz/the-benefits-of-non-traditional-games-and-sports/>
32. What Is Brannboll? [online]. [cit. 2023-12-29]. Dostupné z: <https://bettingods.com/sports-betting/what-is-brannboll/>
33. What is Quadball? [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://iqasport.org/what-is-quidditch>

Závěrečné práce

34. ČOPÍKOVÁ, Barbora. Volnočasové aktivity dětí 1. stupně ZŠ ve škole v přírodě. Diplomová práce, vedoucí Dlouhý, Martin. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy, 2021.
35. ŠULCOVÁ, Klára. Netradiční sportovní hry na 1. stupni základní školy. Diplomová práce, vedoucí Francová, Lucie. Hradec Králové: Univerzita Hradec Králové, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy a sportu, 2022.
36. LIENERTOVÁ, Jitka. Výuky sportovních a pohybových her na 1. stupni základní školy. Diplomová práce, vedoucí Pokorný, Ladislav. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy, 2021.

Seznam grafů

Graf 1 - Vyhodnocení dotazníku-Pohlaví	39
Graf 2 - Vyhodnocení dotazníku-Délka praxe	40
Graf 3 - Vyhodnocení dotazníku-Kraje ČR	41
Graf 4 - Vyhodnocení dotazníku-Základní školy.....	41
Graf 5 - Vyhodnocení dotazníku-Třídy.....	42
Graf 6 - Vyhodnocení dotazníku-Role respondentů	43
Graf 7 - Vyhodnocení dotazníku-Pravidelnost škol v přírodě	43
Graf 8 - Vyhodnocení dotazníku-Tvorba programu	44
Graf 9 - Vyhodnocení dotazníku-Povědomí o netradičních sportovních hrách.....	45
Graf 10 - Vyhodnocení dotazníku-Využití netradičních sportovních her na ŠvP.....	46
Graf 11 - Vyhodnocení dotazníku-Pohybové hry součástí ŠvP.....	46
Graf 12 - Vyhodnocení dotazníku-Pohybové hry obecně.....	47
Graf 13 - Vyhodnocení dotazníku-Konkrétní pohybové hry-četnost.....	48
Graf 14 - Vyhodnocení dotazníku-Hry v rámci denního režimu	49
Graf 15 - Vyhodnocení dotazníku-Čas pro hry v rámci celé ŠvP.....	50
Graf 16 - Vyhodnocení dotazníku – Oblíbené hry u žáků-obecně.....	50
Graf 17 - Vyhodnocení dotazníku – Oblíbené hry u žáků-konkrétní hry	51
Graf 18 - Vyhodnocení dotazníku – Oblíbené hry u respondentů-obecně.....	51
Graf 19 - Vyhodnocení dotazníku – Oblíbené hry u respondentů-konkrétní hry	52
Graf 20 - Vyhodnocení dotazníku-Zájem o zásobník netradičních sportovních her na ŠvP	52
Graf 21 - Vyhodnocení dotazníku-Zájem o zásobník pohybových her na ŠvP	53

Seznam obrázků

Obrázek 1- Ultimate frisbee - hrací plocha	24
Obrázek 2 - Tchoukball - hrací plocha.....	30
Obrázek 3 - Kinball – obrana	57

Seznam tabulek

Tabulka 1 - - Brännball – bodování	23
Tabulka 2 - Kinball – bodování.....	26

Přílohy

Příloha 1 - dotazník

Vaše pohlaví

- a) Muž
- b) Žena
- c) Nechci uvádět
- d) Jiné:

Délka vaší praxe

.....

Z jakého jste kraje? (uved'te kraj, kde učíte)

.....

Z jaké jste školy?

.....

V jaké třídě učíte?

- a) 1.
- b) 2.
- c) 3.
- d) 4.
- e) 5.
- f) 6.

V jakém jste vztahu ke třídě?

- a) Třídní učitel/ka
- b) Zástupce/kyně ředitele
- c) Ředitel/ka
- d) Ve třídě učím nějaký předmět
- e) Jiné:

Jezdíte pravidelně na školy přírodě?

- a) Ano
- b) Ne

Vytváříte si program sami nebo využíváte služby agentur?

- a) Program si vytváříme sami
- b) Využíváme služeb agentury

Které z uvedených netradičních sportovních her znáte?

- a) Brannball
- b) Ultimate frisbee
- c) Kanjam
- d) Kinball
- e) Quiddich (famfrpál)
- f) Tchoukball
- g) Lakros
- h) Spikeball
- i) Žádné

Které z uvedených netradičních sportovních her využíváte na ŠvP?

- a) Brännball

- b) Ultimate frisbee
- c) Kanjam
- d) Kinball
- e) Quiddich (famfrpál)
- f) Tchoukball
- g) Lakros
- h) Spikeball
- i) Žádné
- j) Jiné:

Jsou pohybové hry součástí vašich ŠvP?

- a) Ano
- b) Ne

Jaké pohybové hry využíváte na ŠvP?

.....

Kolik času věnujete hrám v rámci denního režimu?

- a) Dopolodní program
- b) Odpolední program
- c) Celý den
- d) Hry hrajeme jen narázově
- e) Hráme se věnujeme, ale ne každý den
- f) Žádný, hry nehrajeme vůbec

Kolik času věnujete hrám celkem v rámci celé ŠvP?

.....

Jaké hry jsou vaše oblíbené?

.....

Uvítal/a byste zásobník netradičních sportovních her na školy v přírodě?

- a) Ano
- b) Ne

Uvítal/a byste zásobník pohybových her na školy v přírodě?

- a) Ano
- b) Ne

Informovaný souhlas

Informace o účastníkovi

Jméno a příjmení:

Datum narození:

Adresy trvalého bydliště:

Doručovací adresa (pokud se liší od adresy trvalého bydliště):

Telefon:

Email:

Informace o výzkumu:

Cílem výzkumu je zmapovat využití netradičních sportovních her pohybových her v rámci výuky na školách v přírodě. Výzkum zahrnuje dotazníkové šetření, který je určený pro učitele 1. stupně ZŠ nebo pro učitele, kteří jezdí na školu v přírodě. Dotazník je anonymní a zodpovězení otázek zabere přibližně 5 minut. Vyhodnocení výsledků z dotazníku budou bezpečně zpracována a publikována anonymně v bakalářské práci.

Prohlášení:

Já níže podepsaný/podepsaná souhlasím s mou účastí ve studii. Byl/a jsem seznámen/a s cíli daného výzkumu. Jsem si vědom/a, že kdykoliv v průběhu studie můžu svou účast přerušit, či ukončit. Moje účast ve studii je dobrovolná.

Byl/a jsem srozuměn/a s tím, že veškerá mnou poskytnutá data poskytnu nenárokově, není-li uvedeno jinak.

Souhlasím se zveřejněním anonymních dat a s jejich dalším využitím. Jsem seznámen/a se svými právy, týkajícími se přístupu k informacím o výzkumu a o ochraně osobních údajů. Dále jsem seznámen/a že se mé jméno nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii.

Výše uvedená svolení a souhlasy poskytuji dobrovolně na dobu neurčitou až do odvolání a zavazuji se je neodvolat bez závažného důvodu.

V dne

Podpis účastníka

Podpis autora výzkumu