



Podbíhání vodopádu

POMŮCKY

lana, míče

POPIS ČINNOSTI

Učitel roztočí lano a děti ho podbíhají v okamžiku, kdy je lano nejvyšší.

Pokud by byli v hodině dva učitelé, je možné využít dvě lana ve vzdálenosti přibližně deset metrů od sebe.



OBMĚNY

Děti přeskakují roztočené lano, když je nejníže.

Pokud hrajeme se dvěma lany, můžeme je umístit dále od sebe a do prostoru mezi nimi vložit chytače, kterému se probíhající děti vyhýbají.

Děti mohou podbíhat lano s míčem u nohy nebo ho přeskakovat s míčem v ruce.

Děti se vracejí zpět stezkou, viz hra „Cesta za pokladem“.

TIPY PRO UČITELE

- ▶ Při použití dvou lan musí děti překonat první lano a hned musí reagovat na druhé.
- ▶ Děti se vracejí za učitelem, nikdo neprobíhá zpět pod lanem.
- ▶ Sledujeme, jak se dětem tyto činnosti daří. Volíme správné tempo při otáčení lanem.
- ▶ Děti podněcujeme k vybrání správného momentu k překonání lana.



VLASTNÍ POZNÁMKY KE HŘE: