

# Míčové hry pro zrakově postižené

(Mgr. Robert Vachule, Strašnická 27, Praha 10, tel.: 272658649 vachuler@volny.cz)

Kladli jsme vždy značný důraz na míčové hry, protože jejich působení na hráče je neobyčejně všestranné a rychle se přemísťující centrum děje mobilizuje neustále pozornost všech hráčů.

Pravidla míčových her pro hráče se zrakovým postižením musí brát v úvahu tato kritéria:

**a)** Oproti normálně vidícím vrstevníkům je **reakční čas** hráčů se zrakovým postižením **delší** (hru je třeba zpomalit a snížit odskok míčů - obé nám splní molitanové míče pokud je možno jich použít).

**b)** Vymezení hrací plochy i počet hráčů musí **umožňovat** hráčům se zrakovým postižením **dobrý přehled** o hře. Pro nevidomé jsme hřiště zpravidla vymezovali „trenýrkovou“ gumou napjatou ve výši stehen (může, ale nemusí být ještě ozvučena zavěšením rolničků. Pokud rolničky zavěsíme do definovaných míst, slouží zároveň orientaci na hřišti). Případně je možno na parkety nalepit kobercovou pásku a podložit ji silnějším provázekem.

**c)** Je nutné vyloučit možné nehody při boji o míč i nebezpečí **úderu do hlavy** tvrdým míčem u některých hráčů (kde je nebezpečí odchlípení sítnice; brát v úvahu i eventuální přítomnost silných brýlí - opět jsou vhodné molitanové míče).

**d)** Většina slabozrakých hráčů má potíže s **vysoko letícími míči**, zvláště za náročnějších světelných podmínek.

e) Pro nevidomé je třeba ještě dobře ozvučeného míče.

**Ozvučené míče** prodávané v obchodě jsou pro naše rekreační použití zpravidla příliš drahé, a je proto vhodnější vypomoci si amatérskými úpravami.

**Pingpongový míček** provrtáme vrtáčkem na kov o něco menšího průměru než jsou malé skleněné korálky, které pak otvorem násilím vmačkáme dovnitř. Samy ven už nevypadnou. (Vrtání lze provádět jen v ruce bez vrtačky).

Druhý způsob je nařiznutí míčku ve tvaru „V“ tak, abychom vmačknutým odchlípením několik drobných skleněných korálků protlačili. Můžeme pak zakápnout lepidlem a po zaschnutí zabrousit pilníčkem na nehty.

**Tenisový míček** provrtáme na několika místech silnějším vrtákem vrtačkou nebo ostrým průbojníkem. Jeden otvor poněkud prořízneme tak, abychom jím mohli dovnitř protlačit rolničku.

**Nafukovací vodní míč** z PVC ozvučíme vsypáním broků nebo rýže, nejlépe však vložením rolničky. K tomu je však třeba do míče proříznout otvor. Nejvhodnější místo k proříznutí otvoru je asi kruh proti nafukovacímu otvoru, v němž jsou spojeny všechny díly pláště. Otvor pak zalepíme záplatou vystřiženou ze starého míče příslušným lepidlem nebo koupenu záplatou. Záplata v tomto místě dobře drží, je však třeba dát pozor, abychom k záplatě nepřilepili i protější stranu míče. Je proto vhodné míč nechat schnout v částečně nafouknutém stavu. Záplatu zatížíme a míč dobře zapřeme, aby nám z něj těžitko nespadlo. (Pomalejší létání míčů, menší odskakování a bezpečnost při úderu do hlavy nám při některých hrách může vyhovovat.) Ještě vhodnější jsou pestré **tylové míče** s duší z velkého poutového balonku. V době psaní tohoto textu se však už nikde nevyrábějí a musíme si je ušít sami. Je to z tohoto materiálu poměrně obtížné a navíc náročné na

přesnost provedení (aby nebyl míč šišatý). Střih si uděláme buď podle nafukovacího vodního míče nebo sešijeme 12 pětiúhelníků (jejich mírně zaoblená hrana měří asi 9cm) do tvaru koule. Nakonec necháme malý otvor, kterým ušitý míč obrátíme naruby a vsuneme jím do míče nafukovací balónek. U otvoru jsme si nechali větší cíp materiálu a po nafouknutí a zatočení balónku jím otvor překryjeme a zastrčíme jej pod plášť míče. Z hlediska trvanlivosti použijeme raději silnější a větší balónky než jsou používány běžně na poutích. Ty však musíme kupovat přímo od dovozce balónků. Míč výborně rámusí, takže do něj stačí vkládat co nejmenší skleněné korálky nebo malé broky. Popsaná výroba je sice pracnější a dá zabrat i vyučené švadleně, výsledek je však mnohem kvalitnější než jsou vodní míče. Ozvučení je daleko lepší a dobře vyrobený míč je tak lehký, že si s ním nevidomý může i pinkat.

**Pevné gumové míče** z Gumotexu Břeclav můžeme také snadno ozvučit ventilkovým otvorem. Z otvoru do míče pokračuje gumová trubička, která se nejprve rozšiřuje - v rozšíření je skleněná kulička - a potom opět zužuje. Do otvoru vsuneme tvrdý zahnutý drátek, necháme míč vypustit a pak kuličku podebereme a vyjmeme. (Je třeba to nacvičit.) Otvor namastíme nebo alespoň zvlhčíme a protlačíme jím do míče asi 10 kuliček z kuličkového ložiskového věnečku používaného u jízdnicích kol a několik maticek M4. K protlačování užíváme nejlépe pevnou plastovou tyčinku s tupým koncem, která trubičku neprotrhne. Potom opět míč nafoukneme (nejlépe kompresorem poněkud přefoukneme) a ventilkovou kuličku vrátíme na její místo. Tyto míče se však dnes po jejich zdražení už příliš nevyplatí, neboť rychle stárnou a zvláště při přefukování se brzy roztáhnou a vydrží pouze několik měsíců až rok.

**Volejbalové ozvučené míče** nám vyrobí v jejich opravně, kde nám do nich na požádání vloží obdobnou přinesenou náplň jako je zde popsána pro pevné gumové míče a opět je zalepí a sešijí. Je to sice poměrně drahé, ale míč má dlouhou životnost.

Dovážené prodávané míče jsou buď duté, z pevné gumy s otvory, ozvučené masivními rolničkami nebo s elektronikou uvnitř.

**Ozvučené náramky** slouží k sluchové lokalizaci při hře hráčů. Čím starší a zkušenější hráči, tím méně náramky užíváme. Ozvučené náramky jsou široké řemínky z kůže nebo gumy. Jsou na nich připevněny 2 až 3 rolničky (každá je navlečena na malém kovovém kroužku od klíčů, který je přišit k řemínku), řemínek je opatřen přezkou.

Při úpravách pro slabozraké hráče jde zpravidla o dostatečně kontrastní míč a zřetelné vytyčení hřiště. Dále pak často o určité zpomalení, eventuálně snížení hry (omezit vysoko letící míče).

## Sálová kopaná

(s použitím materiálu Fridricha Schleiermachersa upravil Robert Vachule), vhodné spíše pro homogenní skupinu

**Počet hráčů** - 2x3 až 2x5 (včetně brankáře).

**Místo** - malá tělocvična asi 10x15 m.

**Míč** - *molitanový* nebo měkký kožený s náplní z pěnové gumy, - pro nevidomé pak ozvučený gumový nebo volejbalový.

**Branky** - používáme malé branky, lze použít i díl švédské bedny postavený na jedné postranici a zajištěný z obou stran položenými lavičkami.

**Pravidla** - Hrajeme bez autů.

- Hráči včetně brankáře se nesmí dotýkat míče rukou.  
- *Míč se nesmí pohybovat výše než 1m nad zemí, jinak je nařízen nepřímý volný kop.*

- Vyskočí-li míč po prudké ráně výše, může rozhodčí buď přerušit hru a znovu vhodit, nebo (zejména u starších hráčů) nechá pokračovat ve hře.

- Na branku lze střílet až za polovinou.

- Ostře kopnutá branka, při níž letěl míč výše než 1m nad zemí, je hodnocena jako přestupek.

- Při hrubém chování nařídíme pokutový kop z 5m.

Rozhodčí nesmí připustit osobní souboje hráčů.

*Ve škole se nám osvědčilo hrát v tělocvičně naboso.*

Mimo barevně výrazných dresů lze i branku zvýraznit pruhem látky. Tato rychlá hra je u slabozrakých žáků nejoblíbenější.

## **Pravidla fotbalu kategorie B1 (v souladu s pravidly FIFA)**

Internacional Blind Sports Association

### **Pravidlo I. - Hřiště**

Hrací plocha bude vždy nezastřešená, aby byla zajištěna optimální akustika.

Není-li možné, z důvodu nepříznivého počasí - neustávající déšť, silný vítr, atd. - pokračovat ve hře, je nutné zajistit alternativní zařízení - zastřešené, které může mít dřevěný povrch, povrch ze syntetické gumy nebo podobného povrchu a tak zajistit pokračování hry. Alternativní hrací plocha musí být zastřešená a schválená organizačním výborem před zahájením zápasu.

1. **Rozměry.** Délka - 42 metrů (maximum) 32 metrů (minimum), šířka - 22 metrů (maximum) 18 metrů (minimum).

#### **2. Pomezí čáry**

Pomezí čáry jsou tvořeny mantinelem jejichž účelem je zajistit plynulý chod hry a vyhnout se tak stálému vhazování, což by zpomalovalo hru. Dále tyto ploty slouží k lepší orientaci hráčů. Výška mantinelu může mít rozměry od 100 do 120 cm a bude umístěn jeden metr za kolmicí od každého rohu koncové čáry.

#### **3. Metoda značení hřiště**

Hrací plocha bude vyznačena dle nákresu s viditelnými čarami 8 cm širokými.

Delší čáry, které označují hřiště se nazývají pomezí čáry a kratší jsou koncové čáry. Přes šířku hřiště, v polovině hřiště je půlící čára dělicí hřiště na dvě poloviny. Střed hřiště je jasně vyznačen bodem okolo něhož je kružnice o poloměru 3 m.

#### **4. Rohové části**

Z průřezu koncové a pomezí čáry bude vyznačen obdélník 20cm na 8 cm směrem k bráně na vnějším okraji koncové čáry a bude tak sloužit k orientaci hráče, který bude kopat rohový kop.

#### **5. Pokutové území**

Na každém konci hřiště 6 m od brankové tyče bude vyznačen polokruh směrem do hřiště s poloměrem 6 m. Nejstřednější částí polokruhu budou tvořit čáry 3 m dlouhé paralelně ke koncové čáře mezi tyčemi. Území tohoto polokruhu se nazývá pokutové území.

#### 6. Území brankáře

Tato část je území ve kterém se brankář pohybuje. Je to obdélník 5 m na 2 m. Delší čára povede paralelně s koncovou čarou, tedy 3 m gólové čáry plus jeden metr na každé straně od brankových čar s dvoumetrovou čarou vedenou v pravém úhlu ke koncové čáře.

#### 7. Bod pokutového kopu (penalta)

Na imaginární čáře kolmé ke koncové čáře vedené středem mezi brankovými tyčemi, bude vyznačen bod 6 m od koncové čáry. Tento bod je místem, ze kterého se střílí pokutový kop. .

#### 8. Druhý bod pokutového kopu

Ve vzdálenosti 9 m od koncové čáry na imaginární čáře vedené středem brány bude vyznačen druhý bod pokutového kopu.

#### 9. Území určené ke střídání

Střídání může být provedeno centrálním vchodem umístěným naproti stolku časoměřiče nebo z koncové čáry příslušného družstva, není-li centrální vchod.

#### 10. Branky

Branky jsou umístěny na koncové čáře uprostřed a jsou tvořeny dvěma vertikálními tyčemi vzdálenými od sebe 3 m (vnitřní míra) a budou spojené břevnem jehož vnitřní míra od povrchu je 2 m. Šířka a tloušťka tyčí bude 8 cm. Tyče a břevno musí být stejně široké. Síť musí být připevněna k brance ze zadu a musí být dole fixována k tyči nebo jinak.

#### 11. Hrací povrch

Hrací povrch musí být z cementu nebo podobného materiálu, hladký, nesmí být hrubý. Organizační výbor může povolit jiný přírodní nebo syntetický travnatý povrch.

V případě nepříznivého počasí viz pravidlo I, hrací plocha.

Poznámka:

#### **Brankové sítě**

Je povoleno použít nylonové sítě nebo sítě z juty, motouzu. Nylonové provazce nesmí být silnější než sítě motouzové a sítě z juty.

## **Pravidlo II - Míč**

Míč je kulatý, kožený nebo z jiného vhodného materiálu.

Žádný výrobce nesmí použít takový materiál, který by mohl způsobit zranění hráčů.

Obvod míče musí být v rozmezí 60 - 62 cm. Váha míče před zahájením hry nesmí přesahovat 540 gramů a nesmí být menší než 510 gramů.

Zvukový systém je vnitřní a umožňuje pohyb míče tak, aby když míč rotuje nebo se kutálí zůstává zvuk stejný a neohrožuje hráče.

Když je míč nějakým způsobem porušen a není vhodný ke hře z důvodu špatného zvuku, bude hra zastavena a míč vyměněn. Hra bude zahájena znovu vhozením míče v místě kde míč přestal být vhodný ke hře, stane-li se tak v pokutovém území bude míč vhozen do hry v místě mimo toto území.

Když je míč porušen v okamžiku, kdy se vrací do hry (např. výkop, výhoz, pokutový kop, druhý pokutový kop nebo roh) a než se ho dotkne jiný hráč, pak je míč nahrazen a akce se opakuje.

U časoměřiče je vždy ještě jeden míč připraven kdykoliv nahradit poškozený míč.

### **Pravidlo III: Počet hráčů**

1. Utkání hrají dvě mužstva, každé mužstvo tvoří 4 nevidomí hráči a jeden brankář, který vidí nebo může mít zbytky zraku (B2,B3)

V případě, že brankář vidí, nesmí být registrován v období posledních pěti let v Five-aside nebo fotbalové federaci (FIFA )

1.1 V každém týmu může být zaregistrováno nejvíce 13 reprezentantů, s následujícími funkcemi: 8 hráčů, 2 brankáři, 1 manažer, 1 asistent manažera, 1 fyzioterapeut nebo doktor.

1.2 Minimální počet hráčů pro zahájení hry je 5 (1 brankář a 4 hráči) a zápas mohou dohrát tři hráči (1 brankář a 2 hráči).

2. Náhradník může střídat, hraje-li se dle pravidel IBSA. 3. Maximální počet náhradníků je 5 (1 brankář a 4 hráči).

ROZHODNUTÍ: Minimální počet hráčů pro zahájení hry je 5. Zůstanou-li v poli méně než dva hráči jednoho či obou družstev, pak bude zápas zastaven.

#### **4. PRAVIDLA STŘÍDÁNÍ**

A) V průběhu hry může být střídán neomezený počet hráčů po znamení, které dá manažer časoměřiči.

B) V případě pokutového kopu nebo druhé penalty nesmí být vystřídán brankář kromě případu, kdy je hráč zraněn pak musí být kontrolován rozhodčím a lékařem, chybí-li pak fyzioterapeutem.

C) Střídání musí být dle následujících pravidel

1.- Střídající hráč musí vstoupit na hřiště ze strany poblíž centrálních dveří nebo přes koncovou čáru odpovídající vlastní bráně.

2. - Každé střídání musí být oznámeno PA systémem, který uvádí číslo hráče vstupujícího na hřiště a číslo hráče, který má být vystřídán, hrací čas je v průběhu střídání zastaven.

3.- Střídání musí být provedeno je-li míč mimo hru

4.- Diskvalifikovaný hráč může být vystřídán, ale nesmí se vrátit na hřiště a musí opustit hrací plochu.

5.- Vyloučený hráč může být vystřídán, ale nesmí sedět na střídačce. 4.1 - Role určené kapitánům obou týmů.

4.1.1- Reprezentovat tým v průběhu zápasu, oslovovat rozhodčího a jiné činovníky, udržovat sportovní chování spoluhráčů na hřišti.

Kapitán musí být odlišen od ostatních hráčů páskou na rukávě. Musí - li odejít z hřiště musí určit svého zástupce, který převezme jeho povinnosti.

