



Kometky

POMŮCKY

míčky, reakční míčky

POPIS ČINNOSTI

Děti postavíme do řady na jedné straně hřiště. Učitel má v ruce „kometky“ (míčky), které hází do prostoru hřiště. Děti na pokyn učitele (verbální, zrakový – letící míčky) vybíhají a snaží se „kometky“ co nejdříve chytit. Každé dítě může přinést vždy jednu.



OBMĚNY

Učitel postupně odebírá po jednom míčku. Děti se snaží jednu „kometku“ získat. Kdo kometku nezíská, provádí pohybový úkol a vrací se do hry.

Pro větší motivaci dětí může učitel určit speciální „kometky“ (mohou být barevně odlišeny) a bodově je lépe ohodnotit.

Děti startují z různých poloh (leh, sed, vzpor ležmo apod.).

Pokud máme hodně dětí, můžeme je rozdělit do skupinek (pětice) a každé skupince házet „kometky“ zvlášť (čtyři „kometky“ na pět dětí). Děti si mezi starty krátce odpočinou – skupinky pouštíme rychle za sebou.

Každé dítě může mít „kometku“ v ruce a hází ji nad sebe a po dopadu na zem se ji snaží co nejrychleji chytit.

„Kometky“ můžeme uvádět do hry odrazem o zem, o stěnu, kutálet po zemi.

Pohybové úkoly – doběhnout k žebřinám a dotknout se jich, oběhnout hrací pole, třikrát vyskočit atd.

TIPY PRO UČITELE

- ▶ Skupinky vytváříme pokud možno výkonnostně vyrovnané.
- ▶ Sledujeme, zdali se někdo pravidelně vrací bez „kometky“.

Reakční míčky



VLASTNÍ POZNÁMKY KE HŘE: