

## SCHŮZKA NA DÁLKU – 7. 4. 2020

A je tu třetí námět na různé aktivity, tentokrát spíše hry netradiční, na oddíle nepříliš časté...

Stále platí, že budeme rádi, když nám pošlete fotku/fotky, pokud se do něčeho pustíte 😊

### DOMÁCÍ VÍCEBOJ I

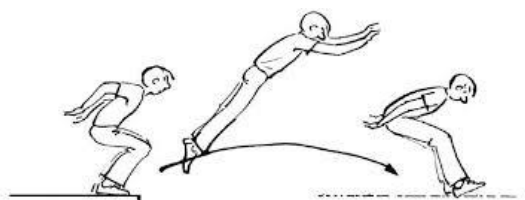
Víceboje jsou zajímavou možností, jak využít některé tradiční i netradiční disciplíny a dát je dohromady. Vítězství v jedné či ve dvou disciplínách tak ještě nemusí být určující pro celkové vítězství. Pokud víceboj budete opakovat, je zajímavé porovnat, v čem se kdo nejvíce zlepšil.

**Co je potřeba:** záleží na zvolených disciplínách... obecně trocha prostoru

**Lidé:** klidně i sám/sama, ale lépe více

#### **Průběh:**

- Základním principem je vymyslet třeba 10 (ale klidně 7, nebo 13) různých nejen tělocvičných aktivit, které lze realizovat na omezeném prostoru. U každé je potřeba vymyslet, jak by měla být hodnocena: jestli je na čas, na výkon, na splnění, na počet, nebo na pořadí ve výsledku... Dobré jasně říci předem, omezí to diskuse 😊
- Můžete si vytvořit kartičku, do které budou výsledky zapisované. Lze v ní udělat rovnou více sloupců a vyzkoušet obdobnou sérii za pár dní, zda se něco změnilo.
- A jaké aktivity zařadit? Tady se fantazii meze nekladou, lze udělat jak sérii zaměřenou na jeden typ aktivit, třeba sílu (kliky za minutu, sed lehy za minutu, zvedání něčeho, angličáky apod.), tak sérii naopak velmi různých aktivit (viz níže). Výhodou druhé varianty je ověření si, co komu jde a nejde a taky to, že může být velmi překvapivý vítěz.
- Náměty na jednotlivé cviky:
  - PRUŽNOST: kam dosáhneš v předklonu s napjatými koleny – ne švihem, ale vydržet tam třeba 5 vteřin (např. 1 bod=ke kotníkům, 2 body=na zem, 3body=opřeš dlaň/palec)
  - ROVNOVÁHA: stoj s rukama nad hlavou ve tvaru stříšky a pokrčenou nohou v kolenu dozadu (např. 1 bod = 1 min, 2 body = 2 min, 3 body = 3 min a více)
  - SÍLA: kliky, sedlehy... (počet za minutu)
  - TREFA: kolikrát se 3/5/7 míčky trefíš do kýble/do branky (klidně lze využít i hokejku 😊). Jasně říci, zda platí, když míček vyskočí ven.
  - SKOK Z MÍSTA: jak daleko snožmo kdo doskočí? (hodnocení lze vztáhnout i k výšce člověka, nejen na samotnou vzdálenost)
  - ŠIKOVNOST: lze využít některé z her v návrhu programu 02 – rovnání zápalek poslepu, navlékání kancelářských sponek apod. (na čas či na přesnost)
  - SLALOM: ideálně s hokejkou, ale dá se i s koštětem. Připravte slalomovou dráhu – za jak dlouho proběhnete 2x dráhu tam a zpět?
- Alternativy:
  - Víceboj lze udělat v jakýchkoliv disciplínách.
  - Třeba takový speciální kuchyňský víceboj: škrábání brambor na čas, těstoviny al dente, nejchutnější moučník, mytí nádobí. Lze rozšířit i na jiné zajímavé činnosti: nejlépe umyté okno, jak nejefektivněji vytřít apod.
  - Může být i češtinářský víceboj: nejvíce slov delších jak 5 písmen na nějaké písmeno, povídka bez samohlásek, co nejvíce slov z písmen slova Velikonoce aj.; matematický víceboj: doplňování číselných řad, sudoku, vizuální testy na představivost atd. Ale výuky je asi nyní doma dostatek...



