

SVIETIACI LIETAJÚCI TANIER

1/ V TIENI NOCI

Vek hráčov: 8+

Počet hráčov: 3 a viac

Ak máte menšie deti, môžete pravidlá zjednodušiť a otázky nahradiť inými úlohami (napr. zaspievaj obľúbenú pesničku).

Príprava:

1. Zhromaždite hráčov a vytvorte kruh tak, aby si medzi sebou mohli ľahko hádzať tanier.
2. Rozmyslite si prvú otázku na telo. Táto otázka bude položená vždy tomu, komu tanier spadne.
3. Uistite sa, že všetci poznajú pravidlá a sú pripravení na zábavu.

Priebeh hry:

1. Jeden z hráčov začne hru tým, že hodí svietiaci tanier niekomu ďalšiemu v kruhu.
2. Tanier sa hádže stále dookola. Buďte presní, ale hrajte s úsmevom!
3. Keď tanier niekomu spadne na zem, tento hráč musí odpovedať na aktuálnu otázku na telo.
4. Hráč, ktorý odpovedal, má výhodu: v ďalšom kole nemusí odpovedať a môže naopak vymyslieť novú otázku na telo pre ostatných.
5. Novú otázku hráč nahlas oznámi a hra pokračuje ďalej rovnakým spôsobom.

Tipy pre hru:

- Otázky na telo by mali byť zábavné a priateľské.

Príklady otázok:

- Kedy si naposledy urobil niečo odvážne?
- Aké jedlo by si jedol/a každý deň?
- Ktorý film ťa rozplakal?
- Hrajte za šera alebo v tme, aby svietiaci efekt taniera najlepšie vynikol.

Cieľ hry:

Baviť sa, smiať sa a lepšie spoznať svojich spoluhráčov! Hra končí, keď sa hráči rozhodnú alebo keď už žiadne otázky nezostávajú.

Užite si večernú zábavu plnú zážitkov so svietiacim lietajúcim tanierom!

NÁVODY NA HRY • SK

2/ TUPOŇ

Vek hráčov: 8+

Počet hráčov: 3 a viac

Príprava:

1. Vyberte si vonkajší priestor, kde si môžete ľahko hádzať svietiacim tanierom.
2. Zhromaždite hráča a vytvorte kruh tak, aby si všetci mohli medzi sebou hádzať tanier.
3. Uistite sa, že všetci poznajú pravidlá.

Priebeh hry:

1. Jeden z hráčov začne tým, že hodí svietiaci tanier niekomu ďalšiemu v kruhu.
2. Tanier sa hádže stále dookola. Buďte rýchli, ale nezabudnite na zábavu!
3. Keď tanier niekomu spadne, tento hráč získava písmeno „T“.
4. Ak rovnakému hráčovi tanier spadne druhýkrát, získava ďalší písmeno a stáva sa „TU“.
5. Ten, komu tanier spadne piatykrát, je označený ako „TUPOŇ“ a hra môže začať znova, alebo pokračovať podľa vašej voľby.

Tipy pre hru:

- Snažte sa byť rýchli a presní, ale bavte sa a povzbudzujte ostatných.
- Hrajte za šera alebo v tme, aby svietiaci efekt taniera najlepšie vynikol.
- Môžete pridať ďalšie zábavné pravidlá, napríklad krátke úlohy pre „Tupoňov“.

Cieľ hry:

Zostať bez titulu „Tupoň“ čo najdlhšie a poriadne sa so svojimi priateľmi zasmiať. Užite si hru TUPOŇ a predved'te svoje hádzacie zručnosti!

3/ ŠTAFETA

Vek hráčov: 8+

Počet hráčov: 4 a viac (v 2 tímoch)

Príprava:

1. Pripravte si dva svietiace tanier alebo časomieru, ak máte len jeden tanier.
2. Rozdeľte hráčov do dvoch tímov s rovnomerným počtom členov.
3. Vytýčte trasu – môže to byť rovná línia alebo klukatá dráha, podľa vašej kreativity.
4. Určite štartový a cieľový bod. Rozmiestnite členov tímov pozdĺž trasy v pravidelných intervaloch.