#### **Pravidlo IV: Vybavení hráčů**

1. Hráči nesmí nosit žádné předměty, které by ohrožovaly ostatní hráče.
2. Obvyklou výstroj hráčů tvoří: tričko, trenky, ponožky, chrániče holeně a sportovní obuv. Sportovní obuv může být pouze: tenisky nebo boty z měkké kůže a gumové podrážky. Použití této obuvi je povinné.
3. Trika musí mít číslo, každý hráč jiné.
4. Brankář může mít tepláky. A jeho oděv musí být odlišný od ostatních hráčů a rozhodčích. S. Hráči musí mít zakryté obě oči, maskou z absorbující látky. Masky výše uvedené musí být vybaveny vycpávkami na přední straně a na obou temenních zónách. Toto opatření zajišťuje stejné podmínky všem hráčům, tím se vyhneme pojmovým rozdílům s ohledem na klasifikaci úplně nevidomých hráčů (vzory a měření, DODATKY)  
S.1 Rozhodčí nemusí povolit hru s chráničem, považuje -li ji za nebezpečnou pro ostatní hráče.

*Sankce:* Hráč, který poruší toto pravidlo bude vykázán ze hřiště, aby si upravil výstroj nebo doplnil části, která mu chybí. Hráč se může vrátit na hřiště, poté, co jeho výstroj zkontroluje jeden z rozhodčích. Hráč se může vrátit na hřiště, pouze v případě, je-li míč mimo hru.

#### **ROZHODNUTÍ**

Chrániče holeně musí být překryty podkolenkami a musí být vyrobeny z příslušného materiálu, který zajišťuje jistý stupeň ochrany (guma, plast, polyurethan nebo podobná látka).

#### **Pravidlo V: Hlavní rozhodčí**

Každý zápas musí řídit jmenovaný rozhodčí. Kompetence a výkon moci, daný herními pravidly, začíná v okamžiku, kdy rozhodčí vstoupí na plochu, kde je vyznačeno hřiště a končí v okamžiku, kdy tuto plochu opustí. V průběhu hry jejich pravomoc trestat je rozšířena na trestání porušení pravidel způsobených v době přerušování hry, když míč je mimo hru. Rozhodnutí hlavního rozhodčího je konečné.

#### **HLAVNÍ ROZHODČÍ**

A.- Bude uplatňovat pravidla.

B.- Nebude vynášet trest v případě, že kdyby tak udělal, zvýhodní tím mužstvo, které faulovalo.

C.- Zapisuje všechny incidenty, které se staly před, v průběhu nebo po zápase.

D.- převezme funkci časoměřiče v případě, kde žádný časoměřič není.

E.- Má moc zastavit hru, v případě porušení pravidel, a přerušit nebo definitivně odložit hru je-li to nutné kvůli počasí, špatnému chování diváků nebo z jiných důvodů. V takovém případě je nutné podat podrobnou zprávu kompetentním orgánům v řádném termínu a způsobem stanoveným v nařízení IBSA.

F.- Od okamžiku, kdy vstoupí na hřiště, upozorní každého hráče, který se bude chovat nevhodně a vyloučí hráče, který se opakovaně chová nevhodně. V takovém případě musí rozhodčí nahlásit jméno hráče, který se takto choval, kompetentní organizaci, v řádném termínu a způsobem stanoveným v nařízení IBSA.

G.- Nikdo, kromě hráčů a asistenta rozhodčího, nesmí vstoupit na hřiště bez svolení hlavního rozhodčího.

H.- Přeruší hru v případě, že je některý hráč vážně zraněn a zajistí rychlý odsun ze hřiště a okamžitě znovu zahájí hru. Je-li hráč jenom lehce zraněn, pak hra nebude zastavena dokud se míč nedostane mimo hru. Hráči, kteří jsou schopni odejít ze hřiště nebudou ošetřeni na hrací ploše.

I.- Vyloučí hráče, který se chová násilně, drsně, přehnaně hrubě nebo drze.

J.- Dá znamení k znovu zahájení hry po každém přerušení hry.

K.- Rozhodne zda-li míč splňuje podmínky pravidla II .

Dále je povinen zajistit klid diváků PA systémem a tak zajistit, bezpečnou hru dle pravidel.

Každý rozhodčí musí mít povinnou uniformu - triko, kalhoty a sportovní boty - kterou jsou jasně odlišeni od hráčů.

L. Hlavní rozhodčí musí mluvit směrem ke stolu časoměřiče jasně a klidně a podávat zprávu o situacích, které se staly v průběhu hry, aby mohli být hráči informováni PA systémem instalovaným vedle stolu časoměřiče, aby hráči byli zcela informováni a řízení PA systémem. Kvůli PA systému musí rozhodčí zajistit ticho v sále, aby se hrálo bezpečně a správně.

M. Hlavní rozhodčí musí též kontrolovat před a v průběhu zápasu správné posazení očních klapků a masky, která je překrývá.

N. Hlavní rozhodčí dohlíží na dodržování pravidla IV. (5) u každého hráče, který vstupuje na hřiště při zahájení hry nebo při střídání.

O. Hlavní rozhodčí, nebo jeho asistent musí kontrolovat sektor určený pro vodiče jak je specifikováno v nařízení a je rozdělen imaginární čarou na tři části

O.1.- Obranná třetina (brankář)

0.2.- Střední třetina (manažer)

0.3.- Útočná třetina (vodič)

#### ROZHODNUTÍ

Jestliže hlavní rozhodčí a asistent zároveň hlásí faul a liší se v tom, který tým má být zvýhodněn, pak platí slovo hlavního rozhodčího.

Hlavní rozhodčí i asistent jsou oprávněni udělit trest nebo vyloučení, ale v případě neshody mezi nimi platí rozhodnutí hlavního rozhodčího.

### **Pravidlo VI: Asistent (rozhodčího)**

Asistent je jmenován a pohybuje se na protější straně hřiště než je hlavní rozhodčí

Asistent má stejná práva jako hlavní rozhodčí kromě pravidla V(D). Dále pravidlo V (E) se vztahuje též na asistenta: Rozhodčí má právo, dle svého uvážení, zastavit hru při porušení pravidel. Má též následující povinnosti:

Asistent musí splňovat všechny nařízení FIFA a omezení IBSA. Dále musí zajistit ticho při hře kvůli PA systému a tím zajistit správnou a bezpečnou hru.

1.- Jestliže se zápas hraje bez časoměřiče, bude sledovat dvouminutový trest potrestaného hráče.

2.- Asistent i hlavní rozhodčí musí hlídat sektor určený pro vodiče jak je specifikováno v nařízení rozdělujícím imaginárními čarami na tři části.

0.1.- Obranná třetina (brankář)

0.2.- Střední třetina (manažer)

0.3.- Útočná třetina (vodič)

3.- Měří time out.

V případě nesprávného jednání asistenta, hlavní rozhodčí zajistí chod hry bez asistenta a bude o všem informovat kompetentní organizaci.

Asistent je vybaven píšťalkou.

#### ROZHODNUTÍ

Asistent musí být při mezinárodních zápasech.

### **Pravidlo VII: Časoměřič**

Časoměřič je jmenovaný a bude mimo hrací plochu na půlící čáře na stejné straně jako je střídací zóna.

Časoměřič musí splňovat nařízení FIFA a omezení IBSA. Dále musí zajistit ticho kvůli PA systému a tím zajistit bezpečnou hru dle pravidel.

Jeho posláním je:

A.- Zajistit správnou délku trvání zápasu jak je stanoveno v pravidle VIII. Za tímto účelem bude:



1- spouštět zastavené stopky při výkopu a zastavovat je při time outu, na požádání rozhodčího kvůli lékařskému ošetření nebo střídání.

B.- Měří dvouminutový trest hráčům.

C.- Oznamuje zvukem jiným než používá rozhodčí, konec první poloviny zápasu, konec zápasu nebo konec prodloužení.

D.- Zaznamenává time outy, které zbývají jednotlivým týmům a podává informace o nich rozhodčímu a týmům, oznamuje zahájení time outu po požádání trenéra jednoho z týmů (pravidlo VIII -4).

E.- Počítá první tři fauly každému týmu v každé polovině a prvních pět faulů každého hráče v průběhu celého zápasu a oznámí každému hráči který se proviní čtvrtým faulem.

F.- Zaznamenává přerušení hry a důvody, zaznamenává čísla hráčů, kteří skórovali, byli potrestáni nebo vyloučeni a další relevantní informace.

V případě nevhodného chování časoměřiče zajistí hlavní rozhodčí náhradního časoměřiče a bude o všem informovat kompetentní orgány. Časoměřič dostane adekvátní stopky a potřebné vybavení pro zaznamenávání faulů, které zajistí asociace nebo klub na jehož hřišti se hraje (IBSA).

ROZHODNUTÍ Časoměřič musí být při mezinárodních závodech.

## **Pravidla VIII: Doba trvání**

1. - Zápas se hraje dva krát 25 minut a je měřen stopkami.

2. - Za kontrolu času zodpovídá časoměřič, jehož funkce je specifikována v pravidle VII.

3. - Týmy mají možnost vyžádat si jeden jedno minutový time out v každé polovině zápasu. Musí se dohlížet na plnění následujících pravidel

A.- Trenéři mají právo vyžádat si jednodominutový time out od časoměřiče.

B.- Časoměřič povolí time out v okamžiku, kdy je míč mimo hru, a oznámí ho zvukem jiným než používá rozhodčí.

C.- Po oznámení time outu se mohou hráči shromáždit v polovině hřiště. V případě, že si přejí obdržet instrukce od činovníka může se tak stát na kraji hřiště, vedle střídačky, hráči nesmí opustit hřiště.

D.- Jestliže si tým nevybral time out v první polovině, nemůže si ho vybrat v druhé polovině (nemůže mít dva v jedné polovině zápasu).

4. Doba trvání může být prodloužena, aby mohlo být dokončeno kopání penalty nebo druhé penalty.

5. Přestávka v polovině nesmí trvat déle než deset minut.

ROZHODNUTÍ: Jestliže není k dispozici časoměřič, pak jeho funkce přebírá hlavní rozhodčí (2).

Jestliže dle pravidel je nutné nařídít prodloužení hry, pak v této době si nesmí týmy vybrat time out.

Jestliže není přítomen časoměřič, pak si trenér může vyžádat time out od asistenta (4).

## **Pravidlo IX: Výkop**

1. - Na začátku hry (výkop) se výběr strany a možnost výkopu rozlosuje hozením mince. Tým, který vyhraje hození mince se může rozhodnout zda-li si chce zvolit stranu nebo výkop. Na znamení hlavního rozhodčího, bude zahájen zápas výkopem, to znamená kopem do míče stojícího na půlící čáře ve středu, opačným směrem. Všichni hráči jsou na své polovině hřiště. A protihráči musí být mimo 3-metrový kruh vyznačený kolem středu, dokud míč není ve hře.

1.1 Kapitán každého týmu se zúčastní losování mincí společně s vodiči.

2. Po vstřelené brance bude hra zahájena znovu výše popsaným způsobem. Zahajovací výkop provádí hráči, kteří dostali gól.

3. Po polovině zápasu si hráči vymění poloviny hřiště a zahajovací výkop provádí ten tým, který nevykopával v první polovině zápasu.

SANKCE: Při porušení pravidel 1,2 a 3 bude zahajovací výkop opakován vyjma situace, kdy hráč, který prováděl výkop se znovu dotkne míče aniž by se ho dotkl jiný hráč. V takovém případě bude nařízen nepřímý kop protihráčům z místa kde došlo k přestupku, kromě případu, kdy byl přestupek spáchán v zóně pokutového kopu protihráčů, pak bude kop proveden z nejbližšího místa na 6-ti metrové čáře.

Gól nemůže být vstřelen přímo ze zahajovacího výkopu.

4. Po dočasném přerušení hry. Znovu zahájení hry po přerušení, které není popsáno v pravidlech, za předpokladu, že míč nepřešel postranní čáry nebo koncové čáry v okamžiku před přerušením, jeden z rozhodčích vhodí míč na hřiště v místě, kde byl míč těsně před přerušením, kromě případu, kdy se míč nacházel v zóně pokutového kopu pak musí rozhodčí vhodit míč do hřiště na 6-ti metrové čáře nejbližší místu kde se míč nacházel v okamžiku zastavení hry.

Míč je ve hře v okamžiku kdy se dotkne země. Jestliže míč překročí postranní nebo koncovou čáru, aniž by se ho předtím dotkl hráč, pak bude rozhodčí opakovat vhození míče. Žádný hráč se nesmí dotknout míče dříve než se míč dotkne země. Při porušení bude rozhodčí opakovat vhození.

## **Pravidlo X: Míč ve hře a mimo hru**

Míč je mimo hru, když:

A.- Přešel postranní nebo koncovou čáru po zemi nebo vzduchem

B.- Hra byla zastavena jedním z rozhodčích

Míč je ve hře ve všech ostatních případech od začátku do konce zápasu dokonce i v následujících případech:

A.- Když se míč odrazí zpět do hřiště od břevna nebo od tyče.

B.- Když se odrazí od rozhodčího nebo od asistenta stojícího v hřišti

C.- Když nebylo přijato rozhodnutí o porušení pravidla.

#### ROZHODNUTÍ

Čáry patří k ploše, kterou vyznačují. Tedy postraní čáry (mantinely) a koncové čáry. Když se zápas hraje uvnitř a míč se dotkne stropu po nějaké neúmyslné akci, pak bude míč ohozem pod místem, kde se míč dotkl stropu, kromě zóny pokutového kopu, pak bude míč vhozen v místě pokutového kopu.

### **Pravidlo XI: Vstřelení branky**

Kromě všech výjimek popsanych v těchto pravidlech platí vstřelený gól, když celý míč překročí koncovou čáru mezi tyčemi brány a pod břevnem, pokud není míč nesen, hozen nebo záměrně tečován rukou nebo paží útočícího týmu. Tým, který vstřelí větší počet branek vyhrává. Jestliže nebude vstřelena žádná branka nebo stejný počet, pak zápas skončí nerozhodně.

### **Pravidlo XII**

Do násobných faulů se počítají fauly: technický, osobní a disciplinární.

1. - Hráč je diskvalifikován v okamžiku, kdy má pět osobních faulů v průběhu jednoho zápasu. Musí opustit hřiště a může být vystřídán jiným hráčem.

2. - Porušení pravidel brankářem mimo brankové území bude potrestáno penaltou (6 metrů).

3. Každý tým může způsobit tři násobné fauly v každé polovině a postavit zeď. Od čtvrtého týmového faulu, všechny následující budou potrestány volným kopem bez možnosti postavit zeď, z 9 metrů. Tato druhá penalta znamená vždy přímý kop na bránu týmu, který způsobil faul, za účelem vstřelit gól aniž by se míče dotkl jiný hráč, do chvíle než míč chytne brankář nebo než se míč dotkne samotné brány.

Jestliže je faul v místě kratší než 9 metrů, může si hráč vybrat odkud chce druhou penaltu kopat, jestli z místa kde došlo k faulu nebo z bodu druhé penalty. V obou případech, s výjimkou brankáře, nesmí protihráči stát blíže než 5 m od míče nebo v oblasti rozběhu ani nesmí žádným způsobem bránit provedení penalty.

4. Hráč, který si neustále sahá na klapky na oči a masku bude potrestán násobným osobním faulem.

5. První tři týmové fauly se trestají vhozením a další fauly, které udělá manažer, vodič nebo jakýkoliv další člen tvořící tým na střídačce se trestají kopem druhé penalty.

Fauly jsou rozděleny na tři kategorie:

A.- Technické fauly.

B.- Osobní fauly.

C.- Disciplinární fauly.

## A-technické fauly

### **Dodatky II**

IBSA - OBECNĚ A ÚPRAVA PRAVIDEL FIFA:

Všechny mezinárodní šampionáty musí být pod dohledem a schválené IBSA

1. - Činnost PA a zvukového systému
  - 1.1 - Zařízení musí být umístěno poblíž KONTROLNÍHO STOLU a jeho funkce je neustále informovat, kdykoliv je hra přerušena, o všech událostech, situacích a úpravách, které se uskutečnily v průběhu zápasu, zároveň oznamovat rozhodnutí rozhodčích a všechny další informace souvisejících s hrou.
  - 1.2.- Zajišťuje způsob žádání diváků o klid od rozhodčích.
2. Celá hrací plocha musí mít bezpečnostní zóny, nejméně 3m široké. Tam kde je zóna užší, musí být stanovena opatření, která zajistí bezpečnost hráčů

### **3. Funkce VODIČŮ**

Funkce vodičů musí být prováděna rozvážným a odpovědným způsobem aniž by nepříznivě ovlivňovali výkon hráčů.

#### 3.1 Manažer

Bude sedět na střídačce svého týmu. Z tohoto místa může řídit hráče svého družstva. Sektor k tomuto určený je střední třetina hrací plochy.

#### 3.2 Vodič za bránou

Bude za bránou soupeře, aby mohl řídit útočící hráče svého týmu. Sektor určený k tomuto účelu je poslední třetina hrací plochy odpovídající útočícímu týmu.

