

BUMBALL

pravidla hry



BUMBALL

pravidla hry

Obsah

1. Teorie	3
a. Bumball prezentace	3
b. Jak začít - pravidla	3
c. Přidej si nějaká pravidla podle sebe	5
2. Předmět a jeho výhody	6
a. Předmět	6
b. Výhody	6
3. Procvičování	7
a. Rozehřátí	7
b. Trénink	8
c. Prostředí	8
d. Zápas	10
e. Malá hra	10



BUMBALL

pravidla hry

1. Teorie

a) PŘEDSTAVENÍ BUMBALLU

Bumball pochází z Dánska a jeho zakladatelem je dánský pedagog Soeren Maribo. Chtěl, aby pro tuto hru byly pravidla začínajícím stěžením, ale také chtěl, aby bylo povoleno pravidla měnit a adaptovat je aktuálním okolnostem s ohledem na podmínky a počet hráčů...

Pravidla musí reflektovat se sportem a musí zabavit celý tým, vše musí zapadat do sebe.

Děti mají nespoutanou fantazii a jsou velice kreativní. Proto je musíme nechat být kreativní a nechat, aby si pravidla vytvořily a upravily podle své fantazie.

Tento sport by měl být opakem tradičních míčových her, kde jsou pravidla daná a určená předem a ty jsou neměnné.



b) JAK ZAČÍT – PRAVIDLA

Hrací pole hry : můžete hrát na hřišti o velikosti hřiště např. na házenou uvnitř nebo venku. Velikost hřiště můžeme upravit podle počtu hráčů. Povrch hracího hřiště - jako nejlepší můžeme považovat povrch ve sportovních halách, ale můžete hrát naké na louce nebo na pláži. Jen se snažte vyhnout bahnitým plochám a mokřým loukám. Bahno a tráva by vám mohla hru omezit a znehodnotit Bumball vybavení.

Hlavní úkol hry : hlavním úkolem hry je chytit míč na skórovací plochu dresu, kde je plocha vyznačena suchým zipem. Viz.obrázek hráče v dresu ze předu i ze zadu. Míč se chytá přilepením pomocí suchých zipů na část dresu na hrudní části a ze zadu na oblast beder. Hráč si nesmí pomáhat rukama!

Vybavení : každý hráč má dres se suchým zipem (20x20cm) na hrudní části a suchým zipem (15x15cm) na oblasti beder-křížové kosti. Míč je pěnový, opatřen potahem ze suchého zipu z protikusu. Velikost míče je jako senior míč na házenou.

Bodování : na bodování byly vyvinuty speciální skórovací mety/terče.

Speciální skórovací mety, neboli terče jsou umístěny v hracím poli. Množství skórovacích terčů je v hracím poli stejně jako hráčů a boduje se po jednom bodu.



BUMBALL

pravidla hry

Platnost bodování: pro získání bodu musí hráč chytit míč, přicházející od spoluhráče na dres, na plochu se suchým zipem (umístěný na hrudi nebo na zadku) a zároveň se musí nějakou částí těla dotýkat skórovacího terče. Když hráč chytí míč na hrud', tým získá 1 bod.

Když hráč chytí míč na oblast beder, tým získá 3 body. Mezi skórováním nejsou pauzy. Tým, který skóroval si míč ponechá a hra pokračuje dál. Každopádně musí ale hráči počkat 10 vteřin, než budou moci skórovat podruhé ve stejném skórovacím terči.

Počet hráčů: v klasické sestavě jsou dva týmy po 6-ti hráčích. Ale je možné zvýšit počet hráčů až na 12 v jednom týmu.

Časování: jeden zápas = 3 sety po 11-ti bodech (s rozdílem dvou bodů např. mezi 9 až 11)



Podávání a chytání míče: hráči nemohou chytat míč rukama, ale pouze na dres, na oblast suchého zipu na hrudi a zadku.

V případě chycené přihrávky na hrud', hráč míč odtrhne ze suchých zipů rukou a přihráje spoluhráči. Hráč se nesmí s míčem pohybovat. Aby získal dobrou pozici na přihrávku musí se pohybovat točivým pohybem, jako třeba při basketbalu. Hráč má na získání dobré pozice na přihrávku pouze 7 vteřin!!!

