

Čekatel'ský lesní kurz CORDA 2013

FITNÍK 2013

soubor fitek účastníků CORDY

123 Vlk (Tomáš M.)

Balónkovaná (Jenda)

Barevná honička (Papírek)

Boj o plecháček (Jan S.)

Brutální píšťalka (Štěpán D.)

Bu-Ku-Hu (Vlas)

Demonstrace (Mošna)

Fotbal na jeden dotyk (Zeus)

Chyť poklad (Tomáš H.)

Indiánská házená (Zajíc)

Kámen, nůžky, papír (Čenda)

Kdo donese nejdál (Vašek M.)

Kolík (Tedy)

Kýblovka (Matěj H.)

Na mraky a vítr (Bagr)

Mravenci (Tweety)

Na motýly (Jan Š.)

Nabíjená (Radar)

Ninjov'ský souboj (Tesák)

Pevnosti (Bidlo)

Podlězaná (Joža K.)

Poklad (Paleček)

Poldové a zloději (Mates)

Ponorky (Golo)

Rozdupka (Cvrček)

Uzel (Tweety)

Vesmírná Válka (Pišto)

Vrah ve městě (Pytris)

Vyved' ho z míry (Mig)

Zed' (Majkl)



1,2,3 VLK!!! (Tomáš M.)

Účel: čistě pohybová na vyblbnutí a odreagování

Místo: kdekoli, nelépe však prázdné prostranství (louka, hřiště)

Délka: 10-15 min.

Hráči: v podstatě jakýkoli

Pomůcky: např. flašky, nebo něco jiného na vyhranění území

Pravidla: jedná se o vylepšenou hru na ovečky a na vlka. Na začátek určíme vlka (mohou být i dva a více), zbytek jsou ovce. Vlk se snaží ovce pochytat, ale tak, že musí oběť zvednout na tři vteřiny do vzduchu a říct při tom: raz, dva, tři VLK!!!, a oběť se stává vlkem a při dalším kole pomáhá již vlkům. Hra končí, zůstane-li dvě nebo jedna ovci.

Balónkovaná (Jenda)

Účel: na odreagování se, pro zábavu

Místo: libovolné rovné prostranství

Délka: cca 3-5 min na 1 hru

Hráči: dvojice

Pomůcky: balónky, provázek

Pravidla Hráči se rozdělí do dvojic. Každý z dvojice si přiváže na jednu nohu provázkem balonek. Po zahájení hry se dvojice chytanou za ruce a snaží se ostatním dvojicím rozšlápnout jejich balónky. Dvojice bez balónku vypadává. Vyhrává dvojice, která zůstane jako poslední alespoň s jedním balónkem.

Poznámky: Vzhledem k délce hry, by bylo asi nejlepší hrát více kol (tj. 3-4) a poté vyhlásit za absolutního vítěze dvojici s nejvíce výhrami.

Barevná honička (Papírek)

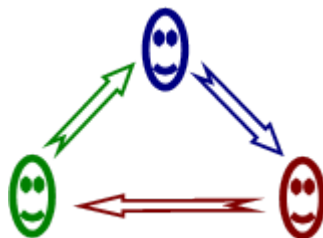
Účel: sportovní hra založená obratnosti a běhu

Místo: venku (kdekoli)

Hráči: 3 družstva (alespoň po 4)

Pomůcky: krepový papír (3 barvy např.: modrá, červená, zelená)

Pravidla: Hráči se rozdělí na 3 teamy. Každý hráč obdrží proužek krepového papíru (každý team jinou barvu), který si zastrčí za kalhoty (musí sahat alespoň po kolena). Hráči běhají a snaží se sebrat soupeři krepák. Krepák se nesmí přidržovat, schovávat... Hráči s modrým krepákem chytají ty s červeným, hráči s červeným krepákem chytají ty se zeleným a hráči se zeleným chytají ty s modrým. Na konci se spočítají ukradené krepáky. Vyhrává ten team, který má nejvíc krepáků. Ten, kdo nemá krepák (je mu sebrán, spadne, ztratí...)



vypadává a dál už nehraje. Může hrát až v dalším kole. Hra je sice na teamy, ale každý se pohybuje samostatně. Team se může domlouvat a nahánět si soupeře.

Boj o plecháček (Jan S.)

Účel a typ: týmová spolupráce, procvičení střelby tenisákem

Místo: louka, volné prostranství

Délka: cca. 15-20min

Hráči: ideálně 10-15

Pomůcky: kůl, tenisák, lano

Pravidla: Na louce se utvoří kruh z lana kolem kůlu, na který se položí nejlépe plechový hrnek. Hráči se rozdělí na dvě družstva a mají za úkol nasbírat co nejvíce bodů. Bod získají tím, když si v tom družstvu jednou nahrají a strefí tenisákem plecháček.