Musí plnit tuto funkci, aniž by vstupoval do hřiště a má právo protestovat proti rozhodnutí rozhodčího

Smí popsat zvukově kde je brána před kopem kdy je míč nehybný.

#### 3.3 Brankář - vodič

Bude vést svůj tým v první třetině hrací plochy odpovídající jeho obráncům.

Dle uvážení rozhodčího smí kdykoliv je míč statický vést a orientovat své spoluhráče v případě volných kopů, penalt, druhých penalt a zároveň při organizování obranné zdi a situování hráčů v případě střelby na jeho bránu.

### **4. Rozhodčí**

Hlavním úkolem rozhodčích je poskytnout účastníkům možnost hrát FIVE A SIDE FOTBAL PRO NEVIDOMÉ to znamená sledovat, vyžadovat dodržování pravidel od hráčů bez neustálého přerušování hry nebo bezdůvodného přerušování hry. Příliš časté hvízdání tzv. „koncert píšťalky“ obtěžuje hráče a diváky a kazí tím požitky ze hry.

4.1 Rozhodčí, kteří mají řídit oficiální šampionáty IBSA musí být členy asociace nebo federace začleněné do FIFA.

## 5. Penalizace

Používání barevně odlišných karet - žlutá - varovná a červená - vyloučení - se ukázalo být důležitým a efektivním krokem na hracím poli, je založeno za účelem vyhnout se násilnostem jednotlivců i týmu.

Následující přestupky jsou považovány jako DISCIPLINÁRNÍ FAULY hráčů na hřišti i na střídačce - společně s manažerem, asistentem manažera, fyzioterapeuta, doktora a vodiče:

1. - Opakované protesty.
2. - Překračování zóny vodiče.
3. - Nerespektování rozhodnutí rozhodčího.
4. - A další způsoby chování, které rozhodčí nebo časoměřič považuje za chování ohrožující normální sportovní chod zápasu.

ROZHODNUTÍ Jestliže, dle rozhodnutí rozhodčího, hráč směřuje k bráně protihráče s jasnou šancí dát gól a je záměrně bráněn nedovoleným způsobem protihráče, faulem, který by byl potrestán volným kopem nebo penaltou, pak je bránící hráč vyloučen za vážné hrubé chování.

Jestliže hráč jiný než brankář ve vlastní zóně pokutového kopu brání protivníkovi ve vstřelení branky záměrným držením míče, pak je bránící hráč vyloučen za vážné hrubé chování.

V případě vyloučení, se potrestaný hráč nemůže vrátit do hřiště ani sedět na střídačce. Tým může být doplněn znovu po pěti minutách po vyloučení, pokud do té doby nebyla vstřelena branka. V takovém případě platí:

A.- Jestliže hraje 5 proti 4 a tým s početní převahou vstřelí branku, pak méně početný tým může být doplněn na plný počet hráčů.

B.- Jestliže mají oba týmy 4 hráče a je vstřelena branka, pak budou oba týmy doplněny do plného počtu.

C.- Jestliže hraje 5 na 3 nebo 4 na 3, a početnější tým vstřelí branku pak tým se třemi hráči může doplnit jednoho hráče.

D.- Jestliže mají oba týmy 3 hráče a je vstřelena branka, pak si oba týmy doplní jednoho hráče.

E.- Jestliže vstřelí branku tým s nižším počtem hráčů, pak se hraje beze změny dál.

Časový interval 5 minut bude měřit časoměřič, jestliže se hraje bez časoměřiče, pak to bude měřit asistent. Hráč, který nahrazuje vyloučeného hráče musí dostat povolení od rozhodčího a může vstoupit na hrací plochu jen když je míč mimo hru.

## **Pravidlo XIII: Volný kop**

V kategorii B 1 (nevidomí) bude volný kop ve všech případech PŘÍMÝ VOLNÝ KOP (branka může být vstřelena přímo do brány týmu, který učinil faul).

Když hráč kope volný kop pak musí protihráči stát ve vzdálenosti 5 m od míče do té doby než je míč ve hře.

Míč je ve hře v okamžiku, kdy urazil dráhu, která se rovná jeho obvodu.

Jestliže protivník poruší pravidlo a přiblíží se do vzdálenosti kratší než 5 m, pak je volný kop opakován do té doby, než je vše dle pravidel.

Při volném kopu musí být míč nehybný a hráč kopající volný kop se smí míče znovu dotknout až když se míče dotkl jiný hráč.

### **SANKCE**

A.- Jestliže hráč, který kope volný kop, se dotkne míče znovu aniž by se před tím míče dotkl jiný hráč, pak budou protivníci kopat přímý volný kop z místa, kde došlo k porušení pravidla, kromě zóny volného kopu - v tom případě bude přímý volný kop proveden z místa na 6ti metrové čáře nejbližší místu kde došlo k porušení.

B.- Jestliže tým, který má kopat volný kop zdržuje déle než 4 sec. pak budou protivníci kopat přímý volný kop.

## **Pravidlo XIV: násobné fauly**

1. - Násobné fauly odpovídají faulům uvedeným v pravidle **Chyba! Nenalezen zdroj odkazů.** Když tým udělá tři fauly, pak další budou potrestány přímým volným kopem bez ohledu na druh faulu. Přímo z tohoto kopu může být vstřelena branka.

2. - první tři fauly v každé polovině musí být každému týmu zaznamenány v zápise. 3. - První tři volné kopy v každé polovině může každý tým bránit postavením zdi. 4. - Počínaje čtvrtým násobným faulem nebude povoleno postavit obranou zeď.

(A) Hráči, kromě brankáře bránícího týmu a hráče, který provádí volný kop, mohou zůstat na hřišti, ale musí být za imaginární čarou vedenou v místě kde je postaven míč rovnoběžně s koncovou čarou.

(B) Brankář musí zůstat v odpovídajícím území.

(C) Protivníci musí zůstat též 5 m od míče a nesmí bránit hráči, který provádí volný kop. Nikdo nesmí překročit imaginární čaru, dokud míč neurazí vzdálenost rovnající se svému obvodu.

(D) Hráč, který kope volný kop musí kopnout se záměrem vstřelit gól a nesmí přihrát spoluhráči.

(E) Po volném kopu se nesmí nikdo dotknout míče aniž by se míče dotkl brankář, odrazil se od jedné z tyčí nebo břevna nebo se dostal mimo hřiště.

(F) Volný kop nemůže být proveden ze vzdálenosti menší než 6m od koncové čáry.

Jestliže je faul v zóně pokutového kopu, který by byl normálně potrestán nepřímým volným kopem, pak je volný kop proveden z místa na 6ti metrové čáře nejbližšího místa kde došlo k faulu.

(G) Po čtvrtém faulu týmu, jestliže hráč tohoto týmu fauluje v soupeřově polovině nebo ve své polovině v zóně určené imaginární čarou jdoucí paralelně s půlicí čarou v místě druhé penalty 9 m od koncové čáry, volný kop se kope z místa druhé penalty. Místo druhé penalty je znázorněno v **Pravidle I,5** a volný kop je proveden dle výhrad bodu 4.

(H) Jestliže je nutné nastavit čas pak fauly z druhé poloviny se automaticky přesouvají do nastavení.

SANKCE .- Porušení tohoto pravidla se trestá:

A.- Porušení bránicím družstvem, volný kop se bude kopat znovu, v případě, že nebyla vstřelena branka.

B.- Porušení hráčem útočícího týmu, tím který kope volný kop. Bude vstřelený gól neplatný a volný kop se bude opakovat.

C.- Porušení hráčem, který prováděl volný kop, když už je míč ve hře, volný kop bude kopat protivník a bude proveden z místa, kde došlo k porušení.

### **Pravidlo XV: Pokutový kop (penalta)**

Penalta se bude kopat z vyznačeného místa a všichni hráči, kromě brankáře a hráče, který penaltu kope, musí být mimo zónu pokutového kopu a nejméně 5 m od míče. Brankář opačného týmu musí zůstat ve své bráně na koncové čáře bez pohybu do té doby, než je míč znovu ve hře. Hráč, který kop provádí musí mířit přímo na bránu a může se míče dotknout znovu až když se míče dotkne jiný hráč. Míč je ve hře v okamžiku, kdy urazí dráhu rovnající se svému obvodu. Přímo z penalty může být vstřelen gól.

Když se střílí penalta v normálním hracím čase nebo v nastavení prvního nebo druhého poločasu kvůli kopání penalty, bude gól platit, i když se dotkne břevna, tyče jedné nebo obou, nebo brankáře nebo jiné kombinace těchto bodů, pod podmínkou, že žádný jiný faul nebyl spáchán.

SANKCE: Při jakémkoliv porušení tohoto pravidla:

A.- Porušení bránicím družstvem, penalta se bude kopat znovu, v případě, že nebyla vstřelena branka.

Q.- Porušení hráčem útočícího týmu, tím který kope penaltu. Bude vstřelený gól neplatný a penalta se bude opakovat.

C.- Porušení hráčem, který kopal penaltu, když už je míč ve hře, penaltu bude kopat protivník a bude proveden z místa, kde došlo k porušení.

### **Pravidlo XVI: Vhazování**

Kdykoliv se míč dostane za postranní mantinely, bude vrácen zpět do hry vhozením oběma rukama z místa kde míč opustil hrací plochu. Vhození může být provedeno jakýmkoliv směrem a vhození provádí

hráč týmu, který netečoval míč jako poslední před opuštěním hrací plochy.

Vhazující hráč vhazuje obličejem směrem do hřiště a obě nohy se musí alespoň částečně dotýkat země. Vhazuje se oběma rukama, z pozice za hlavou směrem do předu, s oběma nohama v pravém úhlu k postranní čáře a v kontaktu s mantinelem.

SANKCE

A.- Jestliže vhození nebylo správně provedeno, bude vhazovat druhý tým.

B.- Jestliže je vhazování provedeno z jiného místa než kudy šel míč, pak bude vhazovat druhý tým.

C.- Jestliže není vhazování provedeno do 4 sec od zaujmutí pozice bude vhazovat druhý tým.

D.- Jestliže hráč, který vhazuje se dotkne míče dříve než jiný hráč, získá protihráč přímý volný kop z místa kde došlo k porušení pravidla, pokud se tak stalo v zóně pokutového kopu, pak bude protihráč kopat nepřímý volný kop z místa na 6ti m čáře nejbližšímu místu kde došlo k porušení pravidla.

### **Pravidlo XVII: Vyhazování**

Brankář se může pohybovat pouze v prostoru určeném brankářovi (5 m dlouhý a 2 m široký). Jestliže při výhozu opustí jedna noha úplně prostor, pak bude protihráč kopat penaltu.

SANKCE

1.- Jestliže míč překročí polovinu hřiště aniž by byl odehrán nebo tečován hráčem, pak bude protihráč kopat přímý volný kop z jakéhokoliv bodu na půlící čáře.

2.- Jestliže se nějaký hráč dotkne míče v zóně pokutového kopu nebo v prostoru určeném brankáři, pak se výhoz bude opakovat.

3.- Jestliže je jednou míč ve hře a brankář míč obdrží znovu od spoluhráče, tak, že se míče dotkne rukama, budou protihráči kopat přímý volný kop. Přímý volný kop se bude kopat z místa kde stál hráč, který přihrál míč zpět brankáři.

### **Pravidlo XVIII: Rohový kop**

Kdykoliv míč překročí koncovou čáru naposledy tečováný bránícím mužstvem, bude se kopat rohový kop. Kop bude proveden z místa na koncové čáře jeden metr vzdáleného od spojnice mantinelu a koncové čáry. hráči bránícího týmu musí být ve vzdálenosti 5 m od míče, dokud míč není ve hře. (Pravidlo I, 2.1)

SANKCE

A.- Jestliže není rohový kop proveden správně, pak se musí opakovat.

B.- Jestliže hráč, který kope rohový kop se dotkne míče podruhé aniž by byl tečován jiným hráčem bude protihráč kopat přímý volný kop z místa kde došlo k porušení pravidla.



C.- Jestli že není kop proveden do 4 sec od okamžiku kdy je míč umístěn na správném bodě, bude protihráč kopat přímý volný kop z rohu.

## **Dodatky I**

### NÁVOD JAK KOPAT PENALTY

(SOUTĚŽ S KVALIFIKAČNÍM KOLEM - ZÍSKÁVÁNÍ VÝSLEDKŮ)

Podmínky za kterých se bude určovat, který tým vyhrál v případě nerozhodného výsledku u v kvalifikačním zápase (nahrazení losování)

Budou-li se kopat penalty se záměrem určit vítěze, budou platit následující podmínky:

A.- Hlavní rozhodčí vybere bránu, na kterou se bude kopat.

B.- Mincí se bude losovat, který tým bude kopat první.

C.- Bude se kopat 5 penalt, střídavě a musí kopat pět různých hráčů. Kapitán každého týmu oznámí hlavnímu rozhodčímu pět jmen před zahájením, pět hráčů vybraných z osmi uvedených před zápasem na soupisce.

D.- Jestliže po pěti penaltách bude stav stále nerozhodný, bude se pokračovat v kopání penalt do té doby než jeden tým vstřelí gól a oba týmy mají stejný počet pokusů, nemusí jich být pět.

E.- Dodatečné penalty musí střílet hráči, kteří ještě nestříleli (prvních pět penalt). Když již všichni hráči stříleli dle odstavce (C ) pak budou znovu střílet od začátku ve stejném pořadí.

F.- Hráč, který byl vyloučen nesmí střílet penaltu.

G.- V žádném případě nesmí brankář střílet penalty v žádné kategorii (ani B 1- nevidomí, ani B2 a B3 slabozrací).

H.- Když se střílí penalty musí být hráči na hřišti, na polovině jiné než na které se střílí. Asistent bude dohlížet na tuto polovinu hřiště.

Z bezpečnostních důvodů, každý hráč, který neřekne jasně MOJE nebo něco podobného v okamžiku kdy jde pro míč bude penalizován po předchozím varováním rozhodčího OSOBNÍ TECHNICKOU CHYBOU, NENÁSOBNOU PRO TÝM.

Další bezpečnostní opatření, každý hráč, který jde po míči, odehraje hlavou tak, že ohrozí protihráče bude penalizován po předchozím varováním OSOBNÍ TECHNICKOU CHYBOU, NENÁSOBNOU PRO TÝM.

Následující porušení bude považováno ze **TECHNICKOU CHYBU**, jestliže je provedena záměrně:

A-1.- Kopnutí nebo pokus o kopnutí soupeře.

A-2.- Podrážení nebo pokus o podrážení soupeře oběma nohama ať zezadu nebo zepředu

A-3.- Záměrné strkání soupeře rukama nebo nohama.

A-4.- Záměrné obtěžování soupeře násilně nebo nebezpečně.

A-5.- Chození pro míč oběma nohama.

A-6.- Kontrola, zastavení nebo záměrné vychýlení směru míče rukou, vyjma brankáře na území brankáře.

A-7.- Držet míč u mantinelu při souboji o míč.

A-8.- Hra, která nevypadá záměrně, ale skončí riskantně pro soupeře bude potrestána jako faul.

A-9.- Obtěžování brankáře, když má míč.

#### PENALIZACE

Takovéto přestupky budou penalizovány přímým volným kopem pro postižený tým z místa kde došlo k přestupku. V případě, že se tak stane v zóně pokutového kopu týmu, který se dopustil přestupku, pak bude následovat penalta.

#### **B Osobní chyby**

Následující přestupky jsou považovány za osobní chyby:

B-1.- Brankář nesmí držet míč déle než čtyři sec. po chycení, když je v situaci kdy má hrát.

B-2.- Držení míče na zemi, zdržování nebo bránění pohybu míče.

B-3.- Zdržování déle než 4 sec. v případech vrácení míče zpět do hry - volný kop, penalty, druhé penalty, vhazování a rohové kopy.

B-4.- Slovní vyjádření se záměrem dezorientovat soupeře.

B-5.- Neustále porušování ticha potřebného pro zápas. Fotbal pro zrakově postižené vyžaduje maximální stupeň tichosti, aby byla zajištěna dobrá hra a orientace hráčů.

B-6.- Zadržování míče oběma nohama když může být ve hře.

B-7.- Zabránění viditelnosti nebo pohybu brankáře - soupeře.

#### PENALIZACE

Držení míče bude potrestáno nepřímým volným kopem z místa, kde došlo k přestupku. Jestliže se tak stalo v zóně pokutového kopu týmu, který zdržoval, pak se bude nepřímý volný kop kopat z místa na 6-ti metrové čáře nejbližší místu kde došlo k přestupku.