## OSTRŮVKY

*Přesnost se dá trénovat různě, třeba cvrnkáním do knoflíků/mincí apod.*

**Co je potřeba:** stůl, mince/knoflíky/něco podobného, křída, papír a tužka

**Lidé:** lze trénovat i v 1, více je lépe

### **Základní herní „deska“:**

- Na stolní desku nakreslete vybraný počet kroužků stejného průměru (doporučení je kolem 3 cm v průměru). Pokud nechcete kreslit na desku, lze nakreslit na velký papír, který pak na desku připevníte. Obdobně se dá použít i lino, podlaha apod., ale mělo by být hladké, bez spár.
- Počet kroužků můžete zvolit na základě velikosti desky, ale i podle obtížnosti. Můžete využít i různě velká kolečka, hodí se zvláště u varianty 2, kde menší kolečka mohou být hodnotnější (=obtížnější k dosáhnutí)
- Startovní linie se nachází na jedné z kratších hran stolu/plochy.
- U obou variant je potřeba dobře domluvit, kdy trefa platí – zda musí být v kroužku celá mince/knoflík/..., nebo stačí kousek.

### **Dobývání ostrůvků**

- Kroužky představují ostrovy, které se snažíte postupně dobýt. Hraje se ideálně s knoflíky, nebo něčím, co se dá barevně rozlišit. Ostrůvky mohou být různě hodnotné (např. zajímavé kulturní památky, plodiny, sopka apod.). Již obsazený ostrůvek nelze přepadnout a obsadit někým jiným. Cílem je dobýt jich co nejvíce/co nejhodnotnější.
- Varianta 1: Hráči začínají na startovní linii (v přístavu) a pravidelně se střídají ve cvrnkání. Každý má na mořském poli vždy jen jeden koráb, dokud nedobude ostrov, nesmí vyplout jiná loď. Ostrov je dobyt tím, že celá plocha korábu se nachází na ostrově.
- Varianta 2: Hráči se sice pravidelně střídají, ale mohou mít až tři koráby na moři současně, následně pak volí, kterým se v daném tahu budou posouvat.

### **Střelba na čísla**

- Zde je lépe mít různě velké kroužky. V každém kroužku je navíc napsáno číslo vyjadřující hodnotu daného kroužku. Hodnota může být závislá nejen na velikosti kroužku, ale také na jeho vzdálenosti od palebné čáry.
- Hráči mají k dispozici třeba 3 mince/knoflíky/... a snaží se trefit na co nejvyšší číslo. Každý hráč si po svém hodu sbírá mince, aby tam nevadily dalšímu hráči.
- Konec: buď jasně daný počet kol, nebo vítězná částka
- Alternativy: Pro extra přesné hráče např. omezení, že suma za dané kolo musí být sudá/lichá, větší než X, jinak se nepočítá apod.

## ZÁVODY PRAVÁKŮ/LEVÁKŮ

*Pokud je mojí dominantní rukou pravá, tak asi relativně dobře zvládnu aktivitu pravou. Ale jak to půjde rukou druhou? Budou šikovnější leváci či praváci?*

**Co je potřeba:** záleží na jednotlivých úkolech

**Lidé:** min. 2 (ale lze trénovat i samostatně)

### **Průběh hry**

- Základem je vymyslet úkoly, které svou dominantní rukou zvládneš v pohodě, ale tou druhou už to může být horší. Úkoly pak buď můžeš plnit postupně a hodnotit celkový čas, nebo klidně odděleně.
- Náměty na úkoly:
  - o Nakresli psa/kočku/prase/...
  - o Postav z kostiček věž alespoň o X patrech... lze využít i skládání lega apod.
  - o Srovnej zápalky do krabičky, nebo roztríd' hromádku nastříhaných tvarů, smíchaných věcí apod.
  - o Přenes míček na lžici nějakou drahou (slalom, opičí dráha apod.)
  - o Podepiš se na papír a dej jej do obálky

- Zašroubuj matičku na šroub
- Otevři lahev a nalij plnou skleničku, tu pak někam přenes...
- Navlékni nit na jehlu/korálky na provázek
- Vyčistit si zuby 😊
- Vyšší level je pak třeba přišít knoflíku
- Variant je spousta 😊