Brutální píšťalka (Štěpán D.)

Účel: pohybová hra pro pobavení

Místo: louka

Délka: cca 15 minut (dle zájmu)

Hráči: 8- x

Pomůcky: píšťalka

Pravidla: Hráči vytvoří větší kruh (tak, aby byli cca 30 cm od sebe), uprostřed kterého se nachází píšťalka. Vybere se jeden dobrovolník, který obíhá kruh libovolným směrem. Jakmile se zastaví, stoupne si mezi dva hráče, rozkročí nohy a hráči musejí rychle oběhnout kruh (hráč nalevo běží vlevo a hráč napravo běží vpravo). Jejich úkolem je co nejrychleji oběhnout kruh, podlézt pod nohama a být první u píšťalky. Vítězem je hráč, který jako první zapíská na píšťalku. Následně výherce obíhá znovu kruh.

Bu-Ku-Hu (Vlas)

Typ: honička

Místo: kdekoli

Délka: po 5 minutách

Hráči: tři skupiny

Pravidla: Hráči se rozdělí na tři skupiny : BU, KU a HU. Pak se rozprchnou a každý se ozývá svým signálem (bu-bu, ku-ku, hu-hu). Zároveň se honí podle cyklického schématu: BU honí KU, KU honí HU, HU honí BU. Chycený hráč se stává členem té skupiny, kterou byl chycen (HU se stává KU, KU se stane BU, BU se může stát HU).

V okamžiku, kdy se stane hráč členem jiné skupiny, mění své zvuky za zvuky členů této skupiny a je honěn jejími nepřáteli. Hra se časově omezuje. Po vypršení limitu se hráči ve skupinách spočítají. Vítězí ta skupina, která má nejvíce členů, popřípadě všichni, pokud zbude pouze jedna skupina.

Demonstrace (Mošna)

Účel: pořádně se vyřádit a fyzicky vybit

Místo: stačí libovolná louka

Délka: 10 - 15 min.

Hráči: libovolný počet, čím víc, tím líp, minimálně 15 lidí, aby se hra dala hrát

Pomůcky: žádné

Pravidla: Tábor policistů se snaží rozehnat skupinku demonstrantů protestujících proti globalizaci. Na začátku se hráči rovnoměrně rozdělí do dvou nesmiřitelných táborů policistů a demonstrantů. Demonstranti na zemi vytvoří spleť těl tak, aby tvořili co nejpevnější celek. Úkolem policistů je do vypršení časového limitu (libovolný), roztrhnout od sebe všechny demonstranty za použití přiměřených prostředků (a to samé platí i pro demonstranty tzn. žádné kopání, škrábání, kousání atd.).

Fotbal na jeden dotyk (Zeus)

Místo: otevřené okolí

Hráči: alespoň 10 lidí – 5vs5

Pomůcky: míč, kužel, branky (stačí jednoduchý)

Pravidla: Dva teamy hrají fotbal, na tom se nic nemění, ale míče se může dotknout jen jednou, pak musí jít oběhnout kužel a zas se může vrátit do hry (neplatí pro brankáře). Když se dotkne hráč vícekrát míče, ztrácí ta strana míč. ... kužel se dává na vzdálenost (určuje počet hráčů)...

Chyť poklad (Tomáš H.)

Pravidla: Zvolí se jeden hráč jako poklad (ten může jenom utíkat a nenechat se chytit). Dále dle počtu hráčů se zvolí obránci do 5 lidí jeden, do 10 dva obránci a tak dál. (případně se upraví dle agresivity hráčů) obránci chytají a nesmí se vzdálit od pokladu dál než jeden až dva metry. Ostatní se snaží dostat poklad. Pokud je poklad chycený, poklad stává se obráncem. Ten obránce, jenž je nejdéle obráncem se stává chytačem při chycení pokladu. Kdo je chycen obráncem dostává trest (oběhnout barák, 10 kliků, 10 dřepů, atd.) Záleží na náladě vedoucího hry.

Indiánská házená (Zajíc)

Účel: týmová spolupráce

Místo: rovná louka

Délka: 10-20 min

Hráči: dvě skupiny, tedy nejlépe i sudý počet hráčů

Pomůcky: míček (tenisák)

Pravidla: hráči se snaží hodit míček do protivníkovy branky, ale musejí mít přitom nabito (stačí si nahrát, ale nabít se může i od nepřítele, když se míček chytí), s míčkem se může běhat, ale když tě protivník plácne, tak se musí stát na místě a buď nahrát, nebo střílet na branku. V brance může být brankář, nebo nemusí, záleží na dohodě v týmu.