#### **C- Disciplinární fauly**

5.1 Každý vyloučený hráč, manažer, vodič, asistent manažera, doktor nebo fyzioterapeut, kterému je automaticky znemožněna účast v dalším zápase, po obdržení:

A- Jedné červené karty: sankce na jeden zápas

B- Třech karet žlutých: sankce jeden zápas

Vyloučení platí automaticky bez ohledu na další možné rozhodnutí organizačního výboru.

5.2 Počet žlutých karet zůstává v průběhu zápasu neměnný.

5.3 V průběhu zápasu žlutá karta neruší dříve získané karty žluté

5.4 V případě, že v průběhu jednoho zápasu obdrží hráč; manažer, asistent manažera, vodič, doktor nebo fyzioterapeut, tři žluté karty a jednu červenou bude automaticky vyloučen ze dvou zápasů.

5.5 V případě špatné nominace bude tým potrestán:

A.- Automatickou ztrátou získaných bodů, v případě vítězství. Tyto body budou automaticky přidány druhému týmu.

B.- V případě nerozhodného stavu budou body předány druhému týmu. 5.5.1.- Špatná nominace znamená:

A.- Špatná registrace po termínu.

B.- Zařazení hráče do týmu v případě, že u něj platí automaticky vyloučení vzhledem k obdržným kartám žlutým a červené.

C.- Když je do týmu zařazen hráč B2 nebo B3.

D.- Nesportovní chování manažera, asistenta manažera, doktora nebo fyzioterapeuta a vodiče bude potrestáno ztrátou bodů a body získá poškozený tým.

E.- V případě, že jeden tým nemá již žádného platného hráče, který by nastoupil pak oba týmy prohrají.

6. Organizační výbor turnaje se může rozhodnout, že se budou kopat tři penalty u každého zápasu, který skončí nerozhodně v případě kvalifikace do semifinále a finále.

6.1 Toto je definice jak vymezit klasifikaci v případě čtyřnásobné remízy. Bude to pátá následující definice:

1.- Přesný průměr, 2.- rozdíl gólů, 3.- Větší počet vstřelených gólů, 4.- Nižší počet vstřelených gólů proti..

6.2 Tato definice bude použita samostatně na 5. místě (viz bod 6.1) a nepřičítá se tím skóre 1 bodu za remízu v klasifikaci.

## **Pravidla sálové kopané pro třídy B2/B3 dle pravidel FIFA**

**(upravená pro zrakově postižené sportovce)**

**Mezinárodní fotbalová federace FIFA – Pravidla 5-A-side fotbalu  
upravená pro zrakově postižené sportovce**

• Za touto značkou jsou rozhodnutí Kategorie B2 a B3

Pravidla pro tyto kategorie jsou stejná jako pravidla FIFA s následujícími úpravami IBSA

1. Musí být zajištěna ochrana před odrazem slunečního světla nebo jiných světelných zdrojů, které by se mohly vyskytnout na ploše a tím by mohl být ovlivněn vývoj hry a pohyb hráčů.

2. Světlo musí být stejné po celé ploše a stejné intenzity v průběhu hry, různé druhy intenzity nejsou přijatelné v žádném případě.
3. Míč musí být bílý, zelený nebo oranžový, nebo jakákoliv jiná barva, která usnadní lokalizaci míče.
4. Rozhodčí musí být členy federace, která je podřízena FIFA.
5. Každý hráč, který učiní pět faulů v průběhu hry bude diskvalifikován, musí opustit hrací plochu, může být nahrazen jiným hráčem.

## **Pravidlo I - Plocha**

Hřiště a značky na hřišti budou dle následujícího plánu

**Pokutové území - značka pokutového kopu - druhá značka pokutového kopu - středová čára - plocha pro střídání hráčů - brána**

1. **Rozměry hřiště** tvoří obdélník o délce do 42 m a šířce do 25 m ne užší než 15 m. Délka v každém případě přesahuje šířku.
  - Na mezinárodních soutěžích budou rozměry hřiště následující: délka 38-42 m, šířka 18-22 m.
2. **Značky.** Hřiště je ohraničeno barevně odlišnými čarami širokými 8 cm dle plánu. Delší hraniční čáry jsou pomezí čáry a kratší čáry jsou koncové (gólové) čáry. Středová čára je vedena přes hřiště. Střed hřiště je označen příslušným bodem s označenou kružnicí o poloměru 3 m.
3. **Pokutové území.** Na každém konci hřiště, 6m od bránové tyče bude vyznačen polokruh o poloměru 6 m, s pravým úhlem na koncovou čáru.
  - V případě, že koncová čára měří 15 - 16 m, pak bude poloměr 4 m.
4. **Značka pokutového kopu.** Vhodná značka bude umístěna 6 m od středu každé koncové čáry, měřeno podél nevyznačené čáry vedené v pravém úhlu ke gólovým čarám.
  5. **Druhá značka pokutového kopu.** Vhodná značka bude umístěna 12 m od středu každé koncové čáry, měřeno podél nevyznačené čáry vedené v pravém úhlu ke koncovým čarám. Toto bude druhá značka pokutového kopu.
6. **Území pro střídání hráčů.** Na pomezí čáře na té straně hřiště, kde jsou umístěny střídačky, kolmo k nim budou vyznačeny dvě čáry 80 cm dlouhé (40 cm na vnější straně a 40 cm na vnitřní straně hřiště) a 3 m od středové čáry na obou stranách. Když hráči střídají musí projít v území mezi 80 cm čarami.
7. **Brány.** Brány jsou umístěny na středu koncových čar a jsou tvořeny dvěma tyčemi vzdálenými od sebe 3 m (vnidY míra) spojenými vodorovným břevnem jehož spodní okraj bude vzdálen 2 m od země. Šířka a hloubka břevna je 8 cm. Brankové tyče a břevna mají stejnou šřřktt. Síť je připevněna k tyčím a břevnu vzadu. Nižší část je podepřena zahnutými tyčemi nebo jiným příslušným vybavením.
8. **Povrch hřiště.** Povrch hřiště je hladký, rovný a nedrsný. Doporučujeme použít dřevěný nebo syntetický materiál, nedoporučujeme betonový povrch ani dehtový makadon.
  - Použití zeleného trávníku nebo syntetického trávníku je povoleno pro legální zápasy ale ne pro mezinárodní zápasy. *Poznámka. Síť.* Síť jsou vyrobeny z juty, konopí nebo nylonu. Nylonové vlákna nesmí být silnější než ty vyrobené z konopí nebo juty.

## Pravidlo II - Míč

Míč je kulatý. Vnější povrch je kožený nebo z jiného vhodného materiálu. Nesmí být použit takový materiál, který by byl nebezpečný pro hráče.

- Plstěné balóny nejsou povoleny pro mezinárodní zápasy. Minimální obvod balónu je 62 cm a maximální je 64 cm. Váha míče nesmí být na začátku hry větší než 430 gramů a nesmí být menší než 390 gramů. / Odskok balónu nesmí být větší než 65 cm a méně než 55 cm po dopadu z výšky 2 m
- Použití jiných balónů je povoleno (č. 5 s menším odskokem, těžší atd.) kromě mezinárodních zápasů, ve kterých musí být použit zde popsáný balón.
- Zápasy FIFA a zápasy pod patronátem Konfederace musí použít balóny, které splňují (minimální technické parametry určené v Pravidle II. Balóny, které mohou být použity ve výše uvedených soutěžích a splňují minimální technické parametry musí - nést oficiální logo „FIFA APPROVED“ - „FIFA INSPECTED“ doporučení „International Matchball Standards“ (společně s dalšími označeními, která splňují požadavky FIFA).
- Ve všech ostatních zápasech musí balóny splňovat požadavky Pravidla II. Národní asociace nebo soutěže musí vyžadovat použití balónů, které mají jedno z výše uvedených označení.

Balón nesmí být v průběhu zápasu vyměněn bez povolení rozhodčího.

## Pravidlo III - Počet hráčů

- 1) Zápas hrají dvě mužstva, každé mužstvo tvoří ne více než 5 hráčů, z nichž jeden je brankář.
- 2) Náhradníci mohou hrát ve všech zápasech podle pravidel FIFA, konfederace nebo na národní úrovni.
- 3) Maximální počet povolených náhradníků je 7.
- 4) Počet střídání za hry je neomezený, kromě brankáře, který může být vystřídán pouze v případě, že balón není ve hře. Hráč, který byl vystřídán se může vrátit do hřiště a vystřídat jiného hráče.
- 5) Střídání za hry se provádí když je míč ve hře a za následujících podmínek:
  - a) hráč, který odchází ze hřiště, učiní tak v prostoru od kříže na pomezí čáře, v sektoru, který se nazývá zóna střídání .
  - b) hráč, který vstupuje na hřiště, učiní tak v zóně střídání, ale ne dříve, než střídáný hráč překročí pomezí čáru.
  - c) střídající hráč je podřízen rozhodnutím rozhodčího.
  - d) střídání je dokončeno když náhradník vstoupí na hřiště a od této chvíle je platným hráčem a hráč střídáný přestává být hráčem.
- 6) Brankář může změnit své místo s jiným hráčem po požádání rozhodčího a za předpokladu, že je změna provedena když je hra zastavena.

### **Trest:**

- a) Hra nebude zastavena z důvodů porušení odstavce 6. Hráči budou napomenuti až když je míč mimo hru.
- b) Jestliže při střídání za hry vstoupí střídající hráč do hřiště dříve než střídáný hráč odešel ze hřiště, zastaví rozhodčí hru. Hlavní rozhodčí upozorní střídaného hráče, aby opustil hrací plochu, napomene střídajícího a zahájí hru nepřímým volným kopem protihráče z místa, kde byl míč v okamžiku, kdy byla hra

přerušena. Jestliže byl míč v pokutovém území, pak se bude nepřímý volný kop kopat z místa na 6-ti metrové čáře z místa nejbližšího bodu, kde se míč nacházel.

c) Jestliže při střídání za hry střídající nebo střídaný hráč opustí hřiště v jiném místě než v zóně střídání, pak rozhodčí zastaví hru. Hlavní rozhodčí napomene hráče, který učinil přestupek a znovu zahájí hru nepřímým volným kopem protihráče z místa, kde se nacházel míč v okamžiku zastavení hry. Jestliže byl míč v pokutovém území, pak se bude nepřímý volný kop kopat z místa na 6-ti metrové čáře z místa nejbližšího bodu, kde se míč nacházel.

## **Pravidlo IV - Vybavení hráčů**

1. Hráč nesmí nosit takový dres, který by byl nebezpečný ostatním hráčům.
2. Obvyklý dres hráče tvoří tričko, trepky, ponožky, chrániče holení a sportovní obuv. Obuv může být plátěná teniska nebo teniska z jemné kůže, nebo gymnastická obuv s gumovou podrážkou nebo s podobným materiálem. Tato sportovní obuv je povinná.
  - Chrániče holeně musí být zakryty ponožkou a jsou vyrobeny z vhodného materiálu, který chrání holeň (guma, plast, polyurethan nebo podobný materiál).
3. Trička hráčů jsou očíslována, každý hráč stejného týmu má jiné číslo.
4. Brankář může mít tepláky. Je oblečen do barev snadno odlišitelných od ostatních hráčů a rozhodčích.

**Tresty:** Za porušení tohoto pravidla bude hráč vykázán ze hřiště a musí si upravit oděv, nebo nahradit některou část oděvu a na hřiště se může vrátit až požádá rozhodčího o schválení. Hráč se může znovu vrátit na hřiště v okamžiku kdy míč není ve hře.

## **Pravidlo V - Hlavní rozhodčí**

Hlavní rozhodčí bude jmenován aby řídil každý zápas. Jeho pravomoc a výkon moci jemu udělený dle pravidel bude platit v okamžiku vstupu na hřiště a končí v okamžiku kdy opustí hřiště. V průběhu zápasu má pravomoc penalizovat přestupky i v okamžiku, kdy byla hra přerušena a kdy je míč mimo hru. Jeho rozhodnutí o výsledku je konečné.

- Jestliže hlavní rozhodčí a asistent signalizují stejně přestupek a nejsou jednotní v soudu, který tým má být potrestán, bude platit slovo hlavního rozhodčího.
- hlavní rozhodčí a asistent mají právo napomenout nebo vyloučit, ale v případě neshody platí slovo hlavního rozhodčího.

Hlavní rozhodčí:

- a) uplatňuje pravidla;
- b) nebude penalizovat případy, kde stačí dát pouze výhodu znevýhodněnému týmu;
- c) zapisuje všechny incidenty před; v průběhu a po zápase.
- d) má funkci časoměřiče v případě, že oficiální časoměřič není přítomen;
- e) má plnou moc zastavit hru za jakékoliv porušení pravidel a přerušit nebo omezit zápas kdykoliv z důvodu přírodních živlů, porušení hry diváky, nebo z jiných důvodů, které pokládá za nutné. V takovém případě podá podrobnou zprávu

odpovědným činovníkům v daném čase a dle nařízení stanovených národní asociací pod níž se zápas hraje.

- f) od okamžiku, kdy vstoupí na hřiště napomíná hráče za špatné chování, když hráč v takovém chování pokračuje, pak ho může vyloučit ze hry. V takovém případě musí rozhodčí podat zprávu se jménem provinivšího se hráče odpovědným činovníkům v daném čase, v souladu s nařízenými stanovenými národními federacemi pod kterými se zápas hraje.
- g) nedovolí vstoupit na hřiště nikomu jinému než hráčům a pomocnému rozhodčímu;
- h) zastaví hru, jestliže dle jeho uvážení byl hráč vážně zraněn, nechá hráče odnést z hrací plochy a znovu zahájí hru. Jestliže je hráč zraněn lehce, pak hra nebude přerušena do té doby, než je míč mimo hru. Hráč, který je schopen dojít k pomezí čáře nebo koncové čáře, pak nebude ošetřen na hřišti.
- i) vyloučí hráče za špatné násilné chování, vážný faul ve hře, faulování nebo vulgární výrazy.
- j) signalizuje znovu rozehráni hry po každé zastavené hře; rozhoduje o správných požadavcích míče dle [pravidla II](#)

## **Pravidlo VI - Pomocný rozhodčí (asistent)**

Pomocný rozhodčí kontroluje opačnou polovinu hřiště než na které je hlavní rozhodčí.

- Na mezinárodních závodech je pomocný rozhodčí povinný.

Pomocný rozhodčí má některá práva jako hlavní rozhodčí, kromě Pravidla V d). Dále první část Pravidla V e) se na něj též bude vztahovat. „Má plnou moc zastavit hru v případě porušení pravidel“;

- Jestliže hlavní rozhodčí a asistent signalizují stejně přestupek a nejsou jednotní v soudu, který tým má být potrestán, bude platit slovo hlavního rozhodčího. (Rozhodnutí c,f , Pravidla V)

Pomocný rozhodčí má též následující povinnosti:

1. Jestliže není časoměřič musí pomocný rozhodčí hlídat dvouminutový trest hráče.
  2. Zajistí, aby střídání při hře proběhlo dle pravidel.
  3. Kontroluje jednominutové vyloučení ze hry.
- Hlavní a pomocný rozhodčí mají právo napomenout nebo vyloučit hráče, v případě neshody rozhodčích platí slovo hlavního rozhodčího (c,f, Rozhodnutí Pravidla V.)

V případě nevhodné interference pomocným rozhodčím, má hlavní rozhodčí právo ukončit jeho působení a nahradit ho jiným rozhodčím a o celé situaci musí podat zprávu odpovědným činovníkům.

Pomocný rozhodčí je vybaven píšťalkou.

## **Pravidlo VII: Časoměřič**

Časoměřič je jmenován, je situován mimo hrací plochu, na středové čáře na stejné straně jako je zóna střídání.

- Při mezinárodním zápase je časoměřič povinný.

Jeho povinnosti jsou:

- (a) zajistí délku trvání zápasu dle [Pravidla VIII](#)

To znamená:

1. Zapne časomíru v okamžiku výkopu a znovu je zapne po rozehráni, po gólovém výkopu, po rohovém kopu po volném kopu,

po kopech z první nebo druhé značky penalty, po timeoutu nebo po vhození míče;

2. Zastaví hodiny když je míč mimo hru.

- (b) kontroluje dvou minutový trest hráče;
- (c) naznačí konec první půlky, konec zápasu, konec nastavení hry hvizdem nebo jiným signalizačním zařízením, odlišným od signalizačních zařízení rozhodčích;
- (d) zaznamenává všechny timeouty, které zbývají týmům a informuje o nich rozhodčí i týmy a dává znamení pro povolené timeouty po žádosti trenéra jednoho z týmů ([Pravidlo VIII](#), 4).
- (e) zaznamenává prvních pět faulů každému týmu v každé polovině zápasu, které byly zaznamenány rozhodčím.
- (f) zaznamenává zastavení hry v průběhu zápasu a důvody pro zastavení hry, zaznamenává čísla hráčů, kteří dali gól, kteří jsou napomenuti nebo vyloučeni, zaznamenává timeouty a jiné relevantní informace.