V případě chycené přihrávky na zadní – bederní část dresu může hráč běžet s míčem přilepeným na zadku a nechat spoluhráče, aby si míč vzal rukama sám. Musí být ale opatrný, o míč bude usilovat i protihráč. Hráč se může také s míčem připnutém na zadní části dresu zastavit a rukama okamžitě přihrát spoluhráči.

A co když spoluhráč nechytí přihrávku a míč spadne na zem?

V tomto případě hráč, který je nejbližší musí míč zvednout přilepením na zadní část dresu, bez pomoci rukou.



Poté má dvě možnosti:

Postavit se a spoluhráč nebo protihráč vezme míč rukama a udělá přihrávku bez pohybu s míčem. Muže se s míčem pouze točit a má na to 7 vteřin.

Nebo se postaví a běží s míčem, aby ho předal svému spoluhráči. Protihráč o míč bude také usilovat.

Variace: aby jste zabránili kalamitám při honbě za míčem, můžete rozhodnout, že zatímco se hráč pokouší míč zvednout přilepením na suchý zip na zadní části dresu, ostatní hráči se musí dotýkat země nebo nejbližší lajny, než budou moc zase pokračovat ve hře.

BUMBALL

pravidla hry

Variace:

pro ty starší, můžeme pravidla poupravit a dovolit zvednutí míče ze země rukou a až po té si míč přilepí na zadní část dresu.

Fauly:

když hráč fauluje, např. zvedne míč rukou, míč chytí rukou nebo do míče kopne, běhá s míčem v ruce déle než 7 vteřin, míč dostane okamžitě druhý tým.

Začátek hry:

dva protihráči se k sobě postaví zády, zatímco trenér či rozhodčí vyhodí míč vysoko do vzduchu (jako v basketbalu). Všichni ostatní hráči je obklopí do kruhu. Musí se pokusit míč chytit na zadní část dresu. Jakmile míč získá nějaký hráč může rovnou přihrávat nebo s míčem popoběhnout a až po té přihrát spoluhráči.

c) PŘIDEJ SI NĚJAKÁ PRAVIDLA

Obrana:

když oba týmy mají velmi dobré hráče, mohou bránit rukama. Znamená to, že mohou míč chytit ve vzduchu rukama a poté ho srazit k zemi nebo ho nechat upadnout a míč přijmout přichycením na suchý zip na zadní části dresu. Jen si pamatujte, že v původních pravidlech hráč nesmí chytat míč rukama ale pouze na svou hrud' či zadní část dresu.

Ohraničení hřiště:

když máte možnost hrát na velkém prostoru, hřiště ohraničte lajnami. Záleží také na počtu hráčů. Není striktně daná velikost hřiště.

Skórovací terče:

můžete si přidat víc skórovacích terčů, když budete chtít. Také si můžete přidat pravidlo, aby tým skóroval. Dva hráči musí být k sobě zády a dotýkat se nebo být čelem k sobě a dotákat se hrudí.

Joker:

Jestliže mají hráči problémy skórovat, pro ulehčení hry můžeme určit takzvaného Jokera. Joker se přidá vždy k týmu, který je v obraně.

Míč na zemi: Když míč spadne na zem, máme mnoho možností:

- míč dostane ten tým, který se míče nedotkl, předtím než spadl na zem.
- míč získá první hráč, který si na míč sedne a míč si přilepí na zadní část dresu. Míč si od něho může vzít jeho spoluhráč.

BUMBALL

pravidla hry

Míč na zemi: první hráč, který si sedne na míč a během 7-mi vteřin se postaví nebo se dotkne skórovacího terče. Poté může předat míč spoluhráči nebo o míč může usilovat jeho protihráč.