Kámen, nůžky, papír (Čenda)

Účel: vyběhání se

Místo: venku

Délka: cca 10 minut

Hráči: dva týmy s libovolným počtem hráčů

Pomůcky: nic

Pravidla: Utvoří se dva týmy. Každý tým utvoří řadu tak, aby první hráč z jednoho týmu byl naproti hráči z druhého týmu (cca 20m od sebe). Po startu vyběhnou první z obou týmů proti sobě a dají si kámen-nůžky-papír. Ten, který vyhraje, běží dál proti dalšímu soupeři. Ten, který prohraje, se vrací na konec řady svého týmu. Vyhrává ten tým, jehož hráč se dostane za startovní čáru soupeřova týmu.

Kdo donese nejdál (Vašek M.)

Účel: běhací, odhadnutí času

Místo: volný prostor

Délka: cca 10 min (záleží na počtu kol)

Hráči: 5+

Pomůcky: každý hráč nějaký malý předmět, jiný než ostatní (např. KPZ); stopky

Pravidla: Na pokyn vedoucího vyběhnou všichni hráči se svým předmětem od startovní čáry stejným směrem. Cílem hry je položit svůj předmět co nejdál od čáry a v časovém limitu se stihnout vrátit zpět za čáru. Vyhraje ten, kdo položí svůj předmět nejdál a stihne se vrátit v limitu. Limit (5-30s) se v každém kole mění.

Kolík (Tedy)

Místo: na louce

Délka: 15 min

Pomůcky: dřevěný kolík

Pravidla: Jsou 2 týmy. Jsou od sebe 20 metrů (může být více vzdálené či méně), uprostřed je kolík. Každý v týmu má své číslo, které si rozdají na začátku hry v týmu. Vedoucí hry zakřičí nějaké číslo, ten, kdo má toto číslo vyběhne, seber kolík a vrátí se zpět. Ovšem vybíhají dva lidi zároveň – z každého týmu 1. Pokud někdo má v ruce kolík a plácne ho někdo z druhého týmu, vyhrává ten, který ho plácnul. Za každé kolo, kdy se kolík přinese zpět k týmu, se získává jeden bod. Pokud se dva soupeři setkají u kolíku a nikdo z nich nechce kolík vzít, vyhlásí se další číslo.

Kýblovka (Matěj H.)

Účel: pohybová týmová hra s násilnými prvky

Místo: louka

Délka: 2x 10 minut

Hráči: dva týmy

Pomůcky: 2x kbelík (kýbl), malý míč

Pravidla: Hra se hraje nejlépe na rovné louce bez kamenů a jiných úrazotvorných objektů. Základní pravidla jsou jednoduchá, dostat míč do kýble soupeře. S míčem se nesmí chodit, povolen je jeden "odrazový krok" (pro odhod míče, pro odskok...). Dále je zakázáno stoupat do okruhu zhruba jednoho metru okolo koše. Hra je kontaktní. Pokud má někdo míč moc dlouho, zpravidla se stává, že na něj někdo skočí, kdo mu jej chce vytrhnout. Důležitá jsou fair play pravidla souboje o míč - kromě základních (nesmí se kopat, kousat, štípat atd...), je tady pravidlo, že v jednom souboji o míč musí být vyrovnaný počet lidí z každého týmu (1na1, 2na2, 3na3 atd.). Pokud se převrhne kýbl, obránci ho okamžitě zase staví do původní pozice, i když míč lze umísťovat i do převrženého kýblu. Kromě této situace se nikdo kýblu nesmí dotknout. Po umístění míče do kýblu, rozehrává od svého kýblu družstvo, které právě dostalo gól.

Poznámky: lékárnička nutná

Na mraky a vítr (Bagr)

Účel: pobavit se a vybit energii

Místo: kdekoliv na louce, kde nehrozí napíchnutí se na něco

Délka: Tak dlouho, dokud mají hráči energii. Jeden mrak většinou vydrží asi 5 minut.

Hráči: 2 stejně silné týmy proti sobě. Počet hráčů omezen není, ale ideál je tak 10 – 15 v jednom týmu.

Pomůcky: stopky

Pravidla: Hráči se rozdělí na dvě skupiny a stoupnou si od sebe ve vzdálenosti cca 30 metrů. Na pokyn se jedna skupina (mrak) chytne a splete tak, aby je druhá skupina (vítr) nemohla roztrhat. Mezířím už vítr běží za mrakem a snaží se ho roztrhat. Stopuje se, jak dlouho mrak vydrží, po roztrhání mraku se mrak vymění s větrem. Která skupina vydrží jako mrak déle pohromadě, ta vyhrála.