V případě že časoměřič nesignalizuje své povinnosti včas může hlavní rozhodčí zastavit jeho činnost zařídít jmenování nového časoměřiče, o celé situaci musí včas informovat odpovědné činovníky.

Časoměřič bude vybaven vhodnou časomírou a potřebnými knoflíky, které označují fauly, zařízení dodá asociace nebo klub na jehož hřišti se hraje.

- Pro mezinárodní zápasy bude časomíra vybavena potřebnými knoflíky (přesná časomíra, zařízení k měření dvouminutových intervalů při vyloučení pro čtyři hráče simultánně a zaznamenává fauly každého týmu v každé polovině zápasu).

## **Pravidlo VIII - Hrací doba**

1. Hrací doba je 2x 20 minut.

2. Čas bude měřen časoměřičem jehož povinnosti jsou popsány v [pravidle VII](#).

- Jestliže není jmenovaný časoměřič, pak jeho povinnosti bude plnit hlavní rozhodčí.

3. Hrací doba každé poloviny bude prodloužena aby bylo umožněno provedení pokutového kopu.

4. Týmy jsou oprávněny zažádat si o jeden timeout dle následujících pravidel:

(a) Trenéři musí požádat časoměřiče o timeout.

(b) Časoměřič bude signalizovat timeout když je míč mimo hru píšťalkou nebo jiným zvukovým signálem odlišným od signálu vydávaného rozhodčím. .

(c) Když je timeout udělen týmy se mohou shromáždit uvnitř hřiště. Jestliže chtějí dostat nějaké instrukce od týmového činovníka, mohou je dostat pouze u pomezí čáry na úrovni střídačky. Hráči neopustí hrací plochu. Činovníci nemohou vstoupit na hrací plochu.

(d) Jestliže si tým nevybere timeout v první polovině zápasu nemá na tento timeout nárok v druhé polovině. (V každém poločase jeden timeout).



- Jestliže pomoc časoměřiče není možná, pak žádosti o timeout přijímá pomocný rozhodčí.
  - Jestliže je nutné nastavit čas, pak v tomto čase není možné vyžádat si timeout.
4. Přestávka nepřesáhne 10 minut.

## Pravidlo IX - Začátek hry

1. **Na začátku hry** volba stran a výkop bude rozlosován mincí. Tým, který vyhraje si může zvolit stranu nebo výkop. Hlavní rozhodčí signalizuje začátek hry a hráč provede výkop (např. kop do míče, který je uprostřed hřiště na zemi) do soupeřovy poloviny hřiště. Všichni hráči budou ve svých polovinách hřiště. Protihráč, který stojí proti vykopávajícímu hráči musí být ve vzdálenosti nejméně 3 m od míče do té doby než je proveden výkop. Míč nebude ve hře do té doby než urazí dráhu svého obvodu. Hráč, který provedl výkop se nesmí podruhé dotknout míče aniž by se ho dotkl jiný hráč.
2. **Když je vstřelen gól**, hra bude znovu zahájena výše uvedeným způsobem. Vykopávat bude tým, který dostal gól.
3. **Po přestávce** si týmy vymění strany a vykopávat bude tým, který nerozehrávat v prvním poločase.

**Trest:** Při porušení pravidel 1,2 nebo 3 bude výkop opakován. Jestliže hráč, který provedl výkop se dotkne podruhé míče aniž by se míče dotkl jiný hráč, pak rozhodčí udělí nepřímý volný kop opačnému týmu z místa kde došlo k porušení pravidla. Jestliže se toto porušení stane v pokutovém území, pak bude nepřímý volný kop proveden z 6 m čáry nejbližší místu, kde se stal přestupek. Nelze dát gól přímo z výkopu.

4) **Po dočasném přerušení hry.** Znovu zahájení hry z jiného důvodu než uvedeného v pravidlech rozhodčí vhodí míč do hřiště v místě, kde byl v okamžiku přerušení hry, v případě že se to stalo v pokutovém území, pak bude míč vhozen na 6 m čáře nejbližší místu přerušení hry.

Míč je znovu ve hře v okamžiku kdy se dotkne země. Když z jakýchkoli důvodů míč, překročí pomezí nebo koncovou čáru po vhození aniž by se ho dotkl hráč, pak bude míč vhozen znovu. Žádný hráč se nesmí dotknout míče dříve než se míč dotkne země. Jestliže toto pravidlo není dodrženo, pak rozhodčí vhodí míč znovu.

## Pravidlo X - Míč ve hře a mimo hru

Míč je mimo hru:

- (a) když celý překročí koncovou čáru nebo pomezí čáru, ve vzduchu nebo po zemi;
- Čáry hrají - jsou součástí hrací plochy.
- (b) když byla hra zastavena rozhodčím.
- Když se zápas hraje uvnitř (v tělocvičně) a míč se dotkne stropu pak bude hra znovu zahájena vhozením míče do hřiště pod místem, kde se míč dotkl stropu, v případě že se tak stalo v pokutovém území, pak bude míč vhozen na značce pokutového kopu.

Míč je ve hře ve všech ostatních případech od začátku hry do konce včetně:

- (a) odraženého míče od brankové tyčky nebo od břevna do hřiště.

(b) situace kdy se míč odrazí od hlavního nebo pomocného rozhodčího na hřišti;

(b) případu, kdy předpokládáme porušení pravidel, ale rozhodnutí nebylo ještě učiněno.

### **Pravidlo XI - Způsob skórování**

Gól je uznán, kromě případů uvedených v těchto pravidlech, v případě, že míč překročí koncovou čáru mezi brankovými tyčemi nebo pod břevnem, za předpokladu, že míč nebyl hozen, přenesen nebo záměrně prostrčen rukou nebo paží útočícího hráče.

Tým, který vstřelí větší počet gólů vyhraje. Když není vstřelena žádná branka, nebo stejný počet pak je zápas ukončen jako remíza.

### **Pravidlo XII - Fauly a nespportovní chování**

Hráč, který učiní některý z následujících jedenácti přestupků:

- (a) kopne nebo chce kopnout protihráče;
- (b) nastaví nohu protihráči, nebo chce nastavit nohu protihráči nebo mu vstoupí do cesty před nebo za hráčem;
- (c) skočí na protihráče;
- (d) chová se násilně nebo nebezpečně k protihráči;
- (e) útočí na protihráče ze zadu;
- (f) udeří protihráče nebo chce udeřit protihráče nebo na něj plivne;
- (g) drtí protihráče;
- (h) strká protihráče;
- (i) strká do protihráče ramenem;
- (j) skluzem chce kopnout do míče, když do něj chce kopnout protihráč (sliding tackle);
- (k) drží míč, drží, strká nebo pohání míč rukou nebo paží (to se nevztahuje na brankáře v jeho pokutovém území; bude potrestán udělením přímého volného kopu protihráči z místa kde došlo k porušení pravidel. Jestliže hráč učiní některý z výše uvedených přestupků v pokutovém území, pak bude protihráč kopat penaltu, nehledě na pozici míče v době přestupku.

Hráč, který učiní některý z následujících přestupků:

1. nebezpečná hra, např. pokus o kopnutí do míče, když brankář drží míč.
2. přestupek bez držení míče, záměrné obtěžování protihráče, např. přebíhání mezi protihráčem a míčem, bránění ve hře.
3. obtěžování brankáře v pokutovém území.
4. hra brankáře:
  - (a) po vhození míče bez dotyku, míče se nedotkne jiný hráč a míč nespadne na zem v polovině brankářova hřiště, bude brankář penalizován nepřímým volným kopem protihráče z jakéhokoliv místa na středové čáře.
  - (b) rukou po přihrávce spoluhráče;
  - (c) po rozehrání spoluhráčem je míč přímo přihrán brankáři, který hraje rukou;
  - (d) rukou nebo nohou na celém území hrací plochy po dobu delší než 4 sec.;
  - (e) po uvolnění míče nebo odhození míče bez dotyku se míč vrátí zpět k brankáři od spoluhráče aniž by míč překročil půlící čáru nebo se míče dotkl protihráč; tato hra bude penalizována nepřímým volným kopem protihráče z místa kde došlo k porušení, pokud se tak stalo v pokutovém území pak

bude nepřímý volný kop proveden z 6 m čáry nejbližší místu kde došlo k porušení.

Hráč bude potrestán jestliže:

- (a) v průběhu střídání za hry vstoupí střídající hráč do hřiště dříve než hřiště střídaný hráč opustí, nebo když vstoupil do hřiště mimo zónu střídání;
- (b) neustále porušuje pravidla hry;
- (c) dává najevo nesouhlas s rozhodnutím rozhodčího - slovně nebo posuvky;
- (d) se chová nevhodně.

Rozhodčí za takové jednání nařídí nepřímý volný kop protihráči z místa kde došlo k takovému chování (pokud se tak stalo v pokutovém území pak bude nepřímý volný kop proveden z 6 m čáry nejbližší místu kde došlo k porušení (společně s napomenutím za předpokladu, že nedošlo k žádnému jinému porušení pravidel).

Hráč bude vyloučen jestliže:

1. udělal vážný faul;
  2. se chová hrubě;
  3. fauluje nebo se vyjadřuje vulgárně;
  4. způsobil podruhé přestupek, za který byl napomenut.
- Jestliže dle mínění rozhodčího je hráč, který míří k bráně protihráče s pravděpodobností dát gól, záměrně bráněn ve hře protihráčem nedovolenými prostředky, např. přestupek potrestaný volným kopem (nebo penaltou) a tak bude zabráněno vstřelit branku bude bránící hráč vyloučen za vážný faul.
  - Jestliže dle mínění rozhodčího, hráč jiný než brankář v pokutovém území brání protihráči vstřelit branku záměrným držetím míče bude vyloučen za vážný faul.

Jestliže je hra zastavena protože je hráč vyloučen za přestupky 3 nebo 4 bez dalšího porušení pravidel hra bude znovu zahájena nepřímým volným kopem protihráče z místa kde došlo k porušení. Pokud se tak stalo v pokutovém území pak bude nepřímý volný kop proveden z 6 m čáry nejbližší místu kde došlo k porušení;

- Jednou vyloučený hráč nesmí znovu vstoupit na hrací plochu v zápase a nesmí ani sedět na střídačce. Tým může být doplněn po dvou minutách po vyloučení pokud nebyl vstřelen gól do dvou minut. V takovém případě platí:
  - (a) jestliže se hraje 5 na 4 a tým s více hráči vstřelí branku, pak může být tým protihráče doplněn na 5.
  - (b) jestliže oba týmy mají 4 hráče a je vstřelena branka pak budou oba týmy doplněny na 5.
  - (c) jestliže se hraje 5 na 3 anebo 4 a tým s více hráči vstřelí branku pak tým, který má pouze tři hráče může být doplněn jedním hráčem.
  - (d) jestliže oba týmy mají 3 hráče a je vstřelena branka pak oba týmy budou doplněny jedním hráčem.
  - (e) jestliže branku vstřelí tým, který má méně hráčů, pak se pokračuje beze změny dál.

- Kontrola dvouminutového trestu je povinnost časoměřiče, v případě nepřítomnosti časoměřiče pak pomocného rozhodčího. Hráč,

který nastupuje za vyloučeného hráče, může tak učinit po souhlasu rozhodčího a v případě, že je míč mimo hru.

### **Pravidlo XIII - Volný kop**

Volný kop může být „přímý“ (kdy může být přímo vstřelena branka) nebo „nepřímý“ (kdy branka nemůže být vstřelena aniž by se míče dotkl jiný hráč než ten, který prováděl kop).

- Abychom rozlišili volný kop přímý a nepřímý, rozhodčí zvedne paži nad hlavu v případě nepřímého volného kopu. Rozhodčí ponechá paži vztyčenou do té doby, než je kop proveden a než se míče dotkne jiný hráč nebo jde míč mimo hru.

Jestliže hráč kope volný kop, pak ostatní hráči musí být ve vzdálenosti nejméně 5 m od míče do té doby než je míč ve hře. Míč je ve hře v okamžiku kdy urazí dráhu dlouhou jako svůj obvod.

Jestliže hráč poruší vzdálenost dříve než je volný kop proveden, pak rozhodčí nařídí znovu volný kop dokud nebude proveden dle pravidel.

Míč se nesmí hýbat při volném kopu a hráč, který kope volný kop se nesmí dotknout míče dříve, než se míče dotkne jiný hráč.

**Trest:** (a) jestliže se hráč kopající volný kop dotkne míče aniž by se míče dotkl jiný hráč, bude volný kop kopat protihráč z místa kde došlo k porušení. pokud se tak stalo v pokutovém území pak bude nepřímý volný kop proveden z 6 m čáry nejbližší místu kde došlo k porušení.

(b) jestliže tým, který kope volný kop, překročí hranici 4 sec. pak rozhodčí nařídí volný kop protihráčům.

### **Pravidlo XIV - Akumulované fauly**

1. Akumulované fauly se vztahují na ty fauly, které jsou popsány v [pravidle XII](#). Jakmile dosáhne tým 5-ti faulů, budou se pak kopat pouze přímé volné kopy bez ohledu na druh přestupku. Branka může být vstřelena přímo z tohoto kopu.

2. Prvních pět faulů v každé hrací polovině každému týmu bude zaznamenáno.

3. Volné kopy udělené za prvních pět faulů v každé polovině zápasu může být bráněno „zdí“.

4. Počínaje šestým volným kopem nebude povoleno postavit „zed“ jako obranu proti volnému kopu.

(a) Hráči, kromě bránícího brankáře a hráče, který provádí kop a který byl přesně identifikován, zůstanou na hřišti, ale za imaginární čarou vedenou v rovině míče paralelně ke koncové čáře a mimo pokutové území.

(b) Brankář zůstane ve svém pokutovém území nejméně však 5 m od míče.

(c) Protihráči zůstanou také 5 m od míče a nesmí obtěžovat hráče, který provádí kop.

(d) Hráč, který provádí kop, činí tak s úmyslem vstřelit branku a nebude přihrávat míč jinému hráči.

(e) Když je volný kop proveden nikdo se nesmí dotknout míče aniž by se míče dotkl brankář, nebo se odrazil od tyče nebo břevna nebo skončil mimo hrací plochu.

(f) Žádný kop nesmí být proveden ze vzdálenosti menší než 6 m od koncové čáry ( Pravidlo XII (a)). Jestliže dojde k takovému

porušení, které bude potrestáno nepřímým volným kopem v pokutovém území, pak se bude volný kop provádět z 6 m čáry nejbližší místu kde došlo k přestupku.

(g) Když jeden tým má pět faulů a hráč učiní faul na polovině hrací plochy protihráče nebo na své polovině před imaginární čarou paralelní s půlicí čarou, ale procházející místem druhého pokutového kopu ve 12 m, kop bude proveden z toho místa. Druhá značka penalty je znázorněna v [pravidle I](#), 5. a volný kop musí splňovat požadavky stanovené v odstavci 4.

(h) Jestliže se hraje prodloužení, všechny fauly, které se vyskytnou v druhé polovině platí i v prodlouženém čase.

**Trest:** Jakékoliv porušení tohoto pravidla:

(a) **bránicím mužstvem**, volný kop bude proveden znovu, v případě, že nebyl vstřelen gól.

(b) **útočícím mužstvem**, jiným hráčem než tím, který provádí kop, jestliže je branka vstřelena nebude uznána a kop bude proveden znovu.

(c) hráčem, který provádí volný kop, a míč je již ve hře, protihráč bude kopat volný kop z místa kde došlo k přestupku.

## **Pravidla XV - Penalta**

Penalta se bude kopat ze značky značící pokutový kop a všichni hráči, kromě hráče kopajícího a brankáře bránícího, budou mimo pokutové území a nejméně 5 m od míče. Bránící brankář musí stát (bez pohybu chodidel) na koncové čáře mezi tyčemi brány do té doby, než je míč ve hře. Kopající hráč musí kopnout dopředu, nesmí se míče dotknout podruhé aniž by se ho dotkl nebo ho odehrál jiný hráč. Míč je ve hře urazí-li dráhu svého obvodu. Branka může být vstřelena přímo z tohoto kopu.

Když se kope penalta v normálním čase nebo v prodloužení v poločase, aby byl umožněn kop bude gól platit, i když před tím než projde mezi tyčemi nebo pod břevnem se míč dotkne jedné nebo obou tyčí nebo břevna, nebo brankáře nebo jiné kombinace uvedených subjektů, jestliže nedošlo k jinému přestupku.

**Trest:** Jakékoliv porušení tohoto pravidla:

(a) **bránicím týmem**, pak bude kop proveden znovu, jestliže nebyla vstřelena branka.

