

# NETRADIČNÍ POHYBOVÉ SPORTY



# Pondělí - Juggler, In-line brusle

V pondělí jsme hráli juggler - spojení šermu a fotbalu. A jezdili na in-line bruslích na venkovním školním hřišti a moc jsme si to užili.

Zdokonalili jsme se ve hře juggler a osvojili si slovník jugglistů:

- jug - předmět, se kterým se hraje
- pompy - herní pomůcky
- qwik - běžec
- hnízdo - branka
- kámen - jednotka času



# Úterý - kin-ball, flag football

- omnikin...barva - vyvolávací slovo
- míč letí 3 metry
- celý tým drží míč

## flag football

- bezkontaktní hra
- průpravná hra na rugby
- flag - vlajka, slouží k zastavení útoku
- 



# Středa - tchoukball

- bezkontaktní házená

Jak získat bod?

- útok trefí trampolínu a obránce následně nechytne míč

Pravidlo 3+3+3 - 3 kroky, 3 přihrávky, 3 vteřiny max držím míč

Pomůcky:

- trampolínka
- míč na házenou



# Čtvrtek - atletika

Čtvrtek jsme strávili na Městském stadionu. Trochu jsme si za závodili v netradičních atletických disciplínách.



# Pátek - paddleboardy

Výlet na paddlech po Labi...co dodat více...asi to nejlepší nakonec....



# Závěr

---

**Co jsme se naučili?** Hrát fair play, spolupracovat, pravidla nových her.

**Co by jsme změnili?** Méně sólování, méně hádek, nebýt tak urputný.

**Co se nám líbilo?** Všichni jsme hráli. Zdokonalili jsme se v netradičních hrách, které jsou na jiných školách méně známé.

**Co se nám nelíbilo?** Někdy jsme se nechali strhnout hrou a byli jsme moc bojovný.