2. Předmět a jeho výhody:

a) Předmět

Všichni hráči a sportovní týmy, co hrají Bumball usilují individuálně stejně, tak jako tým o body a výhru. Každý tým potřebuje spolupracovat, musí spolu komunikovat, přemýšlet a poté se držet toho nejlepšího rozhodnutí. Předat míč tomu správnému hráči v té nejlepší pozici a ve finále skórovat.

posiluje motorické schopnosti:

- podání míče s přesností
- chytání míče z předávky a jeho zpracování
- hráč musí předvídat dráhu míče

posiluje rozpoznávací schopnosti:

- pro dosažení bodů se musí hráč rozhodnout mezi předáním míče dál a střelbou, či ponecháním míče.
- pro dosažení bodů se hráč musí pokusit svého protihráče obehrát
- musí být útočníkem a poté obráncem
- hráči, kteří nemají míč musí o míč usilovat, pomáhat spoluhráči, snažit se získat tu nejlepší pozici na hřišti pro přihrávku a ztěžovat protihráči hru bráněním.

posiluje kolektivní schopnosti:

- respektovat rozhodčí, mít úctu ke svému spoluhráči, ale i ke svému protivníkovi.

b) Výhody

Jedná se o bezkontaktní hru. Ve hře není povolena žádná agresivita. Není důležitá silová zdatnost hráčů.

Je povoleno pozměnit si pravidla, dle fantazie.

Hra prolomí ledy v napjatých kolektivech. Při hře je velmi dobrá atmosféra.

Míč je měkký. Hráči jsou do hra vtaženi a podle situace se můžou rozhodnout, že pravidla chtějí jinak přizpůsobit nebo obměnit.

Pravidla jsou velmi jednoduchá.



BUMBALL

pravidla hry

Aktivita není jednostranná – hráči musí běhat, házet a předávat míč s přesností, chytat míč, předvídat dráhu míče, zajistit si dobré místo na hřišti pro skórování.

Bumball je kolektivní hra, né hra jednotlivce.

Pravidla nejsou striktně daná, takže jednou jste útočníke a poté obráncem.

3. Procvičování

a) ROZEHRÁTÍ

Podání míče spoluhráči:

Hráči musí míč předávat s přesností na hrud' svému spoluhráči.

Existují různé variace:

- chytání míče na zadní část dresu v oblasti bederní (kříž)
- driblovat a točit se s míčem předtím, než ho hodí
- bez pohybu, musí stát nohou na skórovacím terči a hodit míč s přesností
- musí být schopen míč chytit na zadní část dresu, bez toho aby míč spadnul na zem

Předání míče a následování:

Hráči hodí míč svému spoluhráči a poté se zařadí do protejší fronty. Spoluhráč míč chytí na svou hrud' a okamžitě míč dál háže dalšímu hráči naproti sobě.



Pronásledování hráče, který má míč:

Ve třídě s 19-ti dětmi je 12 hráčů, kteří mají míč a nesmí se pohnout. 6 hráčů nemá míč a hýbat se můžou. Jeden hráč pronásleduje a je vizuálně označen (může mít v ruce např. štafetový kolík).

Úkolem tohoto hráče je se dotknout jednoho z hráčů, který nemá míč. Ti ale komunikují s ostatními hráči, aby jim míč přihráli a byli tak chráněni. Jakmile se pronásledující hráč dotkne hráče bez míče kolíkem (nesmí kolík házet), předá kolík tomuto hráči a tento hráč se ho už nemůže dotknout.

BUMBALL

pravidla hry

Variace:

Křížem: vytvoříme skupinu hráčů po třech a umístíme hráče po délce hřiště. Hráč hází míč v pohybu a musí přihrát vždy tomu třetímu v řadě. A poté se zařadit za hráče, který zrovna míč chytí.

b) TRÉNINK:

Rychlost předání a chytání míče:

Míč musí každého hráče zasáhnout 10x předáním míče každému hráči: 5(x5 a o5).

Když hráč č.5 přijme míč, hodí ho zpět prvnímu hráči a tak pokračují, než vše nezopakují 10 krát.