(b) **útočícím mužstvem**, jiným hráčem než tím, který provádí kop, jestliže je branka vstřelena nebude uznána a kop bude proveden znovu.

(c) hráčem, který provádí volný kop, a míč je již ve hře, protihráč bude kopat volný kop z místa kde došlo k přestupku.

## **Pravidlo XVI - Rozehrání**

Když celý míč přestoupí pomezí čáru, ve vzduchu nebo po zemi, bude kopnut zpět do hřiště jakýmkoliv směrem z místa kde přešel čáru protihráčem. V okamžiku kopu musí mít hráč část nohou na pomezí čáře nebo za ní. Míč je umístěn na pomezí čáře. Míč je ve hře v okamžiku kdy urazí dráhu svého obvodu. Hráč, který kop provedl se nesmí podruhé dotknout míče aniž by se ho nejprve dotkl jiný hráč. protihráči musí být ve vzdálenosti nejméně 5 m od míče. Branka nesmí být vstřelena přímo z rozehrání.

- Trest:** (a) Jestliže je míč špatně kopnut, kop převezme protihráč.  
(b) jestliže je kop proveden z jiného místa než kde přešel čáru, pak bude kop proveden protihráčem.  
(c) Jestliže nebude kop proveden do 4 sec. po umístění míče, pak kop provede protihráč.  
(d) Jestliže se hráč znovu dotkne míče aniž by se ho dříve dotkl jiný hráč bude nařízen volný kop protihráči z místa kde došlo k přestupku, pokud se tak stalo v pokutovém území pak bude nepřímý volný kop proveden z 6 m čáry nejbližší místu kde došlo k porušení.

## **Pravidla XVII - Prostor branky**

Když celý míč překročí koncovou (gólovou) čáru, kromě místa mezi tyčemi, ať ve vzduchu či po zemi a naposledy je tečován útočником, pak brankář stojící ve svém pokutovém území vhodí míč zpět do hry za pokutové území, ale ne za půlku hrací plochy. Míč je ve hře v okamžiku, kdy překročí čáru vymezující pokutové území. Vhození míče je provedeno správně, pokud se míče dotkl nebo ho odehrál jiný hráč, nebo míč dopadl na zem v polovině brankářova hřiště. Protihráči zůstanou mimo pokutové území do té doby, než je míč ve hře.

- Trest:** 1. Jestliže míč přešel polovinu hřiště aniž by se ho dotkl jiný hráč a bez dopadu na zem na brankářově polovině hřiště, pak protihráč bude kopat nepřímý volný kop ze středové čáry.  
2. Jestliže se míče dotkne protihráč nebo spoluhráč v pokutovém území, pak bude vhození provedeno znovu.  
3. Jestliže se brankář podruhé dotkne míče, aniž by se ho dříve dotkl jiný hráč pak bude protihráč kopat nepřímý volný kop z místa kde došlo k přestupku.  
4. Jestliže po vhození spoluhráč přihraje míč brankáři a ten se ho dotkne rukou pak protihráč bude kopat nepřímý volný kop. Kop bude proveden z 6ti metrové čáry nejbližší místu kde došlo k přestupku.

## **Pravidlo XVIII - Rohový kop**

Když celý míč překročí koncovou čáru, kromě místa mezi tyčemi, ať ve vzduchu nebo po zemi, a byl naposledy tečován obráncem pak bude útočnik kopat rohový kop. Rohový kop je proveden kopem do míče, který je umístěn v místě střetu pomezí a koncové čáry. Protihráči nesmí stát blíže než 5 m od míče dokud není míč ve hře, když překonal vzdálenost svého obvodu. Hráč, který provádí rohový kop se nesmí podruhé dotknout míče, dokud se jiný hráč nedotkne míče. Branka mlže být vstřelena přímo z rohového kopu.

- Trest:** (a) Jestliže není správně proveden bude proveden znovu.  
(b) Jestliže se hráč kopající rohový kop dotkne podruhé míče aniž by se ho před ním dotkl jiný hráč, bude protihráč kopat nepřímý volný kop z místa kde došlo k přestupku.  
(c) Jestliže rohový kop není proveden do 4 sec. od umístění míče v rohu, pak bude protihráč kopat nepřímý volný kop z rohu.

## **Instrukce při kopání penalt v případě nerozhodného zápasu**

V případě, že je nutné kopat penalty, aby byl určen vítěz, pak musí být splněny následující podmínky:

- (a) Hlavní rozhodčí vybere bránu, kde se budou penalty kopat.
- (b) Vhozenou mincí určí tým, který bude kopat první.
- (c) Bude provedeno pět kopů na střídačku každým týmem pěti různými hráči. Kapitán oznámí těchto pět hráčů předem a musí být na seznamu 12 hráčů předloženém před zápasem.
- (d) Jestliže oba týmy kopaly pět penalt a stav je stále nerozhodný pak se bude kopat dál do té doby než oba týmy mají stejný počet pokusů a jeden tým má více vstřelených branek, nemusí být znovu pět pokusů.
- (e) další kopy budou provedeny hráči, kteří nekopali předchozích pět pokusů. Když všichni již kopali, pak začnou znovu ti, kteří jsou uvedeni na seznamu odstavce c v tom samém pořadí.
- (f) Vyloučení hráči nemohou kopat penalty.
- (g) Jakýkoliv platný hráč může vystřídat brankáře.
- (h) Když se kopou penalty, hráči musí zůstat na hřišti, na druhé polovině než na které se penalty kopou. Pomocný rozhodčí bude kontrolovat tuto plochu a hráče, kteří jsou tam.

## **Nohejbal (jen pro vidící)**

Tato původní česká hra (své začátky má kolem roku 1922) si získala *oblibu i u slabozrakých*. Je hrou spíše technickou bez razantních střel a velkých osobních soubojů. V pravidlech stačí jen malé změny. *Pro zpomalení hry lze povolit přidání dalšího odrazu nebo jen zpracování podání rukou.*

**Místo** - malá tělocvična nebo hřiště 9x18 m rozdělené středovou čarou na dva shodné čtverce. 6,5m od středové čáry jsou vyznačeny čáry podání. Čáry jsou součástí hřiště a sloupky součástí sítě. Horní okraj sítě je lemován bílou páskou a je ve výši 110cm nad zemí. Hráči musí mít měkkou obuv s podrážkou bez kolíků.

**Míč** - černobílý gumový,

**počet hráčů** - 3 až 6, (často 3)

**Pravidla: podání** - hru zahajuje kterýkoli hráč družstva kdekoliv ve hřišti za čarou podání kopem do míče nadhozeného rukou před jeho dopadem na zem. Musí být provedeno do 5s po pokynu rozhodčího. Míč musí po přeletu sítě dopadnout do soupeřova pole podání.

Dotkne-li se míč při podání sítě, podání se opakuje, avšak pouze jednou. Opakovaný dotyk je chybou. Žádný z hráčů se nesmí dotknout míče z podání před jeho dopadem na zem. *Slabozrací hráči mají povoleno zpracovat podání a nahrát úderem ruky. Hra hlavou je zakázána.* V průběhu setu podává ta strana, která získala předchozí bod. Hráč může **zahrát míč** kteroukoli částí těla vyjma paží.

Hráči družstva mohou využít možnosti nejvýše tří doteků s míčem, přičemž žádný hráč se nesmí dotknout míče dvakrát za sebou. Mezi jednotlivými doteky může, avšak nemusí míč dopadnout na zem maximálně jednou (*nebo podle dohody dvakrát*), a to i mimo

hřiště.

Správně zahráný míč do soupeřova pole musí projít prostorem kolmo nad sítí a musí být zahrán přímým dotykem hráče, nikoli odrazem o zem. Hráč smí při hře přesahovat přes síť, ale nesmí se dotýkat jí ani soupeřova pole. Při hře je dovolen neúmyslný styk s nohou nad sítí v boji o míč. Odraz míče o podpěrnou tyčku je brán jako odraz o síť. Dotkne-li se soupeř odraženého míče od země dříve než hráč, na jehož straně dopadl (např. přesáhnutím přes síť), získává soupeř bod. Při současném dotyku míče protihráči nad sítí zůstává pro stranu, kam míč dopadl, možnost tří dotyků, přičemž může hrát bezprostředně i hráč, který byl v akci (tzn. za posledního je pokládán soupeř). Padne-li míč po současném dotyku mimo hřiště, je taktéž za posledního (a tedy viníka) pokládán hráč, na jehož straně sítě nedopadl. Zasáhne-li míč rozhodčího, nařídí nový míč.

### Poznámky k technice hry:

- **snazte se** vždy **nahrávat míč vyšším obloukem!** Spoluhráč může míč daleko snáze lépe zpracovat;
- **při nahrávce** na útočný úder nehrajte do spoluhráče, ale vždy spíše **před něj** (má-li smečar míč blízko u těla nebo musí dokonce před míčem couvat, nemůže technicky správně útočný úder provést, a tím ani celou akci úspěšně zakončit);
- pokud nahráváte nohou, je nejpřesnějším způsobem **nahrávka vnitřní stranou nohy**;
- nedívejte se jenom na míč, ale **sledujte také postavení soupeřů**;

Ve dvou lze hrát **singlnohejbal** na hřišti 6 x 12m, s čarou podání 4m od středu. Hraje se podle běžných pravidel s tou úpravou, že po příjmu podání si může hráč dvakrát sám nahrát (míč se smí mezi jednotlivými dotyky hráče dotknout maximálně jednou země). Nejpozději třetím úderem je však nutno zahrát míč přes síť do pole soupeře. Hraje se bez ztrát do 10 bodů.

## Turmhandbal

(jen pro vidící, s použitím materiálu Fridricha Schleiermachera upravil Robert Vachule) je aplikací **košíkové** vzniklou na základě zkušenosti, že **slabozrací žáci** obvykle nebývají v košíkové úspěšní. Relativně malý koš je pro ně obtížným cílem. Při turmhandbale je **koš nahrazen „strážcem věže“**.

**Místo** - hřiště nebo malá tělocvična (při 2x5 hráčích včetně obránců věží může být hrací plocha 10x15m), hřiště rozdělíme na poloviny; na protilehlých kratších stranách umístíme „věže“ a kolem výrazně vymežíme kruhy o poloměru 2m (např. **kruhem z 12.5m dlouhé hadice**). Pokud je stavíme u stěn, vystačíme s půlkruhy. Na zbývající ploše hřiště se pohybují hráči obou družstev. Na „věžích“

stojí hráči (strážci), každý na soupeřově polovině.

**Pomůcky** - 2 stoličky (nebo např. **vrchní díly švédských beden**) jako „věže“,

**míč** - kontrastní míč na volejbal nebo házenou.

**Pravidla:** Hra je podobná košíkové a házené. Hráči hází míč svému „strážci věže“ na soupeřově polovině. Strážce stojí na „věži“ a míč chytá. Za každé chycení má jeho družstvo bod. Poté hra znovu pokračuje rozehráním od středové čáry.



- V zásadě platí pravidla házené, mohou však být pozměňována.
  - Bezpodmínečně platí zákaz držet soupeře, strkat do něj, vyrazet mu míč z ruky.
- Nejpozději po třech krocích musí hráč míčem driblovat nebo míč odehrát.
- Za nedodržení pravidel vylučujeme hráče nejméně na 1 min.
  - Doba hry je ve vyučovací hodině 2 x 7 min, mimo vyučování 2 x 10 nebo 2 x 15 minut (podle stáří hráčů).
- Před tím, než strážce „věže“ chytí míč, se míč nesmí odrazit od zdi.
- Strážce „věže“ musí při chytání stále stát na „věži“.

Snažíme se, aby hráči nehráli příliš „na tělo“ a neházeli míč příliš tvrdě. Osobní obrana s rozpaženýma rukama je povolena, ovšem bránící hráč se nesmí svého soupeře dotknout. Na místo „strážců věží“ postavíme vyrovnané hráče, kteří poměrně dobře chytají. Trénujeme hody na strážce, vedení míče při běhu i přihrávky.

## Kombiball

(s použitím materiálu Fridricha Schleiermachersa upravil Robert Vachule) je variantou **přehazované** s širokými **integračními možnostmi pro různé postižené**.

**Místo** - hřiště nebo malá tělocvična, při 2 x 4 hráčích je velikost každé poloviny hřiště asi 6 x 6 m.

**Pomůcky** - pomůcky pro vymezení okrajů hřiště, např. napjatou gumou

- síť, jejíž výška odpovídá herní vyspělosti hráčů, její okraj můžeme zvýraznit propletením širokého kontrastního tkalounu. Pokud hráli i nevidomí, ozvučili jsme síť chrastítky nebo rolničkami. Rozhodčí tak mohl síť např. před podáním mírně zatřást, aby se hráči orientovali. Pokud hráli pouze nevidomí hráči, dávali jsme přes ni igelit (nebo lépe mikroten), aby jí bylo možno přece jen sluchově vnímat, a snad se tak i posilovalo „vnímání překážek“.

- při slabozrakých hráčích volíme dobře skákající kontrastní míč
- při nevidomých ozvučený lehký nafukovací „vodní“ míč, jehož náhodný úder do hlavy nezpůsobí nejen žádné zranění, ale ani velký úlek hráče
- při pouze nevidomých je ideální zásoba ozvučených nafukovacích balonků v ušitém silonovém obalu; jsou nejlépe slyšet a dobře se i odbíjejí.

**Pravidla:** Míč se podává z pravého zadního rohu přes síť. Hráči na druhé straně jej vracejí na maximálně tři doteky zpět.

- Lehce slabozrací hráči mohou odbítet jako ve **volejbale**, případně ještě i po prvním **odrazu o zem**. (Podobným způsobem lze začlenit i hráče s pohybovým postižením. Hráči na vozíku hrají volejbal, ale mají povoleny dva odrazy o zem.)
- Hráči s těžším postižením mohou hrát podle pravidel **přehazované** a případně míč chytat ještě i po prvním **odrazu o**

**zem.** (Lze takto opět vyrovnávat handicapy nejen zrakové, ale i motorické.)

- Hráči zcela **nevidomí** mohou **míč sbírat i ze země**. Po dopadu míče na zem začne rozhodčí nahlas počítat vteřiny a hráč musí míč zvednout ze země **do tří**. (Musí nad ním získat „bezpečnou kontrolu“, tzn. zvednut jej nejméně do výše pasu, a nesmí mu již vypadnout.) Pak pokračuje nahrávkou nebo přehozením přes síť.

Hození za hranice hřiště, stejně jako nepřehození sítě, se hodnotí bodem.

Kroky s míčem jsou zakázány. Začátečníci si mohou míč vzájemně podávat, pokročilejší hráče (i nevidomé) vedeme k tomu, aby si přihrávali.

Dle vyspělosti hráčů zůstává rozložení hráčů neměnné nebo se točí jako ve volejbale, případně můžeme hrát na ztráty (bod tedy získává pouze podávající družstvo). Pokud jsou hráči schopni zvládnout složitější herní techniku i pravidla, budou mít ze hry větší užitek.

Hrajeme buď na čas (ve vyučování např. 2 x 7 minut), nebo na dva vítězné sety po 15 bodech. Bodový rozdíl musí činit alespoň dva body (např. 18:16).

Od všech hráčů vyžadujeme ukázněnost - družstvo, které přehodilo míč přes síť, zachová ticho, aby i soupeř mohl ozvučený míč dobře sledovat. Hráč, který se zmocnil míče, to oznámí slovy „mám“, aby ostatní zbytečně nehledali. Alespoň při nácviku lze nedodržení těchto pravidel trestat.

Pozn.: Základem nácviku je podání. Trénovat nutno i nahrávky (spodem i vrchem) a smeče. Hráči musí získat cit pro míč a naučit se odhadnout úhel jeho odrazu. Blokování u sítě známé z volejbalu neužíváme, protože pro žáky pátého až sedmého ročníku je horní okraj sítě jen asi ve výši hlavy a teprve později zvyšujeme. Při nácviku slabozrakých můžeme povolit i dvojí odrazy od země před chycením.

S touto hrou máme ty nejlepší zkušenosti. Nejen že nevidomý může zachraňovat mužstvo, jemuž upadl míč na zem, ale byly sehrány i turnaje, kde nevidomí rovnocenně odolávali vidícím, každý hrál podle příslušných pravidel.

## Vyhánění míčů

(málo strukturované, spíše pro nevidomé)

**Místo** - alespoň napjatými gumami (volejbalovými sítěmi) ohrazený prostor na louce, hřišti, malá tělocvična asi 6 x 10m pro 2 x 5 hráčů nebo 4 x 10m pro 2 x 2 hráče (v tělocvičně ji lze zmenšit i lavičkami). Hrací plocha je uprostřed rozdělena napjatou gumou, pod níž se může volně kutálet míč, nebo síť asi 50cm nad zemí. Pro lepší přehlednost lze vytýčit gumou po každé straně sítě ještě metrový koridor, do nějž se nesmí (aby se hráči neprali pod sítí).