Poznámky: Když se vítr snaží roztrhat mrak, tak musí dbát na bezpečnost hráčů, aby jim neutrhali ruce, nebo aby se nestalo něco horšího.

Mravenci (Tweety)

Účel: spolupráce, obratnost

Místo: otevřené prostranství např. louka, park, tělocvična

Délka: asi 10 min

Hráči: hra se hraje ve 2 družstvech po 6-20 lidech

Pomůcky: nejsou

Pravidla: Hráči ve hře představují mravence, kteří se snaží dostat ke sklenici medu přes medem zalepené území. V tomto území se mohou hráči pohybovat pouze po tělech svých spoluhráčů – tzn. první hráč si lehne na začátek území, druhý po něm přeleze a lehne si před něho. Jakýkoli dotyk země znamená přílepení. Vyhraje to družstvo, které se dostane nejdál a nejdřív za použití všech členů družstva a hráč který lezl první, se může zvednout a po svých spoluhráčích pokračovat vpřed.

Na motýly (Jan Š.)

Účel: Jedná se o prudce běhací hru, jejímž účelem je vyběhat se a zjistit kapacitu svých plíc.

Místo: Ideální prostor je rozlehlý, přiměřeně rovný terén s lehkými, nebo žádnými překážkami.

Délka: asi 15 min

Hráči: Ideální počet hráčů je sudý a tedy rozdělitelný na dvě družstva po 10-15 lidech.

Pomůcky: dvě víčka od ešusu (nebo věci tomu podobné), brček tolik, kolik je hráčů, dvě fotografie (popřípadě texty) rozstříhané na mnoho kousků

Pravidla: Hráči se rozdělí do dvou skupin a každý kromě dvou (v každém družstvu jeden) dostanou brčka. Člověk bez brčka je „kapitán“, který ostatní pobízí k aktivitě a skládá obrázek (text) z ústřížků přinášených motýly. Ti je nosí z přiměřeně vzdáleného místa způsobem, že nasají na sosáček (=brčko) ústřížek a podtlakem ho drží na brčku. Papírků se smí rukama dotýkat jen kapitán. Vítězí tým, který jako první poskládá obrázek, nebo nahlásí znění textu koordinátorovi hry (rozhodčímu).

Nabíjená (Radar)

Účel: Sportovní hra

Místo: Hra se hraje venku, u nějaké budovy, která lze obíhat, nebo jiného podobného objektu.

Délka: 25-60 minut

Hráči: max 40 lidí

Pomůcky: Tenisák, pokud nebude k dispozici minimálně 6 tenisáků, lze použít papírové koule.

Pravidla: Začíná se rozdělením do třech až čtyř skupinek po cca 6 až 10 lidech. V té jedné skupince se rozdělí na dva tři (nebo čtyři), kteří budou obíhat budovu (nebo jiný objekt) s papírovými míčky, nebo tenisáky (podle toho co bude k dispozici, vhodnější jsou tenisáky). Tím, že jednou oběhne jeden člověk ze skupinky s tenisákem v ruce objekt se tenisák „nabije“ a předává se zbylým členům skupinky. Ostatní členové však čekají o cca 30 metrů dál, a musí držet jednoho, který tenisák bude házet, tzn., že třeba 4 zbylí členové drží jednoho v poloze ležmo, který tenisák bude jako jediný házet na připravený terč (cca 3-5 metrů daleko), na kterém jsou vyznačeny body (jako při šípkách), čím víc doprostřed se tenisák hodí, tím má skupinka více bodů. Hra trvá minimálně 25 minut, maximálně 1 hodinu, pak jsou lidé většinou unavení. Pozice se mohou průběžně každých 10 minut střídát = někdo kdo prvních 10 minut běhal, může jít střídět body. Ta skupinka, která bude mít na konci nejvíce bodů, vyhrává.

Ninjovský souboj (Tesák)

Účel: protažení svalů, procvičení reflexy

Místo: louka, les

Délka: 5 – 10 min./jedno kolo, hraje se na víc kol

Hráči: 5 – 10, při více hráčích se rozdělí do více skupin

Pomůcky: žádné

Pravidla: Hráči se na začátku hry postaví do kruhu a snaží se zapamatovat pořadí, jak kdo stojí. Poté následuje pozdrav, (obvykle úklona) a odskočení do

bojového postoje. Poté se hráči střídají v pohybu, jak šli po sobě v kruhu. Pohyb musí být jeden plynulý, celým tělem. Účelem je praštit jiného hráče přes ruku, (od zápěstí, dlaň, hřbet, prsty.) Ten hráč je potom vyražen a čeká na další kolo. Na vás útočícímu pohybu se můžete vyhnout také jedním souvislým pohybem. Pokud se hráč pohne jindy než má, nebo jinak poruší pravidla, musí si stoupnout do pozoru a dát ruce před sebe a vyčkat, než přijde na řadu.