Priebeh hry:

1. Každý tím začne na štartovej čiare so svojim tanierom. Prvý hráč hodí tanier ďalšiemu členovi svojho tímu, ktorý je o pár metrov ďalej.
2. Druhý hráč tanier chytí a ihneď ho hodí ďalšiemu členovi svojho tímu. Hra pokračuje, kým tanier nedorazí do cieľového bodu. Pokiaľ sú v tíme dvaja hráči, prvý hráč hodí tanier druhému, beží pred neho a ten mu zas tanier hodí a beží pred neho, až sa dostanú do cieľa.
3. Ak nemáte dva tanieri, tímy hrajú postupne. Merajte čas, ako rýchlo sa tím dostane do cieľa.

Pravidlá:

- Ak hráč tanier nechytí a ten spadne na zem, musí ho zdvihnúť a vrátiť sa na svoje miesto predtým, než ho hodí ďalej.
- Vyhráva tím, ktorý sa svojím tanierom dostane do cieľa ako prvý, alebo má najkratší čas, ak hráte na meranie času.

Tipy pre hru:

- Hrajte za šera alebo v tme, aby svietiaci efekt tanierov pridal na atmosféru.
- Uistite sa, že trasa je bezpečná a hráči majú dost priestoru na hádzanie.
- Pre zvýšenie zábavy môžete trasu označiť svietiacimi tyčinkami alebo farebnými kužeľmi.

Cieľ hry:

Pobaviť sa, zlepšiť tímovú spoluprácu a užiť si adrenalínovú štafetu so svietiacimi taniermi.

4/ ZOZNAMOVACIA HRA

Vek hráčov: 8+

Počet hráčov: 4 a viac

Príprava:

1. Postavte sa do kruhu a každý sa postupne predstavte. Povedzte svoje meno a niečo, čo vás vystihuje, napríklad: „Lenka, cyklistka“ alebo „Jano, srandista“.
2. Presvedčte sa, že si každý pamätá mená a charakteristiky ostatných hráčov.

Priebeh hry:

1. Hra začína tým, že jeden hráč drží tanier. Povie nahlas meno a charakteristiku osoby, ktorej chce tanier hodiť (napríklad: „Lenka, cyklistka“), a potom jej tanier hodí.
2. Hráč, ktorý tanier chytí, musí okamžite povedať meno a charakteristiku ďalšie osoby, ktoré chce tanier hodiť, a pokračovať v hre.
3. Hráči majú na rozhodnutie iba 10 sekúnd! Ak počas tejto doby nepovedia meno alebo charakteristiku, vypadávajú z hry.
4. Ak niekto tanier nechytí alebo mu spadne, vypadáva z hry.

Pravidlá:

- Vypadnutí hráči sa posadia mimo kruh a sledujú hru.
- Poslední dvaja hráči v kruhu si môžu zahrať finále, kedy sa tanier hádže čo najrýchlejšie jeden druhému, kým jeden neurobí chybu.

Tipy pre hru:

- Skúste si hru zahrať tak, že hráč hádzuci tanierom povie charakteristiku hádaného hráča a spoluhráč háda meno podľa charakteristiky.
- Ak si niekto nepamätá meno alebo charakteristiku, ostatní mu môžu pomôcť, ale na úkor jeho času!
- Na začiatku hrajte v pomalom tempe, aby si všetci zapamätali mená, a postupne zrýchľujte.
- Pridajte svietiaci efekt tým, že budete hrať za šera alebo v tme, aby bol tanier lepšie vidieť.

Cieľ hry:

Zapamätať si mená a charakteristiky ostatných hráčov, zlepšiť postreh a užiť si veľa zábavy pri zoznamovaní.

5/ ABECEDA

Vek hráčov: 8+

Počet hráčov: 3 a viac

Príprava:

1. Postavte sa do kruhu tak, aby si hráči mohli ľahko hádzať tanierom.
2. Určite, ktorým smerom sa bude tanier hádzať (napr. v smere hodinových ručičiek).
3. Pripravte sa na slovnú výzvu: každý hráč bude musieť povedať slovo začínajúce na určité písmeno abecedy.

Priebeh hry:

1. Hru začne prvý hráč s tanierom. Povie slovo začínajúce na písmeno „A“ a hodí tanier ďalšiemu hráčovi.
2. Ďalší hráč musí rýchlo povedať slovo na písmeno „B“ ešte predtým, než k nemu tanier doletí, a potom ho okamžite hodiť ďalšiemu hráčovi.
3. Hra pokračuje abecedne ďalej (C, D, E atď.) dookola. Ak sa dostanete na koniec abecedy, začnete znova od písmena „A“.
4. Hráč, ktorý:
 - nestihne povedať slovo včas,
 - nepovie správne slovo (napr. začne na iné písmeno), alebo
 - tanier nechytí,vypadáva z hry.