... X₁ → X₂ → X₃ → X₄ → X₅

... O₁ → O₂ → O₃ → O₄ → O₅

Variace: místo házení míče můžete běhat.

c) PROSTŘEDÍ:

Kapitánovo míč

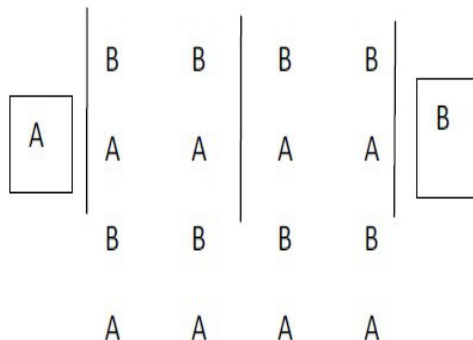
Míč začíná v obranné zóně, musí se dostat ke svému kapitánovi. Když kapitán míč nechytne, míč dostanou protihráči. A procvičování pokračuje na opačné straně.

Variace: hráč z dvěma míči vytváří přesilu v útočné zóně.

Hra o pěti předání:

Úkolem tohoto cvičení je předat 5xmíč v jediném týmu, bez toho aby míč spadl na zem nebo ho získal protihráč. Hráči se nesmí pohybovat s míčem ani se dotýkat protihráče.

Variace: hra s dvěma míči a 10-ti předání...



Pronásledování:

Tým pronásleduje protihráče a usiluje, aby se hráči dotkli míče protihráče a tím získali bod. V opačném případě bod získá protihráč (tým který měl míč).

BUMBALL

pravidla hry

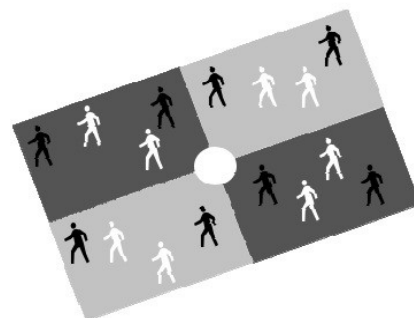
Předpis:

Tým, který pronásleduje si musí mezi sebou předávat míč, aby se mohli přiblížit k týmu, který pronásledují.

- Hráč, který má míč nemůže s míčem chodit nebo běhat.
- Všichni hráči bez míče se mohou volně pohybovat po hřišti.
- Team, který pronásleduje se musí dotknout míče.
- Hráči, kteří jsou pronásledováni musí udělat několik předávek, dodržujíc pravidlo „s míčem se nechodí ani neběhá“.
- Hráči nesmí zachytit míč druhého týmu.
- Když je tým úspěšný, dostane tým bod a časomíra se zastaví.
- Po té se vymění role. Tým, který bude mít nejlepší čas vyhrává kolo.
- Spočítáme body pro každý tým a určíme vítěze.

Adaptace a variace:

- Můžete změnit role „pronásledování“ každých 90 vteřin, jetliže dlouho žádný tým neskóruje.
- Pouze vy se můžete dotknout míče.

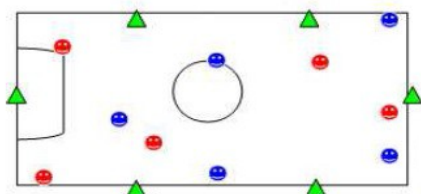


Čtyř – zónová hra:

Hrací pole je rozděleno do čtyř zón kolem středového kruhu. V každé zóně se nachází dva hráči z každého týmu (to znamená, že v každé zóně jsou celkem čtyři hráči).

Úkolem je získat tu nejlepší pozici v dané zóně pro přijetí míče. Z každé zóny se může do středu postavit jeden hráč, aby mohl míč přijmout nebo míč předat. Ve středovém poli může být hráč pouze 7 vteřin. Jeho přímý protihráč mu může bránit ve vstupu do středového kruhu.

Když hráč míč chytí na hrud' získá 1 bod. 3 body získá, když míč chytí na zadní část dresu.



BUMBALL

pravidla hry

Hra s více brankami:

Během podání je úkolem porazit 6 kuželů rozmístěné v hracím poli. Když chceme začít porážet kužele, musíme stát vedle nich a požádat o přihrávku, když nejsme obklopeni protihráči.

Variace:

- musíte aspoň třikrát přihrát, než začnete porážet kužele
- umístěte stejné barvy kuželů pro tým a po té je porázejte podle barvy
- někteří čtyři hráči musí během hry ve vzduchu držet obruč

Pohybující se branky:

Zatímco přihráváte, dalším úkolem je skórovat do pohybující se branky, která je vytvořena dvěma hráči. Dva hráči drží tyč rukou v oblasti boku, jsou pokrčeni v kolenou. Branku brání pohybem, ale pozor výška tyče se nesmí změnit.