Nepoužíváme-li síť, vystačíme se středovým koridorem, z nějž vracíme "mrtvé" míče.

**Pomůcky:** 6 až 8 ozvučených míčů, prostředky na vymezení hřiště.

**Pravidla:** Hráči obou družstev se rozestaví podél zadních stran hřiště. Každé družstvo dostane polovinu míčů a na písknutí je začne kutálet proti soupeřově straně. Snaží se, aby se na soupeřově straně ocitly najednou všechny nebo alespoň určený počet

míčů.

Družstvo s jedním nebo žádným míčem získává bod a hra pokračuje po novém rozdělení míčů. Po setu se mění strany.

Družstvo získává bod v těchto případech:

-Dále než metr na soupeřově polovině je určený počet míčů.

-Kdekoli na soupeřově polovině je určený počet míčů odrazivších se vysokými hody od dělicí sítě nebo špatně odehraných.

-Hráč soupeře hodil míč přes dělicí síť.

Rozhodčí citlivě vracejí do hry vyautované nebo tzv."mrtvé" míče, které se zastavily a nikdo o nich neví.

*Hráči se mohou volně pohybovat po ploše, ale nesmí se dotýkat dělicí sítě. Pokud jsme hráli s vidíci, pohybovali se po kolenou a odbíjeli míč bočním úderem pěstí. U nevidomých taková omezení nebyla. Za kratší strany lze umístit orientační zvukový majáček.*

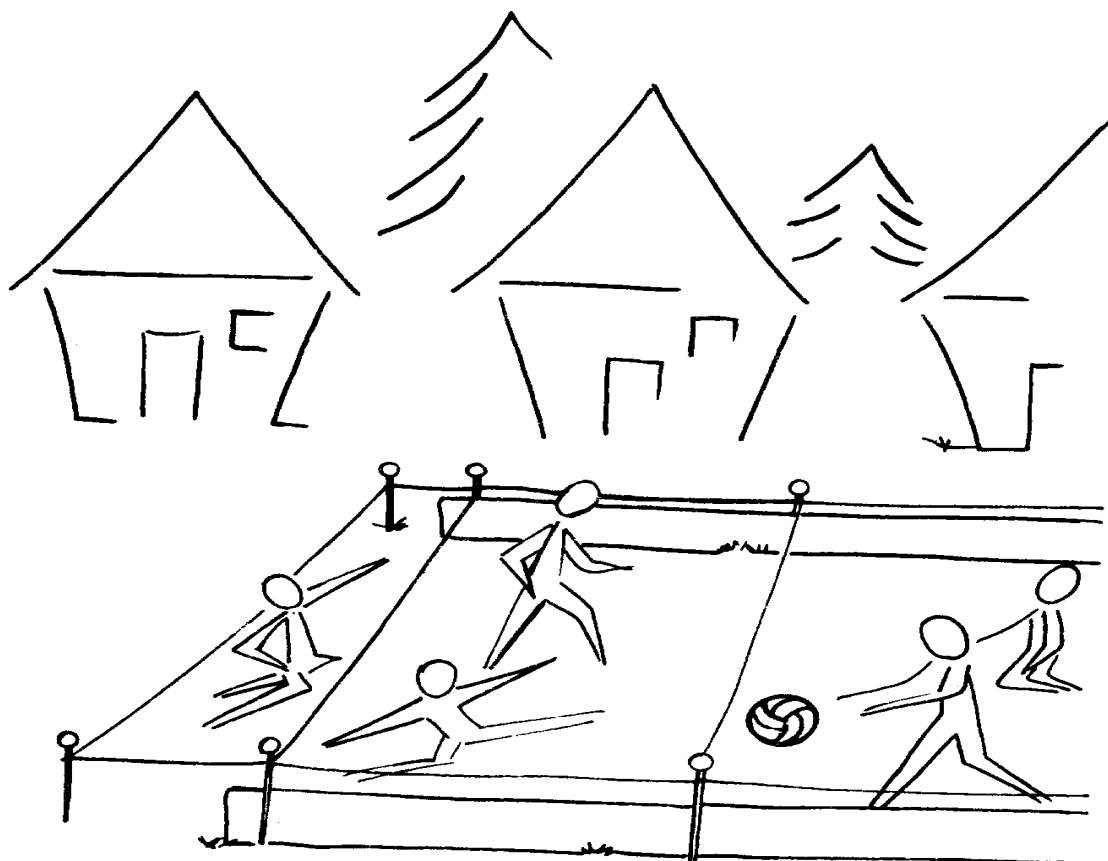
## Vybíjená (pro nevidomé)

**Místo** - alespoň napjatými gumami, nebo lépe zapřeným, na hranu postaveným širokým prknem či volejbalovými sítěmi na podélných stranách ohrazený prostor na louce, hřišti, malá tělocvična asi 4 x 10m pro 2 x 6 hráčů nebo 3 x 10m pro 2 x 3 hráče (v tělocvičně lze prostor snadno ze stran vymezit lavičkami a natahat mezi nimi čáry z gumy). Hřiště je gumami rozděleno na 4 části (viz. obrázek.);

**Pomůcky** - ozvučený míč, prostředky na vymezení hřiště.

**Pravidla** - Hra je obdobou obvyklé vybíjené, **míč** se však nesmí házet, pouze **se kutálí po zemi**.

Stejně početná mužstva si zvolí kapitány a ti si vylosují zahájení hry. Na znamení rozhodčího kapitán zahájí hru tím, že přihraje míč svému družstvu. Soupeři se snaží míč zachytit a získat. Pokud získají míč spoluhráči zahajujícího kapitána, mají nabito a snaží se zasáhnout některého soupeře. Zasažený hráč opustí pole a jde hrát do území svého kapitána, nebo má



družstvo jeden trestný bod (nezdržujeme se obtížným pohybem hráče přes gumičky). Vybíjet smí i kapitán, musí však mít nabito přihrávkou od svých spoluhráčů. Pokud kapitán nezachytí míč a ten mu projde na zadní čáru, nabito nemá.

Hra je mimořádně náročná na postřeh hráčů, neboť musí rozlišovat, kdy mají chytat nenabitý míč nebo se vyhýbat nabitému míči. Hra proto nemívá úspěch u dětí s kombinovaným postižením. Zpočátku musí rozhodčí hru hlasitě komentovat po způsobu rozhlasových reportérů - hráče tím hra i více baví, naučí se ji sledovat a mít přehled o dění na hřišti.

Schopným hráčům můžeme povolit chytání vybíjejícího míče (mají pak rovnou nabito). Zároveň pak lze vybíjet i házením.

## Goalball

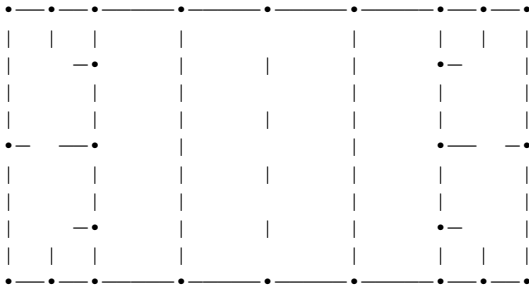
(paraolympijská hra nevidomých - Ivo Budil)

Hrají dvě tříčlenná družstva (a nejvýše tři náhradníci) na podlaze tělocvičny obdélníkového tvaru, středovou čarou rozděleného na dvě poloviny. Branky jsou postaveny na zadních stranách. Ke hře se používá ozvučený míč. Smyslem hry je kutálením dopravit míč za soupeřovu brankovou čáru, zatímco druhé mužstvo se tomu snaží naopak zabránit.

**Řádky z historie goalballu:** Za svůj vznik vděčí goalball Rakušanu Hansi Lorenzenovi a Němci Settu Reindleovi, kteří se v roce 1946 rozhodli tímto způsobem rozšířit možnosti rehabilitace ve válce osleplých vojáků. Světu byla tato hra oficiálně představena roku 1976 na Paralympijských hrách v kanadském Torontu. První světové mistrovství se konalo o dva roky později (1978) v Rakousku. Od té doby obliba goalballu

vzrostla natolik, že dnes je tento sport provozován ve všech regionálních pásmech Mezinárodní asociace zrakově postižených sportovců.

**HRACÍ PLOCHA** - Nejmenší přípustné rozměry tělocvičny pro závodní goalball jsou: podlaha 21.00 x 30.00 m, výška 5.00 m. Hrací plochou pro goalball je obdélník o délce 18m a šířce 9m. Každá polovina je rozdělena na tři pásma.



**Obranné pásmo:** je prostor o šířce 9m a hloubce 3m směrem od základní brankové čáry do středu hrací plochy.

**Útočné pásmo:** je další prostor, který bezprostředně souvisí s obranným pásmem ve směru do středu hrací plochy. Jeho šířka je 9m a hloubka je 3m.

**Neutrální pásmo:** je zbývající prostor mezi oběma útočnými pásmy, jehož hloubka je 6m.

**Všechna označení hrací plochy: jsou 5cm široká, musí být zřetelně vidět a musí být uzpůsobena pro hmatovou orientaci. Všechny čáry s výjimkou brankové musí být ve svém středu podlepeny šňůrou o tloušťce 3mm.**

**Orientační hráčské čáry:** Dvě postranní orientační čáry se nalézají v obranném pásmu ve vzdálenosti 1.5m od základní brankové čáry a 1.5m od přední čáry obranného pásma. Čáry jsou dlouhé 1.5m a směřují od postranní čáry ke středu obranného pásma. Další dvě středové orientační čáry jsou rovněž uvnitř hráčského pásma. Nacházejí se v jeho středu a jsou kolmé na čáru označující přední část obranného pásma a základní, brankovou čáru. Obě čáry jsou dlouhé 0.5m. Dvě doplňkové čáry, kolmé na čáru označující přední část obranného pásma, jsou vzdálené od postranních čar vždy 1.5m a jejich délka je 0.15m.

S výjimkou označení hrací plochy nejsou již žádná další označení přípustná.

**Branky** jsou široké 9m. Tyčky jsou vysoké 1.3m, kulaté a stojí mimo hrací plochu, avšak v rovině se základní brankovou čárou. Největší možný průměr tyček je 0.15m. Konstrukce musí být bezpečná s horní tyčí pevně připojenou.

**Míč** pro goalball je vyroben z tvrdé gumy a je ozvučen. Má 8 otvorů o průměru 1cm. Hmotnost má 1250g a jeho obvod je asi 76cm.

Na hrací ploše musí mít všichni **hráči nasazeny klapky** (pomůcky znemožňující viděcímu hráči využívat při hře zraku), a to od zahajovacího hvizdu každého poločasu až po jeho skončení (včetně nastavování a volných hodů). Nošení brýlí a kontaktních čoček je zakázáno.

**Pravidla hry:** Hra s celkovou dobou trvání 14 minut je rozdělena na dva **sedmiminutové poločasy** s třeminutovou přestávkou. Při trestných situacích je čas zastaven. V případě nutnosti určit u nerozhodného zápasu vítěze se prodlužuje zápas dvěma třeminutovými

poločasy nastavování. Neurčí-li se ani tak vítěz, rozhodují o výsledku volné hody (každé družstvo zastupuje jenom jeden hráč).

Během zápasu je pomoc při orientaci povolena pouze bránícímu hráči, který je před trestnou situací odveden z hrací plochy. Je-li nutné vypomoci při orientaci hráči v jiné části hrací doby, je to posuzováno jako osobní zdržování hry.

Každé družstvo má v průběhu normální hrací doby povoleny tři oddechové časy, každý s dobou trvání 45 sekund, určené k udílení taktických pokynů a komunikaci s hráči. Oddechový čas si může kdykoli vyžádat hráč nebo trenér za pomoci neverbální ruční signalizace „T“.

**PORUŠENÍ PRAVIDEL:** Ve všech případech porušení pravidel připadá míč bránícímu družstvu.

**Předčasný hod:** Odhodí-li hráč míč dříve, než je k tomu vyzván, je hod sice zapsán, ovšem vstřelený gól uznat nelze.

**Přešlap:** Házející hráč musí být při odhodu míče alespoň částí svého těla v kontaktu s hrací plochou. Není-li tomu tak, je hod sice zapsán, ovšem střelený gól uznat nelze. Přešlap mimo hrací plochu, jestliže se hráč teprve orientuje, za porušení pravidel považováno není.

**Přihrávka do autu:** Jestliže se během přihrávání mezi členy družstva dostane míč za postranní čáru, je to považováno za ztrátu kontroly nad míčem, a tedy hodnoceno jako porušení pravidel.

**Míč přes polovinu:** Je-li míč bránícím hráčem vyražen tak, že se odrazí až za středovou čáru neutrálního pásma, je míč vrácen družstvu, které hod provádělo. Toto pravidlo se vztahuje i na míče odražené za středovou čáru od tyček nebo horní tyče. Toto pravidlo se však nevztahuje na volné ani trestné hody.

**Mrtvý míč:** Jestliže po obranném zákroku zůstane míč stát na místě a je zřejmé, že jej družstvo nemá pod svou kontrolou a ani o to neusiluje, je tato situace považována za ztrátu kontroly nad míčem, a tedy za porušení pravidel.

**TRESTNÉ SITUACE:** Tresty jsou dvojího druhu: osobní tresty a tresty pro družstvo. V obou případech čelí trestnému hodu pouze jeden hráč potrestaného družstva. V případě osobního trestu je to hráč, který trestnou situaci zavinil. V případě trestu pro družstvo je to hráč, kterému je, před uložení trestu, zapsán hod jako poslední. V případě, že je trest pro družstvo uložen ještě před

hodem, zůstává na hrací ploše hráč, kterého určí trenér. Po každé trestné situaci následuje trestný hod. Všechny trestné hody musí být prováděny ve shodě s pravidly hry.

### **OSOBNÍ TRESTY:**

**Přehod:** Dřív než míč při hodu opustí obranné nebo útočné pásmo, musí se alespoň jednou dotknout podlahy. Nestane-li se tak, je hod sice zapsán, ovšem vstřelený gól nelze uznat.

**Dlouhý míč:** Při hodu se musí míč alespoň jednou dotknout podlahy v neutrálním pásmu. Nestane-li se tak, je hod sice zapsán, ovšem vstřelený gól nelze uznat.

**Klapky:** Pokud se kterýkoli hráč na hrací ploše dotkne klapek, následuje za to trestný hod. Dotkne-li se klapek hráč, nacházející se při trestné situaci mimo hrací plochu, následuje za to další trestný hod. Pokud si chce hráč během hrací doby, při oddechovém čase nebo při jiném přerušení hry upravit klapky, musí

o to požádat hlavního rozhodčího. Po schválení se musí ještě před úpravou klapek otočit zády od hrací plochy.

**Třetí hod:** Každý hráč může provádět hod nejvýše dvakrát za sebou. Za třetí a další bezprostřední hod stejného hráče následuje trestný hod. Počet po sobě následujících hodů se převádí i do následujícího poločasu nebo trestných situací, nikoli však z normální hrací doby do nastavování. Případné vstřelení vlastního gólu za hod považováno není.

**Nedovolená obrana:** Při prvním obranném kontaktu s míčem se musí hráč alespoň částí svého těla dotýkat obranného pásma.

**Osobní zdržování hry:** Trestný hod následuje, jestliže hráč:  
a) je při ztrátě orientace doveden na svůj post někým jiným než spoluhráčem, který se nachází na hrací ploše.  
b) není připraven na pokyn hlavního rozhodčího k zahájení hry.

**Osobní nesportovní chování:** Pokud hlavní rozhodčí usoudí, že se hráč na hrací ploše chová nesportovně, je oprávněn hráče potrestat. Případný další projev nesportovního chování může mít za následek vyloučení do konce zápasu a nebo i, posoudí-li tak situaci hlavní rozhodčí, vyloučení z celého turnaje.

#### **TRESTY PRO DRUŽSTVO:**

**Osm sekund:** Hráč (družstvo) musí provést hod do osmi (8) sekund po skončení obranného zákroku. Toto pravidlo je aplikováno, ať již je míč pod kontrolou bránícího družstva či nikoli. (Kontroluje časoměřič osmi sekund.)

**Zdržování hry družstvem:** Trestný hod za zdržování hry družstvem následuje, jestliže družstvo:

- a) není připraveno na pokyn hlavního rozhodčího k zahájení hry,
- b) jakoukoli svojí činností brání pokračování hry,
- c) uskuteční střídání v přestávce mezi poločasy, aniž by o tom uvědomilo hlavního rozhodčího.

