

Netradiční pohybové aktivity

Taneční podložky

Taneční podložky



V poslední době získávají na oblibě tzv. **taneční podložky**. Jedná se o velmi zábavnou taneční hru, která je sice určena dětem již od čtyř let, ale dokáže docela dobře zabavit i mnohem starší jedince. K taneční podložce potřebujete počítač (může být i straší), ke kterému pomocí USB podložku připojíte. Spouštění a ovládání hry zvládne každý (nainstalujete speciální program), princip je velmi jednoduchý. V horní části obrazovky uvidíte čtyři statické šipky. Jakmile si vyberete skladbu a ta začne hrát, budou se směrem zespod nahoru pohybovat šipky, které mají představovat taneční kroky. Úkolem hráče (tanečníka) je sešlápnout na taneční podložce příslušnou šipku přesně ve chvíli, kdy pohyblivá šipka protne šipku statickou. Na konci simulace ohodnotí a oznámkuje počítač váš výkon.

Tato zábavná hra má hned několik předností:

- pobaví se u ní celá rodina
- můžete si ji vzít kamkoliv s sebou
- nezabírá mnoho místa
- dokáže zpestřit narozeninové oslavy a jiná setkání s přáteli či rodinou
 - taneční program obsahuje oblíbené české písničky
 - hra rozvíjí koordinaci, pohybové schopnosti
- pokud máte starosti, že vaše dítě příliš často sedí u počítače a neprovozuje žádný sport, můžete zapeklitou situaci zkusit vyřešit právě pomocí této hry
- hra je dosti variabilní, a proto dokáže zabavit po delší období – nabízí se různé úrovně obtížnosti, k dispozici by měl být také široký hudební výběr

Taneční podložky se zabudovanými senzory snímají pohyby hráčů, jejichž cílem je odšlapávat v rytmu hudby šipky běžící na obrazovce.



Rozvíjí koordinaci, postřeh, smysl pro rytmus a díky aerobnímu cvičení zlepšují kondici. Na akcích pravidelně **patří mezi nejvíce žádané stanoviště**. Budete překvapeni, jak pouhých pár minut na taneční podložce dokáže rozproudit vaši krev i energii. Z vlastní zkušenosti však víme, že po pár minutách podložku opustit nelze :-), **hra je na to příliš návyková**.

Doporučujeme 2 a více tanečních podložek. Zapojení více osob současně je atraktivnější, zábavnější a zvyšuje napětí při vyhodnocení.

Přehled použité literatury:

- <http://www.google.cz/>
- <http://www.firemky.cz/clanek/15/tanecni-podlozky/>
- <http://www.rsts.cz/aktuality-a-novinky/aktuality/archiv/netradicni-a-originalni-darky-pod-stromecek-v-jedinecnem-baleni.aspx>

Mgr. David Draxler

14.01.2012

9.ročník Tělesná výchova
Netradiční pohybové aktivity
Taneční podložky

Metodický list:

- seznámení žáků s obsahem učiva
- učitel seznamuje děti s taneční podložkou
- děti se učí techniku tance na podložce