Pevnosti (Bidlo)

Účel: akční hra založená na taktice a procvičení „fyzicky“

Místo: kdekoliv, nejideálnější je les nebo nerovný terén (na rovině je to docela nuda :D)

Délka: 20 minut (1 kolo)

Hráči: sudé počty družstev (4- 30), pokud jsou dvě (více – tři družstva :3 atd.) Nejideálnější jsou dvě skupiny, ve větším počtu jich může být klidně víc s tím, že je určeno, na koho se útočí a proti komu se brání

Pomůcky: míčky, pevnosti (kbelíky nebo lana)

Pravidla: Hráče rozdělíme do družstev (pokud jsou víc , než dva, tak se určí, proti komu útočí) . Účelem družstva je naházet , co největší počet míčků soupeři do pevnosti. Na začátku dostane každé družstvo 3 míčky. Míčky lze získat u dvou či třech pašerácích, když jsou chyceni. Pašerák daruje družstvu míčky, které má u sebe a odebere 1 míček z jejich pevnosti (pašeráci by měli být rychlí). Na konci se sečte, kolik míčků je v jednotlivých pevnostech (+ míček v soupeřově pevnosti, - míček ve vlastní pevnosti). Princip je naházet co nejvíce míčků do soupeřovy pevnosti a nemít ve své žádný, s tím, že jsem neupřesnil, že tam musí být tři týmy, protože vždy jeden tým chytá druhý (obrana), ale je chytán těmi, proti komu útočí.

Podlézaná (Joža K.)

Účel: pro zasmání, pohybová

Místo: kdekoliv, venku na louce, v lese nebo i vevnitř

Délka: 5-10 minut, záleží na počtu hráčů a na délce trati

Hráči: 10- 30, čím víc tým je to větší sranda

Pomůcky: kus krepáku (provázku)- cokoliv na vyznačení tratě

Pravidla: Hráči se postaví do řady za sebe co neblíže k sobě a rozkročí nohy a musí projít určitou trať. Tak, že poslední, kdo stojí v řadě, podleze celou řadu a stopne si na začátek a tak je to pořád dokola.

Poklad (Paleček)

Účel: Rozvinout kromě fyzicky i spolupráci a strategii.

Místo: Hra se dá hrát nejlépe na volném prostranství, louce. Pokud by to bylo nezbytné, dá se hrát i v řídkém lese.

Délka: Trvat by měla 15-20 minut, podle toho jak vyrovnané budou týmy, nebo do kolika bodů se rozhodnou hrát.

Hráči: Budou hrát dvě družstva. Čím víc tím líp. Ideální počet je ale přibližně 15 členů v jednom týmu.

Pomůcky: Dva předměty, které poslouží jako poklad. Mohou to být láhve, nebo nůž či cokoli jiného. Dále jsou potřeba věci na vymezení pole. Dobře poslouží mikiny a bundy, které se položí do řetězu.

Pravidla: Hráči jsou rozdělení do dvou družstev. Každé družstvo se snaží získat poklad protivníků a ubránit svůj vlastní poklad.

Hrací plocha je rozdělena na dvě poloviny. Okraje se značit nemusí. Šířka pole max. 20 metrů. V hloubce 5-10 metrů je v poli na obou stranách od střední čáry vymezen menší kruh s průměrem +/- 3 metry. V něm je schován poklad. Tým, který tento poklad hlídá a snaží se získat poklad soupeřů, do kruhu nesmí vejít.

Pokud je hráč na svém území, tzn. na své polovině bez kruhu s pokladem, může dohonit a „zmrazit“ nepřátelské hráče dotekem ruky. Kruh s pokladem je domeček, kde jsou hráči v bezpečí. Zmražený hráč na místě čeká tak dlouho, dokud jej jiný jeho spoluhráč nerozmrazí opět dotykem ruky. Tento hráč se musí okamžitě vrátit ke kruhu na své polovině, než se může zase vydat do útoku. Cestou zpátky přes nepřátelské území může být znovu zmražen. Pokud se některému družstvu podaří dostat svého hráče k pokladu, musí ho ještě donést domů. Pokud se mu to povede, tak získal jeden bod. Pokud ho ale při cestě chytanou, tak bod získávají nepřátelé. Je na týmu jakou provedou strategii. Jestli budou v defenzivě a nenechají nepřátele s pokladem utéci, což je ale strašná nuda, nebo vymyslí plán, jak hráče i poklad bezpečně dostanou přes nepřátelské území.