## VELKÝ ZÁVOD

*Láká Vás řízení, nebo naopak máte pocit, že to není nic pro Vás. Nehledě na odpověď můžete vyzkoušet tuto netradiční závodní hru. Trasu si vyrobíte sami a nebojte, sami nepojedete, budete v tom ve dvou.*

**Co je potřeba:** magnety, tenká deska, papíry, tužky, barvy, izolepy...

**Lidé:** min. 2

**Průběh hry:**

- Velký závod se hraje na vlastnoručně vyrobeném plánu. Je tedy úplně na Vás, zda si vytvoříte trasu ve vesmíru, pod hladinou moře, v jeskyni, na okruhu v Le Mans, na hřebenech hor či nakombinujete různá prostředí. Co je ale specifického, tak je pohyb po takovémto plánu – jezdí totiž magnety a řidič je „slepý“, potřebuje svého navigátora. V praxi to vypadá tak, že vyrobený plán se připevní na nějakou tenkou desku (ale vyzkoušejte, zda to nezvládne i tenký stůl apod.). Každá dvojice potřebuje dva magnety – 1 je umístěn zdola desky, druhý shora. Řidič se nachází pod deskou, tudíž nevidí pořádně na trasu a nezbytně tak potřebuje navigátora, který mu říká, co je před ním, jak moc rychle může jet apod. No, pak je chvilka na trénink a velkolepé závody mohou začít. Pokud hrajete jen ve dvou, vůbec nevádí, stopněte si, jak dlouho trval průjezd trasou, a pak si role vyměňte. Pokud je Vás licho, taky dobré, můžete se prostřídat a máte i komentátora velkého závodu...
- Co je zábavnější? Být řidič, nebo navigátor?
- I. výroba hracího plánu
  - K ní potřebujete ideálně pevnější co největší papír, nebo větší počet papírů menších, které se k sobě pak přilepí. Pak taky různé pastelky, fixy apod.
  - Pokud vás plánek kreslí víc, dobře se domluvte, jestli máte nějaké téma, kde se Vaše malby protnou, aby na sebe dráha navazovala apod. (pozor i když kreslíte na vícero papíru, dopředu si vyznačte místo, kde na sebe naváží.
  - Nezapomeňte, že magnety jsou nějak široké, pokud bude trasa příliš úzká, nebude možné projít.
  - Náměty na zvolená témata jsou výše. Nebojte se doplnit zkratky, které ale třeba obsahují těžší překážky vyžadující přesnou spolupráci řidiče s navigátorem.
  - Můžete mít taky více plánů a udělat si tak Velkou cenu s různými závody.
- II. trénink na závody
  - Před závodem je určitě dobré si vyzkoušet spolupráci mezi řidičem a navigátorem, způsob navigování, rychlé předávání pokynů apod.
- III. Závody
  - No a teď už naostro. Dopředu by mělo být jasné, jaká je penalizace za výjezd z trasy. Nebo třeba, jestli se nebudou v půlce řidič a navigátor střídat.
- Tak vzhůru na dráhu 😊

## HRY U STOLU – KOSTKY

Již minule z minění Zapletal nabízí množství her s kostkami. Pár vybraných najdete zde, třeba Vás zaujmou. Řazeny jsou od nejjednodušších po těžší (a delší).

**Co je potřeba:** kostky + u každé hry samostatně

**Lidé:** viz každá hra



### **Stovka**

- Cílem je nasbírat 100 bodů. První hráč bere kostku, hází. Když mu padne jednička, ihned předává kostku dalšímu hráči. Když padne jakékoliv jiné číslo může pokračovat. Body si počítá a může kdykoliv hru přerušit. Pokud ji přeruší, započte si naházený počet bodů. Jakmile hru nepřeruší a padne mu jednička, tak o body z tohoto kola přichází (zůstávají mu ale body z předchozích kol).

### **Osmnáct**

- Hra trochu připomíná Oko bere. Každý hráč v prvním kole hodí kostkou a запиše si číslo, co hodil. K tomu přičte číslo, které hodil v kole druhém a třetím. Jestli bude házet i ve čtvrtém kole, to záleží na něm. Cílem je hodit 18 či být 18 co nejlíže, ale nesmí hodit více. Kdo překročí, automaticky vypadává.
- Dá se hrát na počet vítězství, o buráky, které se dávají do banku apod.