Pravidlá:

- Slová sa nesmú opakovať. Ak niekto už dané slovo použil, je potrebné vymyslieť nové.
- Hra sa postupne zrýchľuje, ako sa počet hráčov znižuje.

Tipy pre hru:

- Zvoľte kategóriu slov, napríklad: „zvieratá“, „mestá“, „jedlo“ alebo nechajte výber voľný.
- Ak hráte s mladšími hráčmi, môžete spomaliť tempo alebo dať viac času na premýšľanie.
- Hrajte večer so svietiacim tanierom, aby hra mala zaujímavejšiu atmosféru.

Cieľ hry:

Preukázať rýchle myslenie, presnosť v hádzaní a postreh pri chytení taniera.

Posledný hráč, ktorý zostane v hre, vyhráva.

6/ ČISTÝ CHYT

Vek hráčov: 10+

Počet hráčov: 10 (5 proti 5)

Príprava:

1. Rozdeľte hráčov do dvoch tímov, každý tím by mal mať päť hráčov.
2. Postavte každý z tímov na protilahlú stranu hracieho poľa. Dĺžka poľa by mala byť 14 metrov.
3. Jeden tím hodí tanier súperovi.

Priebeh hry:

1. Prvý tím, ktorý začína, hodí tanier na súperovu stranu. Hádzajúci hráč začínajúceho tímu sa musí pokúsiť hodiť tanier tak, aby ho súper nechytí čisto do jednej ruky. Ak tanier chytí inak (oboma rukami alebo disk spadne), útočiaci tím získava bod.

NÁVODY NA HRY

2. Ak sa súperovi podarí tanier chytiť správne (jednou rukou), útoiaci tím stráca bod a tím, ktorý bráni, preberá úlohu útočníkov. Ak má tím 0 bodov, po každom ďalšom neúspešnom chytení zostáva skóre stále rovnaké – neudelujú sa mínusové body.

3. Každý tím má jednu šancu na úspešný hod v každom kole.

Potom sa striedajú.

Hra pokračuje, kým jeden tím nezíska požadovaný počet bodov (napr. 10 bodov).

Pravidlá:

- Tanier musí byť chytený čisto jednou rukou. Akýkoľvek iný spôsob chytania (oboma rukami alebo ak tanier spadne) znamená bod pre útoiaci tím.
- Tímy sa striedajú po každom kole.
- Hráči musia hádzať tanier rýchlo a presne, pretože čas na reakciu súpera je veľmi krátky.
- Ak dôjde k situácii, keď tanier skončí mimo ihriska, hra začína znova s rovnakým skóre.

Tipy pre hru:

- Skúste rôzne techniky hádzania, ako sú bočné hody alebo hody nad hlavou, aby ste sťažili súperovi chytanie.
- Zvoľte stratégiu na striedanie útočníkov a brániacich hráčov, aby bol tím vždy pripravený na každú situáciu.
- Hrajte večer so svietiacim tanierom pre pridanie vzrušenia a zábavy.

Cieľ hry:

Dostávať disk do súperovej polovice a zabrániť mu v jeho chytení, kým nedosiahnete požadovaný počet bodov.

Tím, ktorý ako prvý získa cieľový počet bodov, vyhráva.

7/ TANIEROVÁ VÝZVA

Vek hráčov: 8+

Počet hráčov: 4 (2 proti 2)

Možný variant: 2 hráči proti sebe.

Príprava:

Hracia plocha:

- Vonkajší priestor s veľkosťou približne 10 × 5 metrov (môže byť väčší podľa veku a schopností hráčov).
- Na oboch koncoch vyznačte hracie pole (štvorce veľkosti 2 × 2 metre, napr. kriedou, kužeľmi, alebo povrázkom).
- Medzi hracími poľami nechajte hernú zónu (prostredná časť ihriska).

Priebeh hry:

1. Dohodnite si začiatok hry – tím, ktorý začne, sa určí žrebom.
2. Jeden tím stojí vo svojom hracom poli, druhý tím v opačnom. Tím, ktorý začína, hádže tanier smerom k súperovmu poľu. Cieľom je, aby tanier:
 - pristálo vo vnútri súperovho poľa (bod pre hádzajúci tím),
 - bolo chytené v poli (bez bodu),
 - bolo chytené zle (napr. spadne z ruky, hráč ho nechytí) – bod pre hádzajúci tím.Hráči v poli môžu stáť alebo sa pohybovať vo vnútri svojho poľa, ale nesmú vybehnúť von. V hernej zóne (strednej časti) nesmie byť žiadny hráč.
3. Každý bod si tím zapíše. Po každom kole (po 1 hode oboma tímami) sa rola otoča – hádzajúci tím chytá a naopak.