Poznámky: Vzhledem k ne zrovna přehlednému značení pole není jisté, kdy je hráč ještě ve svém poli, nebo už na území nepřátel. V těchto případech vždycky vítězí útočník. Tedy ten, který mrazí. Pokud by se hra hrála na jasném a přehledném místě (hřiště...), tak je už jasnější kde zasažený hráč stojí.

Je na hráčích a na náladě do kolika bodů se bude hrát. Pokud jsou hráči aktivní a nezpomalují hru, může jedno kolo trvat okolo 5 minut. Ideální je hrát do tří bodů.

Poldové a zloději (Mates)

Účel: jedná se o ryze sportovní hru tzn. tupě běhací :D

Místo: venku – lepší členitější terén

Délka: 15-30 min

Hráči: 8-30, typ skupiny – např. sudý počet, dvojice, 3 družstva) – 2 družstva

Pomůcky: šátek nebo jiná věc na schování

Pravidla: Hráči se rozdělí přibližně do 2 skupin a to tak, že skupina poldů bude o něco menší, než skupina zlodějů. Skupina policistů společně schová šátek (poklad), tak aby nebyl zcela jasně vidět, ale přitom aby byl alespoň nepatrně k zahlédnutí. Zloději samozřejmě netuší, kde je poklad ukryt. Účelem hry není nic jiného, než úspěšné odcizení pokladu zloději a přitom tým policistů se jim v tom snaží zabránit dotykem. Kdykoliv se policista dotkne zloděje, odvede ho na předem určené místo, kde zloděj musí vyčkat, dokud ho někdo z volných zlodějů nevysvobodí. Hra končí ve chvíli, kdy je poklad odnesen z hracího pole.

Poznámky: typická hra pro náš oddíl

Ponorky (Golo)

Účel: Je pohybová to hra na jistou spolupráci ke zničení cizí ponorky.

Místo: Hraje se venku na louce.

Délka: 20 minut

Hráči: pro 12 až nekonečno, hráči jsou rozdělení do 3-5 skupin

Pomůcky: šátek na zavázání očí

Pravidla: Hráči se rozdělí do stejně velkých skupin. A vytvoří si ponorku. Ponorka: Hráči se postaví za sebe do zástupu a chytanou se za pas nebo za ramena. Všichni, kromě posledního člověka, mají zavázané oči šátkem. Ten poslední je totiž kormidelník a slepí jsou torpéda. Protože pod vodou se nedá mluvit tak se musí domluvit, jak se budou dorozumívat. Například: Zaklepání na levé rameno – zatoč doprava. Signál vysílá kormidelník a ostatní si ho předávají dopředu. Jeden signál musí být věnován k vystřelení torpéda. Torpédo je vždy člověk stojící vepředu ponorky. Vystřelené torpédo se pak snaží běžet co nejrovněji a nejrychleji aby zasáhlo nepřátelskou ponorku.

Vystřelená nevybouchlá torpéda se mohou i sbírat a to tak že přijede ponorka k torpédu a zařadí si ho zpátky do zástupu.

Ponorka nemůže střílet, když zbydou v ponorce dva (kormidelník a slepec před ním.)

Jak se může ponorka potopit:

- Je-li zasažena cizím torpédem. To je, když se jí dotkne cizí torpédo.

- Když se dvě ponorky srazí.

- Když se rozdělí na více částí než jedna.

- Když narazí na cizí vrak.

V takovém případě ponorka končí hru, sundá si šátky, dřepne si na zem a stane z ní vrak.

Začátek hry: Hráči jsou rozmístěni do krajů louky tak aby byli stejně od sebe.

Cíl hry: Zničit ostatní ponorky a zůstat poslední přeživší.

Bezpečí: Některý dobrák z důvodů bezpečnosti musí hlídat vystřelené torpéda.

Rozdupka (na schovávanou trošku jinak) (Cvrček)

Účel: umění schovat se nebo někoho najít

Místo: někde kde se dá dobře schovat ale je tam vhodný terén pro umístění rozdupky

