

SCENARIUSZ ZAJĘĆ FRISBEE

ULTIMATE FRISBEE – gra zespołowa z użyciem frisbee łącząca w sobie elementy koszykówki, piłki ręcznej i rugby. Jest bardzo dynamiczna i widowiskowa, od graczy wymaga wytrzymałości i zręczności, lecz jednocześnie proste zasady czynią ją łatwą do opanowania dla początkujących. Podstawowymi zasadami są brak fizycznego kontaktu pomiędzy graczami oraz fair play.

1. Zabawy oswajające z frisbee.

- Berek. Jedno dziecko jest berkiem i stara się złapać innych. Reszta dzieci biega po boisku, mają do dyspozycji jedno frisbee na całą grupę. Nie można z nim biegać, przetrzymywać tylko podawać między sobą. Przed berkiem można się uchronić mając frisbee w ręce.

- W parach podania i chwyt; < w miejscu w małej odległości,
< w miejscu zwiększając odległość,
< w marszu,
< w biegu.

- Gra w „Głupiego Jasia” frisbee. Dzieci dobierają się w trójki. Dwoje z nich podają między sobą frisbee a trzecie próbuje je przechwycić.

- Podania frisbee pomiędzy dziećmi ustawionymi w dużym kole.

2. Podział na drużyny. Przedstawienie zasad rozgrywki.

3. Rozegranie meczu frisbee ultimate.

W rozgrywce biorą udział dwie drużyny. Na obu końcach boiska znajdują się strefy punktowe. Drużyna atakująca zdobywa punkty łapiąc frisbee w strefie punktowej przeciwnika, zaś drużyna broniąca stara się jej przeszkodzić i przejąć frisbee. Zawodnicy nie mogą biegać z frisbee, po złapaniu dysku należy się zatrzymać i nie odrywając jednej nogi od podłoża, rzucić do następnego zawodnika. Jeżeli frisbee upadnie na ziemię, zostanie przechwycone to inicjatywę przejmuje drużyna, która wcześniej broniła, a drużyna atakująca przechodzi do obrony. Mecze można rozgrywać na różnych powierzchniach, piasku, trawie lub hali, w takich przypadkach wielkość boisk i ilość zawodników może ulegać zmianom.

W Ultimate nie uczestniczą sędziowie, wszystkie sporne kwestie rozwiązują sami zawodnicy w myśl zasady fair play.

Nauczyciel: Magdalena Lehmann