

## "KWADRANT " PRZEPISY - PRZEBIEG GRY

Gra ruchowa o prostych zasadach, możliwa do przeprowadzenia w różnych grupach wiekowych ( od 7 lat do .....

LICZBA GRACZY – dowolna, ale parzysta, najlepiej 10 - 20 graczy

BOISKO - kwadrat o boku 10-15 kroków oparty jednym wierzchołkiem o linię prostą, dzielącą boisko na dwie części: pole wybijania tzw. „gniazdo” i pole chwytania, tzw. „pole walki”. „Gniazdo” wyznacza się w punkcie zetknięcia się wierzchołka kwadratu z linią ; jest to półkole o promieniu 1 m stanowiące ograniczoną przestrzeń do podbijania piłki przez graczy. W trzech pozostałych wierzchołkach kwadratu ustawia się chorągiewki wysokości 1,5 m.

Miejscem do przeprowadzenia gry może być boisko szkolne, polana leśna, sala gimnastyczna, teren o równej nawierzchni.

PRZYBORY – 1 piłka palantowa ( piłka o masie min. 80.g i obwodzie 20-22 cm jest twarda ,wypełniona włosiem lub pakułami i obszyta skórą), u młodszych dzieci można stosować piłkę siatkową lub małą „ręczną”, 1 palant – kij okrągły o średnicy do 4,5 cm na jednym końcu i do 3cm na drugim , o długości 70cm. Palant jako sprzęt zwany jest również bijakiem ; chorągiewki .

USTAWIENIE - jedna drużyna rozstawia się wewnątrz pola kwadratu na polu walki, druga zaś, równa liczebnie , w szeregu z lewej strony “” gniazda”, twarzą w kierunku pola walki, przy gracz oznaczony jest kolejnym numerem. W kole leży palant i piłka.

CEL GRY - każdy z graczy w gnieździe powinien tak podbić piłkę, aby po podbiciu jej miał jak najwięcej czasu na obiegnięcie dookoła kwadratu, przez co zdobywa jeden punkt dla swojej drużyny; każdy z graczy na ” polu walki” powinien jak najwięcej przyczynić się do zajęcia „gniazda „, przez jego drużynę.

PRZEBIEG GRY –pierwszy gracz drużyny będącej w gnieździe wchodzi do półkola i podbija piłkę w taki sposób, aby upadła na pole walki lub poza jego obrębem. Gdy mu się to uda, zostawia palant w półkolu, sam zaś biegnie do pierwszej chorągiewki z prawej strony boiska, a jeśli oceni, że zdąży nim chwytający odrzuci piłkę do gniazda, biegnie dalej, do drugiej chorągiewki .Po bardzo silnym podbiciu piłki może obiec całe boisko. Jeśli podbicie jest słabsze dobiega do pierwszej lub najwyższej drugiej chorągiewki gdzie staje trzymać się jej. Po podbiciu piłki przez następnego gracza ma możliwość ukończyć bieg i

zdobyć punkt.

Stojący na polu walki starają się w jakikolwiek sposób chwycić piłkę. Jeśli odrzucają ją tak do gniazda, że przekroczy granicę w czasie, gdy podbijający znajduje się między chorągiewkami, wówczas jest on „skuty” i udaje się na miejsce znajdujące się obok półkola, z prawej jego strony. Gracza obiegającego chorągiewki można także bezpośrednio skuć piłką. Jeśli graczowi uda się obieć boisko i wrócić na pole wybijania, wówczas zdobywa jeden punkt dla swojej drużyny. Zwycięża drużyna, która zdobędzie większą ilość punktów w określonym czasie.

**ZMIANA PÓL NASTĘPUJE GDY:**

1 którykolwiek gracz z drużyny znajdującej się na polu walki schwyci piłkę w prawą lub lewą rękę- tzw. kampa,

2 wszyscy gracze drużyny podbijającej zostaną skuci wskutek nieumiejętnego podbicia lub nieukończenia biegu.

**SKUCIE GRACZY NASTĘPUJE GDY:**

1 piłka nie zostanie podbita palantem,

2 po wykonaniu podbicia palant znajdzie się poza obrębem półkola,

3 piłka nie zostanie podbita lub upadnie przed linią, albo potoczy się- tzw. szczur,

4 gracz, który dobiegnie do chorągiewki i czeka na dalszy bieg, nie dotyka lub nie trzyma się jej.

Gracz, który obiegnie boisko, nie tylko zdobywa punkt, ale także wyzwala jednego ze skutych ze swojej drużyny. Gracze znajdujący się na polu mogą zajmować miejsca poza obrębem kwadratu, mogą także podawać sobie piłkę.

**UWAGA !**

· Palant do podbijania powinien być okrągły, ale dla słabszych graczy może być płaski i szerszy( obecnie nie prowadzi się sprzedaży palantów ze względu na bezpieczeństwo ale można zamówić dla szkoły w hurtowniach sportowych).

· Można upraszczać reguły gry w zależności od potrzeb i założeń lekcji

· Stosować do gry piłkę ręczną ,siatkową lub tenisową i zamiast odbijać „palantem” rzucać jedną ręką.

· Kwadrant jest uprawiany tylko w Polsce