Délka: podle pikajícího, někdy ta hra nemá konce

Hráči: kolem deseti

Pomůcky: prkénko, špalík a klacíky

Pravidla: z hráčů se vybere jeden pikající, ostatní se budou schovávat. Sestaví se rozdupka, tak že na polinko položíme prkénko tak aby vzniklo něco podobné houpačce, na jednu stranu naskládáme klacíky a druhou necháme volně čouhat nahoru. Pikající si rozdupne rozdupku (šlápne na konec prkénka bez klacíků) klacíky se rozlétnou a pikající je začne sbírat, až znovu postaví rozdupku může začít zapikávat ostatní, rozdupka funguje také jako pikola, pokud někoho chce zapikat musí přiběhnout k rozdupce dotknout se jí a říct: „deset dvacet támhleten, v té červené čepici pod tím velkým smrkem atd.“, ostatní hráči mají za úkol kromě toho že se mají schovat snažit se znovu rozdupnout rozdupku aniž by je pikající zapikal, když je už někdo zapikáný a rozdupne se rozdupka je zase volný a může se jít schovat. Takže se rozdupku nevyplatí rozdupnout dřív než je aspoň jeden zapikáný. Hra končí po zapikání všech, nebo až se uzná za vhodné, může se protáhnout kvůli stálému rozdupávání.

Poznámky: Tato hra je velice zábavná, ale je problém najít správné místo se schovkami a vhodným místem na rozdupku.

Uzel (Tweety)

Účel: spolupráce, pro zasmání

Místo: kdekoliv kde se dá udělat kruh

Délka: asi 5 min

Hráči: je jedno kolik

Pomůcky: nejsou

Pravidla: Vytvoříme kruh, natáhneme ruce před sebe, zavřeme oči a chytíme ruku někoho jiného a to každou rukou jinou rukou. Ten kdo nemůže najít ruku, ji dá nahoru nad uzel rukou a najde přebývající ruku. Tehdy se musí každý držet někoho. Otevřeme oči a můžeme řešit uzel. Pravidla: nesmíme se chytit sami sebe, nesmíme se pustit během hry.

Vesmírná Válka (Pišto)

Pomůcky: každý potřebuje nějakou pokrývku hlavy

Příběh: Dnes se 2 největší organizace vyjádřili, že budou těžit jednu velmi vzácnou surovinu mimo planetu Zemi. Problém je v tom že ta vzácná surovina je jenom na jedné planetě a tyhle 2 společnosti si nedokážou sami domluvit hranice. Proto vybrali vás, abyste to vyřešili...

Pravidla: Hráči se rozdělí do 2 skupin (společností). Cílem této hry je zneškodnit druhou společnost a tím zvýší hranici těžby. Jak to udělat? Velmi jednoduše, na cizí planetě není kyslík, a proto musí mít každý na sobě skafandr (čepici), když mu tento skafandr strhnete, ztrácí tím protihráč kyslík a je mrtev. Ale aby to nebylo tak rychlé, tak každá společnost má na planetě svojí základnu, kde si hráči můžou 3x nabrat kyslík a tím mít možnost znova hrát.

Vrah ve městě (Pytris)

Místo: Hra probíhá venku. Měla by se hrát ve velkém okolí (dlouhá trasa), klidně i v lese (i když se jedná o městskou hru) nebo klidně i ve městě nebo ve vesnici.

Délka: Hra trvá pouhých 5 minut (kdyby vrahové vůbec nestíhali tak by v další hře bylo třeba 7 minut), může jich být klidně i 8 her po sobě, že v každé další hře si zase všichni budou brát nové kartičky.

Hráči: Může hrát libovolný počet lidí.

Pomůcky: stačí papírky nebo kartičky, stopky a propiska na zapsání rolí, to je vše!

Pravidla: Na začátku hry si všichni berou jednu kartičku ze stolu. Na kartičkách jsou čtyři různé funkce - občan, vrah, policista, léčitel - Občanů je v městě samozřejmě nejvíce, ti hrají takovou neutrální roli a jejím jediným cílem, je přežít tuhle hru. Může jich být třeba deset nebo i dvacet pět, záleží na počtu hráčů. Další roli hraje Vrah - pro střední počet hráčů se hodí dva vrahové< vrah má lehký pro někoho těžký úkol a tím je zabít všechny občany ve městě, tím, že se jich rukou dotkne, tak občan automaticky vypadává ze hry a jde si sednout na místo, kde si bral tu kartičku a čeká na další hru. Když ho vrah plácne, nesmí však vykřiknout, že je mrtvý nebo něco v tomhle smyslu, by zkazil vrahům celou hru, jde úplně potichu bez jediného slova, protože mrtví lidé už nemluví a sedne si. Vrah však nemůže zabít Policistu ani Léčitele, těch se právě, že bojí, protože mu kazí jeho cíl - Další roli hraje Policista- a ten má za úkol zdržovat vrahy, tím, že je bude držet nebo je shodí na zem a bude se snažit o to, aby ve městě zahynul co nejmenší počet jedinců nebo-li občanů, je nesmrtelný, tak se nemusí ničeho bát, měli by být dva, až je to vyrovnané. A čtvrtá role taková méně zábavná, je