Pravidlá:

Hra trvá 10 minút alebo do dosiahnutia 10 bodov. Víťazí tím s vyšším počtom bodov. Každý hod musí byť vykonaný férovou (žiadne úmyselné hádzanie mimo poľa alebo smerom k hráčom).

Skórovanie:

- **1 bod:** Tanier pristane v súperovom poli a nikto ho nechytí.
- **1 bod:** Súper sa taniera dotkne, ale neudrží ho.
- **0 bodů:** Tanier bol chytený správne alebo pristál mimo poľa.

Cieľ hry:

Získať čo najviac bodov pomocou úspešných útokov, či už hádzaním taniera alebo dotknutím sa súpera oboma taniermi súčasne.

Tím, ktorý dosiahne požadovaný počet bodov, vyhráva!

8/ DISCATHLON

Vek hráčov: 10+

Počet hráčov: 1 alebo viac (individuálne alebo v tímoch)

Príprava:

1. Vytvorte trasu, ktorá je vybavená prekážkami. Prekážky môžu zahŕňať napríklad kužele, nízke prekážky, miesta, kde musí tanier preletieť cez krúžky, alebo oblasti, kde musí tanier preletieť v určitej výške (napr. hádzanie cez šnúry alebo sieť).
2. Určite štartovú a cieľovú čiaru.
3. Každý hráč potrebuje tanier, ktorý bude hádzať.

Priebeh hry:

1. Hráč štartuje na štartovej čiare a hodí tanier smerom po vyznačenej trase.
2. Cieľom je, aby tanier preletel všetky stanovené prekážky v čo najkratšom čase. Môžete si skúsiť zahrať alternatívu, kde bude víťazom tím s najvyšším počtom bodov (za 1 zdolanú prekážku = 1 bod).
3. Hráč nemusí ísť po trase s tanierom; môže sa pohybovať ľubovoľne, ale musí zabezpečiť, aby tanier prešiel každú z prekážok (napr. hádzaním do určitého priestoru alebo cez krúžky).
4. Po prejdení trasy hráč zistí čas, za ktorý ju prešiel závod.
5. Ďalší hráč pokračuje a snaží sa tento čas zlepšiť.

Pravidlá:

- Ak tanier zasiahne prekážku nesprávne alebo nepreletí správnym priestorom, musí hráč vrátiť tanier na posledné správne miesto a pokračovať.
- Hráči musia dokončiť trasu bez pomoci iných hráčov.
- Majte na pamäti, že každý hráč môže mať určitý časový limit pre jeden hod (napríklad 30 sekúnd na každý hod) za účelom udržania dynamiky hry.

Tipy:

- Zvoľte rôzne typy hodov pre rôzne prekážky, napríklad bočné hody pre krúžky alebo hádzanie s vysokým oblúkom pre priechod pod nízkymi prekážkami.
- Trénujte presnosť hodov, aby ste sa vyhli opakovaným chybám pri prekážkach, a tým šetrili čas.
- Ak je hráčov viac, môžete pretekať v tímoch a deliť si úlohy (napr. jeden tímový člen hádže a druhý dáva pokyny, ako prekonávať prekážky).

Cieľ hry:

Prejsť celú trasu čo najrýchlejšie alebo najlepšie (s najvyšším počtom bodov).

9/ KOŠE PO TME

Vek hráčov: 8+

Počet hráčov: 4 (2 proti 2)

Príprava:

1. Postavte dva plastové koše vo vzdialenosti 15 metrov od seba.
2. Rozdeľte hráča na dva tímy po dvoch. Každý tím si zvolí jeden kôš, ku ktorému sa postaví.
3. Jeden tím začne hádzať ako prvý, pričom hráč, ktorý hádže, musí hodiť tanier smerom k druhému košu, kde je pripravený jeho spoluhráč.