### **V kostky/Vrhcáby**

*Někdy se hře říká vrhcáby, to je ale o dost komplikovanější hra pro dva hráče...*

- Co je potřeba: 5-6 kostek, papír, tužka
- Vrhcáby jsou tradiční hrou, ke které ale nalezneme spoustu možných pravidel. Liší se dokonce i potřebný počet kostek. Ke hře budete potřebovat jednoduchou tabulku – ve sloupcích jména hráčů, v řádcích pak vrhcábové úkoly.
- Začíná první hráč, který hodí všemi kostkami najednou. Podívá se, co mu padlo a podle toho se může rozhodnout, kterou z kategorií zkusí. Vybrané kostky dá stranou a hází se zbylými. Pak má ještě třetí hod. Výsledek se zapíše do tabulky.
- Kombinaci, kterou již házel, tak nesmí opakovat. I kdyby mu nakrásně padly všechny pětky, tak pokud už je má zapsané, tak má smůlu.
- Varianta 1 se hraje se 6 kostkami, má 9 kol, ve kterých se hráči snaží splnit následující kategorie:
  - o Série stejných čísel: jedničky, dvojky, trojky... až šestky = kolik naházíte, tolik máte bodů
  - o Sudé (dvě dvojky, dvě čtyřky, dvě šestky) a liché (dvě jedničky, dvě trojky, dvě pětky) = = musíte mít všechna daná čísla (u lichých tedy dvě jedničky, dvě trojky, dvě pětky), jinak je za to 0 bodů. Pokud hodíte liché, dostanete 18 bodů, pokud sudé, tak 24 (dáno součtem „ok“ na kostkách)
  - o Řada (1, 2, 3, 4, 5, 6) = 21 bodů
  - o Bonusy: Na každé kolo má každý 3 hody. Pokud se podaří danou kombinaci dokončit jen na dva hody, tak se výsledek násobí dvěma! (Tedy u šestek by to bylo 36x2, u sudých čísel 24x2). Pokud to hodíte dokonce napoprvé, tak se násobí třemi!
- Varianta 2 se hraje s 5 kostkami
  - o Obdobně série stejných čísel = boduje se jejich součet; pokud získáte v součtu alespoň 63 bodů, tak je tu speciální prémie 35 bodů
  - o Tři stejné = boduje se jejich součet
  - o Čtyři stejné = boduje se jejich součet
  - o Full house, tedy trojice a dvojice = 25 bodů (nehledě na hodnoty)
  - o Malá postupka, čtyři v řadě, tedy 1-4, 2-5, 3-6 = 30 bodů
  - o Velká postupka, pět v řadě, tedy 1-5, 2-6 = 40 bodů
  - o Vrhcáby = 6 stejných
  - o Cokoliv = součet hozených bodů 😊

## **DIVADLO**

*Co takhle nahradit večerní program vlastním divadelním představením? Na táboře je to již tradiční, doma ale můžete využít široké nabídky na kostýmy, předměty, zvukový doprovod, světelné efekty apod.*

**Co je potřeba:** využijte, co je doma

**Lidé:** dá se i ve dvou, ale čím více publika, tím lépe

**Průběh:**

- Průběh hodně záleží na tom, jak si to naplánujete, jestli budou společná pravidla, zvolený žánr, délka představení, postavy apod. Pár námětů zde:
  - o Klasicky lze využít žánr reklamy, nebo reportáž o katastrofě, večerní zprávy, ale taky balet, detektivka, tragédie, pořad o cvičení, vaření, dokument ze života zvířat... Lze si udělat kartičky a každý si losuje...
  - o Mohou být skupiny či jednotlivci – záleží, kolik vás je, a na co se cítíte
  - o Může být společná postava či postavy, které vystoupí v daném divadle, nebo si je lze zas vylosovat.
  - o Vylosovat si můžete i předmět či předměty, které se ve vašem kousku musí objevit.
  - o Celé lze pojmout i jako rozhlasové vyprávění – pokud se necítíte na divadlo... Pak lze nechat volný scénář, nebo naopak určit, že mají být zprávy, kousek pohádky, reportáž z nějaké exotické země, reklama, chvilka poezie...
- Nechte si na přípravu dost času...
- K samotnému představení lze přijít v oblečení jako do divadla, nebo si posezení zpříjemnit pohoštěním apod. Celou akci může někdo moderovat a představovat, co se bude dít.