pouze pro jediného hráče, který si tu kartičku zrovna vybere. Má za úkol nenápadně se pohybovat mezi hráči nebo si někam sednout, je také nesmrtelný a ostatní hráči si ho mohou pouze všimnout, že když se ho nějaký Vrah dotkne, tak že stále je ve hře a nejde si sednout, je velmi těžké odhadnout s občanů kdo ten Léčitel ze všech lidí vůbec je. Léčitel má výbornou schopnost pro občany, kteří ještě žijí a hrají ve hře, když se ho nějaký občan rukou dotkne, tak mu léčitel potichu řekne, až to nikdo neslyší, že je léčitelem a má náhradní život, pro případ, že by ho zabil Vrah, tak má ještě jednu šanci, tu však vrahovi už neřekne. Však i takhle nabídka pro občana je bohužel omezená, může se dotknout pouze Léčitele jednou za hru, kdyby přišel o svůj náhradní život pouhý Občan, tak život už od něj podruhé nedostane navíc.

Jde prostě o zážitek a zároveň o strach, že jedinec zemře, protože na začátku nikdo neví kdo je, stejně jako ve hře Bang nebo Městečko Palermo, při hře se může normálně mluvit a třeba občan může i fixlovat, třeba, že se rozběhne na ostatní občany a dělá ze sebe vraha a oni mu to opravdu věří, nesmí se jich však dotknout, protože by porušil svou roli.

Ještě jedná poznámka pro vraha- měl by se v nejlepším na začátku chovat nenápadně a třeba normálním tempem chodit kolem občanů a dotýkat se jich potichu, protože když na začátku bude běhat jako o život a chytat ostatní, tak všem bude hned jasné, že právě před ním se musí schovat a vrah to bude mít předem prohrané, jestli-že se druhý vrah nedopustí taky téhle chyby.

Vyved' ho z míry (Mig)

Účel: Obratnostní a taktická hra. Cílem je vyvést druhého z míry.

Místo: jakékoli rovné místo s dostatkem prostoru

Délka: do 15 minut

Hráči: 2-30 (dvojice)

Pomůcky: Žádné

Pravidla: Hráči vytvoří dvojice (pokud možno vyrovnané výškou a váhou – ale není podmínkou. Hráči se postaví čelem proti sobě tak, aby rukama pohodlně dosáhli druhému na ramena (cca 30 cm vzdálenost špiček bot). Dále hráči ohnou paže v předpažení tak, aby směřovali celou plochou dlaní k partnerovi. Úkolem je úderem dlaní vychýlit druhého ze základního postavení (jakýkoli přešlap). Není dovolen kontakt jinou částí těla. Před koncem hry mohou hráči udělat turnaj o nejlepšího Míru – vítěz souboje v dvojici vždy postoupí dál...
Variace:

- Lze použít pouze jednu paži.
- Hráči mají po celou dobu přetlačování i taktizování dlaně v kontaktu.
- Z dvojic je možné vytvořit družstva. Za úspěšné vychýlení získává družstvo 1 bod. Soutěž lze omezit se časově nebo počtem bodů.
- Ztížené podmínky mají hráči ve dřepu nebo ve stoji na jedné noze.

Poznámky: Převzato z knihy: NEUMAN. Dobrodružné hry a cvičení v přírodě. Portál, Praha 2011.

Za každým hráčem by měl být dostatek volného místa.

Zed' (Majkl)

Účel: Hra slouží ke spolupráci lidí tvořící zed'.

Místo: Hra se nejlépe hraje někde na louce/volném plácku v přírodě.

Délka: Podle chuti

Hráči: Hráči jsou rozděleni do dvou skupinek např. po deseti až dvaceti.

Pomůcky: Žádné (můžou se hodit fáborky na ruku, aby se poznalo, kolik hráčů se dostalo do druhé skupinky).

Pravidla: Hráči jsou rozděleni do dvou skupinek max. po dvaceti, postaví se do řady naproti sobě ve vzdálenosti asi deseti metrů. Hráči představují dvě zdi stojící naproti sobě a úkolem je, aby člen třeba z první zdi se rozběhl a prorazil zed' naproti sobě. Hráči se přitom drží za ruce tak pevně, aby ji útočník neprorazil, když ji prorazí, vybere si buď hráče z levé, nebo pravé strany. Cílem hry je získat převahu hráčů z druhé strany zdi.

V elektronické podobě bude fitník ke stažení na webových stránkách kurzu – www.corda.cz. Stáhnout si také můžeš fitníky z předchozích ročníků Cordy.

Ze zaslaných fitek jednotlivých frekventantů sestavil Frantáre.