Variace:

- hra s třemi týmy a pohybující se brankou tvořenou dvěma hráči

Hra o míč:

Úkolem je udržet si míč, co nejdéle ve svém týmu bez toho, aby protihráč míč získal.

Variace:

- hra s ještě jedním obráncem
- zmenšit zónu útočníků

Třetí team bere:

Tři týmy po x hráčů jsou společně na hřišti rozděleni do dvou skupin. Tým A zkusí udělat 10x přihrávku bez toho, aby se míče zmocnil tým B.

Jestliže míč získá tým B hodí míč týmu C. Tým A musí týmu C bránit v přihrávkách. Tým C se snaží 10x přihrát míč svým spoluhráčům.

- tým C může udělat 10 přihrávek a hodit míč zpět týmu B zatímco tým A stále míč pronásleduje.
- nebo tým A chytne míč a hodí ho zpět týmu B a tentokrát tým C, který jde na druhou stranu hřiště a přitom se snaží míč přijmout. Tato hra je velmi dobrá na procvičování organizace.

BUMBALL

pravidla hry

d) ZÁPAS

Zápas zahrnuje všechna předešlá cvičení.

1 zápas = 3 kola po 11 bodech (s rozdílem 2 bodů např. 9-11)

e) MALÁ HRA

Hra na body:

Dva týmy hrají v ohraničeném hřišti. Bodování je platné, když proběhne přihrávka se spoluhráči.

Přihrávka na hrud' se boduje jedním bodem, kdežto přihrávka na zadní část dresu se boduje třemi body. Vítězný tým je ten, který získá nejdříve 25 bodů. Např. když hráč ztratí přihrávku a tým má na kontě třeba 7 bodů, získá 7 bodů, když přihrávku opětují a povede se jim. Když míč spadne na zem, musí se míč předat protihráčům.



Chyt' ten ocas:

Všichni hráči se střídají o míč, který mají přichycený na zadní části dresu a s míčem pak běží po hřišti z jednoho konce na druhý. Nesmí si nechat sebrat míč. Počet útočníků může být přizpůsoben, podle dovednosti hráčů.

Alternativou je, že hra je celkově volná a všichni hráči si jsou soupeři a používají všechny volné bumball míče. Hráči by se měli pokusit vzít míč a udržet si ho, co nejdelší dobu, co jen to bude možné, zatímco míč je zachycen na suchém zipu zadní části dresu. Míč nesmí hráč zakrývat rukama.

Máš babu:

Jsou zapotřebí minimálně dva míče. Čím více míčů, tím lépe. Úkolem v této hře je se zbavit míče předáním dalšímu hráči (přihráním míče). Míč se musí přichytit na hrud' nebo na zadní část dresu. Hráčům není dovoleno zakrývat si rukama suchý zip na dresu. Když hrajete s dvěma a více míči, hra může mít daný časový limit. Když časomíra uplyne, vítězí tým s menším počtem míčů.

Míč a žíněnka:

Dva týmy hrají proti sobě. Hra se hraje v tělocvičně. Žíněnky se umístí 4m od zdi na každém konci místnosti. Skórování proběhne, když napadený hráč zachytí míč ve vzduchu a dopadne na žíněnku.

Na žíněnce se nesmí hra začínat. Žádný hráč v obraně nesmí stoupnout na žíněnku ani být v její bezprostřední blízkosti. Po skórování hráč nechá míč na žíněnce. Druhý tým může zahájit útok.

Když míč spadne za zem, hráč který první míč zasedne, ten míč získá. Pozor nejedná se o kontaktní hru. Porušování pravidel se trestá penalty. Penalty se provádí házením míče přímo z vaší žíněnky hráči, který se začne pohybovat kolmo k žíněnce z druhého konce tělocvičny. Tento hráč může skórovat bez toho aby mu protihráči bránili, hráč zachytí míč na suchý zip na svém dresu a zároveň dopadá na žíněnku.