Priebeh hry:

1. Hráč tímu A hodí tanier smerom k tímu B. Hráč tímu B, ktorý je pripravený pri koši, sa snaží tanier tečovať tak, aby ste to dostali do koša. Alternatívou hry pre menšie deti je, že budú hádzať tanierom na ležiace koše, a usmerňovanie letiaceho taniera bude teda jemnejšie.
2. Ak sa tanier dostane do koša po tečovaní, tím A získava 3 body.
3. Ak tanier zasiahne kôš alebo je do neho tečovaný, ale nie dostatočne, tím A získa 1 bod.
4. Po každom hode sa rola tímu A a tímu B vymení, tj. tím, ktorý hádzal, bude brániť, a tím, ktorý bránil, bude hádzať.
5. Hra pokračuje striedavo, kým jeden tím nedosiahne 21 bodov.

Pravidlá:

- Tanier musí tečovať hráč, ktorý je pri koši. Ak tanier neprejde košom alebo nie je správne tečovaný, bod sa nepripočítava.
- Ak tím presne hodí tanier do koša bez tečovania, získava 2 body.
- Body sa získavajú len vtedy, keď disk prejde cez kôš či je tečovaný spoluhráčom.
- Hráči musia dodržať časový limit pre jeden hod (napr. 10 sekúnd na každé kolo).
- Hrajte v otvorenom priestore bez prekážok, aby ste si hru mohli užiť naplno.

Tipy:

- Zamerajte sa na koordináciu pohybov medzi spoluhráčmi, aby ste zvýšili šancu na úspešné tečovanie taniera.
- Experimentujte s rôznymi technikami hodu – priamy hod, oblúkový hod alebo bočný hod pre väčšiu presnosť.
- Hrajte v otvoreném priestore bez prekážok, aby ste si hru mohli užiť naplno.

Cieľ hry:

Dostať tanier do koša pomocou tečovania alebo priameho hodu a ako prvý dosiahnuť 21 bodov.

Tím, ktorý dosiahne toto číslo, vyhráva!

10/ SVIETIACI TANIER ULTIMATE

Vek hráčov: 12+

Počet hráčov: 14 (7 proti 7)

Príprava:

1. Na veľkom ihrisku či hracej ploche vyznačte dve koncové zóny.
2. Rozdeľte hráča do dvoch tímov po 7 hráčov (prip. 5 hráčov pre menšiu verziu).
3. Hra začína na stredovej čiare, kde sa hodí tanier do jedného tímu.

Priebeh hry:

1. Útočiaci tím sa snaží dostať tanier do koncovkej zóny súpera a skórovať.
2. Tanier sa smie pohybovať iba prihrávkami medzi hráčmi. Hráč, ktorý má tanier, sa nesmie pohybovať (nemôže behať), ale musí stáť a môže iba prihrávať.
3. Brániaci tím sa snaží zamedziť prihrávkam a získať tanier späť.
4. Útočiaci tím získa bod, pokiaľ jeho hráč úspešne chytí tanier v koncovkej zóne súpera.
5. Hra pokračuje, kým jeden tím nezíska stanovený počet bodov (napríklad 15 bodov) alebo kým nezaznie koniec zápasu.

Pravidlá:

Útočiaci tím stráca tanier, ak:

- neodhodí tanier do 10 sekúnd (hráč musí odhodiť tanier do 10 sekúnd od jeho získania),
- prihrávku zachytí alebo zrazí protihráč,
- tanier sa dotkne zeme,
- prihrávka je chytená mimo hracie pole,
- útočník si sám podá tanier alebo chytí vlastnú prihrávku,
- hráči si musia prihrávať tanier medzi sebou, behať s ním je zakázané,
- akonáhle jeden tím získa bod, druhý tím začne útok zo stredovej čiary,
- hráči môžu používať rôzne taktiky, ako sú rýchle prihrávky alebo zmena smeru, aby zmätli brániaci tím.

Tipy:

- Dôležitá je spolupráca medzi hráčmi. Koordinované prihrávky a pohyb môžu zmiasť súpera a vytvoriť príležitosť skórovať.
- Trénujte rýchlosť a presnosť prihrávok, pretože aj malá chyba môže znamenať stratu taniera.
- Kľúčom k úspechu je komunikácia medzi hráčmi – dobrý tím dokáže predvídať pohyb spoluhráčov a nahrávať si vhodné prihrávky.
- Pre zlepšenie obrany sa zamerajte na čítanie hry súpera a blokovanie prihrávok.

Cieľ hry:

Skórovať tím, že chytíte tanier v koncovkej zóne súpera.

Tím, ktorý dosiahne stanovený počet bodov, vyhráva.