**Nesportovní chování družstva:** Pokud hlavní rozhodčí usoudí, že se některý člen družstva chová nesportovně, je oprávněn družstvo potrestat. Případný další projev nesportovního chování může mít za následek vyloučení do konce zápasu, a nebo, posoudí-li tak situaci hlavní rozhodčí, vyloučení z celého turnaje.

**Nedovolené udílení taktických pokynů:** Žádné osobě, nacházející se v prostoru hráčské lavičky, není dovoleno, s výjimkou oddechových časů a přestávky mezi poločasy, udílet taktické pokyny a komunikovat s hráči. Usoudí-li hlavní rozhodčí, že někdo, nacházející se v prostoru hráčské lavičky taktické pokyny udílí, nařídí proti družstvu trestný hod. Dojde-li v průběhu téhož zápasu k druhému porušení tohoto pravidla, je dotyčná osoba vyvedena z tělocvičny a proti družstvu nařízen trestný hod.

#### **TECHNIKA HRY - NÁCVIK HÁZENÍ**

**Nácvik z místa:** Míč se hází způsobem obdobným způsobu používanému při hodu na kuželky. Jedna noha je nakročena. Rukama provedeme zhrounutí míče dozadu a pak celou silou kupředu. Ruka s míčem se musí vést co nejbližší tělu. Nohy jdou do podřepu.

Míč opouští ruku co nejtěsněji nad zemí a vypouští se přes prsty. Není závadou, když hráč následně dopadá na koleno.

**Nácvik za pohybu:** Pro dosažení větší síly úderu je nutné míč vypustit za doprovodného pohybu celého těla. Provádíme hod z kroku, přísunu a kroku a pád na koleno nebo alespoň podřepnutí (**přítom dochází k rotaci**). Pohyby rukou s míčem zůstávají stejné,

jen mohou být důraznější (balon v ruce by měl co nejdéle kopírovat podlahu - nepadat s výšky). Ještě na zemi mu lze dát zápěstím potřebnou rotaci nebo faleš. Druhá ruka se v závěru pohybuje dozadu. Není na závadu ani když hráč, snažící se dát míči co největší razanci, dopadá v závěru hodu na podlahu. Je potřeba nacvičit dobrou, i vzájemnou (mezi hráči) orientaci na hřišti, aby hráč nejen stále přesně věděl, kde je a kterým směrem stojí, ale aby i uměl potřebným směrem házet (a využívat takticky třeba i slabin soupeře).

**CHYTÁNÍ MÍČE** (Kvalitní chrániče kolenou, loktů a boků jsou nezbytné).

**Nácvik stereotypu obranného padání:** cílem pádu je vykrýt co největší prostor.

Protože pád na podlahu je nepříjemná záležitost, je třeba věnovat dostatečný čas nácviku techniky pádu, tak, aby se maximálně zmírnily jeho následky. Abychom pád co nejvíce ztlumili, je třeba se naučit padat současně alespoň na dvě části těla. Je nutno padat uvolněně, aby dopad byl co nejměkčí.

Jdeme do dřepu, přecházíme vlastně do dřepu na jedné noze, přičemž druhou nohu suneme do strany. Z podřepu sklouzneme na koleno, kyčel a hranu ruky, nohy se posunují dál od trupu a napínají se, horní noha se dostává před dolní, hráč dopadá i na loket.

Ruka se musí od lokte nahoru opět mírně zvednout nad podlahu, aby jí míč nepřeskočil. Horní ruka je před obličejem (kryje obličej) a její pohyb končí 15-20 cm nad zemí. Dlaně těsně vedle sebe. Pohyb se dokončuje až těsně před doběhnutím míče.

Proti míči je třeba učinit protipohyb, protože pasivně ležícího hráče by míč přeskočil. Základ účinného zákroku spočívá ve včasném vymrštění zpevněného těla před míč. Pozor na otvor v podpaží, kudy míč často projde!

**Hráči vykrývají brankový prostor společně.**

Míče, o kterých má hráč naprostý přehled, lze ve dřepu chytat mezi nohy a náraz tlumit předloktím.

Ztlumit předloktím lze i míče chytané vleže. Míč je však nejbezpečnější vždy chytat na tělo.

**Začínáme nácvikem bez míče.** Nedaří-li se pohyb vysvětlit, je třeba hráči podrazit nohy do strany a přidržet je, aby si při pádu neublížil, nicméně přišel na to, jak má pád vypadat.

Můžeme začít nácvikem pádu na žíněnce, ale brzo přecházíme do reálných podmínek. Střídáme pády na obě strany.

**Nácvik s míčem.** Základ je v tom vědět, kde je míč, odkud a kam směřuje jeho dráha, a tomu přizpůsobit svůj pád. Je třeba stále poslouchat míč a být k němu stále čelem a míč si předcházet. Snadno pro tyto dovednosti vymyslíme řadu cvičení, kde budou hráči dráhu míče sledovat, až dosáhnou potřebné jistoty v jeho chytání.

Nejprve házíme míč na procvičovanou stranu, ale brzy přecházíme na střídání stran, tak, aby hráči stále museli míč sledovat. Tempo se pomalu zvyšuje.

## Showdown

mezinárodní aplikace stolního tenisu pro nevidomé (Jan Jelínek)



Tato hra je pro nevidomé velmi vhodná, neboť je velmi bezpečná, je při ní dostatek pohybu a pomáhá i při rozvoji orientačních schopností nevidomých. Showdown mohou hrát nevidomí prakticky všech věkových skupin. Je vhodná pro muže i ženy.

Showdown se hraje pálkou o délce (včetně rukojeti) 30,5 cm a šířce 9,5 cm. Hraje se s míčkem o průměru 6,5 až 7 cm, který je vyroben z plastu a je ozvučen tím, že je naplněn olověnými broky, tak, aby míček vážil 20 g. Protože úder míčkem do ruky jsou velmi bolestivé, je nutné aby hráč měl na prstech a zápěstí hrající ruky chrániče.

Showdown se hraje na speciálním stole, který je opatřen kolem dokola mantinelem o výšce 12,5 cm, aby míček zbytečně nepadl ze stolu. Uprostřed stolu je místo sítě prkno o výšce 30,5 cm, které na rozdíl od klasického stolního tenisu míček nepřeskakuje, ale podbíhá. Průběh pro míček je vysoký 12,5 cm. Stůl je dále na každé straně u konce vybaven jamkou ve tvaru lichoběžníku, delší strana je dlouhá 30,5 cm a kratší je o 10 cm kratší. Šířka jamky je cca 10 cm. Padne-li míček do této **jamky** bránícího hráče, protihráč získá **dva body**.

Pálka bránícího se nesmí pohybovat v brankovišti (branka a 5cm široká čára kolem) jinak... Šířka vnitřní plochy stolu je 122 cm a délka je 366 cm. Výška hrací desky od země je 86,5 cm.

Showdown se hraje na sety, z nichž každý končí dosažením alespoň 11 bodů jedním z hráčů s rozdílem alespoň dvou bodů. Dosáhne-li jeden z hráčů v setu šesti bodů, mění se strany. Může se hrát na jeden set, na dva vítězné, či tři vítězné sety. Kromě již uvedených možností bodování jsou další tyto: když **míček opouští stůl**, když míček zasáhne prkno (sítku) a odrazí se zpět, když hráč **hraje rukou** mimo její část po zápěstí, která je považována za součást pátky, a když **míček teče tělo protihráče**. Ve všech těchto případech je **bod** připsán protihráči. Každý hráč podává pětkrát za sebou. Pokud se míček zastaví tak, že ho nelze odehrát, podávající hráč podává znovu bez ztráty podání. Hráč **podává tak, aby míček tečoval boční mantinel na jeho straně stolu**. Pokud se tak nestane, hráč nepodává znovu, ale ztrácí podání. Pokud podání bylo poslední, přechází podání na protihráče.

**Řádky z historie showdownu:** Tento sport vznikl na přelomu 70. a 80. let v Kanadě, když Kanaďané upravili podobnou hru přivezenou z Austrálie. Rozšířili ji do USA. Odtud se tato hra rozšířila do Evropy. Tak byla také předvedena na olympiádě tělesně a zrakově postižených v holandském Arnheimu v roce 1980. Tam showdown také objevil náš účastník olympiády Josef Stiborský a přivezl jeho pravidla do Čech, spolu s kontaktní adresou do kanadského Vancouveru. Tam jsem také hned napsal, získali jsme tak míčky a přes naše ministerstvo zahraničních věcí i pátky. Po výměně několika dopisů s panem Louisem jsme začali v dílnách meziměstské ústředny Praha se stavbou prvních dvou českých stolů pro showdown (dodnes fungují). To bylo v roce 1982. V roce 1983 jsme založili první oddíl showdownu v TJ Zora Praha. Za pomoci ing.Červeného a za pochopení ing.S. Zákouckého, ředitele Meziměstské a mezinárodní ústředny Praha. Showdown totiž své první kroky na české půdě udělal v tělocvičně ústřední telekomunikační budovy v Praze. V roce 1989 byl založen showdownový oddíl v TJ Karko Ústí nad Labem. Tím se začala psát nová kapitola meziklubových soutěží a zápasů. Díky našemu bývalému členovi Petrovi Bayerovi se showdown podařilo „vyvézt“ na Slovensko.

V roce 1992 se konal v Bratislavě první turnaj a v téže roce se konalo i první a zároveň poslední mistrovství Československa. Od roku 1993 se díky rozdělení státu začala psát kapitola mezinárodních styků českého a slovenského showdownu a začalo se pořádat i mistrovství České republiky. V minulých letech bylo založeno dalších 6 oddílů. V Praze kromě TJ Zora začal provozovat showdown i oddíl SK Tyflosport Praha, který je zatím největším a nejsilnějším oddílem v ČR. IBSA rozhodla zařadit showdown jako ukázkový sport na paraolympiádě v Atlantě a jako řádný sport na paraolympiádě v Sydney v roce 2000. V ČR máme již devět oddílů showdownu, rozbíhají se soutěže a připravujeme i celoroční hodnocení hráčů a výkonnostní třídy. Začínají se hrát i čtyřhry. Je u nich větší vzrušení a legrace než u dvouher. Záleží jen na sebranosti páru. Díky některým vyznavačům showdownu se tento sport stává i vědou. Specialisté poznají, jak se přizpůsobit jednotlivým stolům. Každý stůl je sice dělán podle jednotné dokumentace, ale drobné odchylky existují, rozdíly jsou i v materiálu použitém na výstavbu stolů. Jsou již hráči, kteří se dokáží přizpůsobit hře protihráče a změnou rytmu hry dokáží hráče se strojovou kombinací vyvést z konceptu. Dokáží přizpůsobit sílu úderu vzhledem k typu protihráče či stolu. Jsou hráči, kteří hrají silový, útočný showdown. Jiní jsou vytrvalí a dokáží trpělivě i dlouho čekat na chybu soupeře. V showdownu jsou klidasové i trémisté. Běží soutěž o mistrovství republiky družstev. Tam je možné, aby jednotliví hráči uplatnili kolektivní soudržnost a zdůraznili svou oddílovou příslušnost. Bude se i rozvíjet strategie a taktika kapitánů, až budou provádět různé změny a varianty sestav. Pro poměrně malé finanční náklady a velmi malé nároky na prostor je podle některých hráčů a příznivců showdown nejrozšířenějším sportem zrakově postižených v ČR.

## Rollping

je delší, nezávodní **aplikací stolního tenisu** pro nevidomé. Vymyšlenou nevidomým Jiřím Mojžíškem. Osvědčila se v praxi díky snadnější možnosti vyrobit si stůl třeba na táboře, v ústavu sociální péče a všude, kde je potřeba. Protože se nehraje závodně, nemusíme přesně dodržet ani rozměry stolu ani pravidla a můžeme je přizpůsobit druhu a stupni postižení i vlastním potřebám a možnostem. (Jako zjednodušený a zpomalený stolní tenis se hodí i pro jinak postižené než zrakově).

**Stůl** se skládá z pevné, hmotnější desky (na slabé desce by byl zvuk míčku příliš intenzivní a bylo by obtížné jej lokalizovat) s postranními mantinely (alespoň 5 cm vysokými na podélných stranách). Uprostřed je stůl rozdělen prkénkem připevněným k mantinelům, pod nímž je mezera na velikost míčku + 1 až 2 mm. Na koncích mantinely stůl přesahují asi o 10 cm a jejich konce jsou spojeny. Tvoří tak jakousi ohrádku, která jednak brání hráči opírat se tělem o desku, jednak odráží prudké míče zpět na stůl. Optimální délka stolu se nám zdá 3 až 3,5 m (aby bylo dost času reagovat) a šířka alespoň pro děti asi 0,7 až 1,2 m. (V praxi jsme však vycházeli z velikosti rámu postele či z velikosti prodávané tabule laťovky nebo z velikosti dvou školních lavic, k nimž jsme na podélných stranách přišroubovali prkna. Spojování dvou desek však musí být přesné, aby míček na

přechodu neodsakoval).

Obyčejné **míčky** na stolní tenis jsou ozvučeny drobnými skleněnými korálky. (Do míčku navrtáme otvor vrtáčkem o málo menším ež je velikost drobných korálků, cca 1 mm. Korálky dovnitř vtlačíme nehtem mírným násilím). Stačí použít ty nejlevnější míčky někdy označované „pro rekreační hru“.

**Pálky** vyhovují i levné obyčejné (plastikové dětské, dřevěné, potažené korkem).

#### **Pravidla hry:**

Míček se pomocí pátky kutálí po stole pod „sítkou“. Podání hráči buď vyhraji v prvním nezapočítaném podání nebo je vylosují. Hra je zahájena podáním a po výměně míčů končí chybou jednoho z hráčů. Při podání se míček položí rukou na stůl a odehraje pátkou. (V případě, že lišta ukončující stůl nevrací prudké míče bezpečně zpět, nelze bodovat z podání, protože je lze snadno dávat nechytatelná. Neodehrané podání se tedy opakuje.) Narazí-li míček do sítky a zůstane na stole, lze odehrát znovu. Podání se střídá jako ve stolním tenise při součtu bodů, který je násobkem pěti. Hraje se na dva vítězné sety.

**Bod** se započítává za neodehrání míčku (spadne-li u hráče se stolu), přehození mantinelu, hru nad „sítkou“, příliš slabé rozehrání či odehrání, které nedojde do soupeřovy poslední čtvrtiny stolu, tažený míč a dotyk míče druhou rukou.

Pod ohrádku u hráče lze zavěsit **plátěný vak** na míčky, ale jeho použití doporučujeme jen u hráčů s kombinovaným postižením. Upadlý míček je zrakově postižený schopen dobře najít a zvláště u dětí je to vhodné a většinou dobře motivované kompenzační cvičení sluchu, orientace, pozornosti a hledání.

Se schopnými hráči lze hrát i „**obíhačku**“. Hráči pak však odehrávali míček většinou hřbetem ruky (pálky příliš překážely při obíhání).

V případě, že hru používáme **integračně**, je nutné, aby na koncích stolu byly za mezerou mantinely stejné jako po stranách, odrážející příliš prudké míče zpět na stůl.

Závěrem bych chtěl ještě jednou připomenout, že zpomalené, zjednodušené a zpřehledněné hry, které zde popisujeme, mohou být včetně některých úprav dobrou inspirací i pro pracovníky s lidmi s tělesným nebo mentálním postižením.

#### **Použitá literatura:**

Materiály Svazu zrakově postižených sportovců  
Sambikin, L.B.: Iгры длja слeпых дeтeй, Москва 1950

## **Krátký náznak velké šire oftalmologické problematiky**

Předem bychom měli vědět, nemají-li zrakově postižení zájemci o sport nějaká zdravotně indikovaná omezení pohybu, tzv. kontraindikace. Pokud ano, samozřejmě je dodržujte. Avšak v případě, že je dítě „osvobozeno“ příliš obecně, nespokojte se s tím a chtějte od lékaře vědět, co vlastně smí, ale hlavně přesné vymezení toho, **co nesmí**. Žádnému dítěti přece nelze zakázat, aby se pohybovalo. Naprosto netréované dítě také daleko snadněji přijde k úrazu při sebemenší příležitosti. Z hlediska zrakového postižení je vždy důležitý nejen **stupeň**, ale i **charakter zrakové vady**. Jde nejen o zrakovou ostrost, ale i

o velikost zorného pole, o barvoslepost a adaptační potíže. [Někdy se můžeme setkat s lékařskou zprávou, kde je udána zraková ostrost centrální např. 5/25. Znamená to, že dotyčný vidí z 5 metrů, co by zdravé oko vidělo z 25 metrů. Zraková ostrost do blízka se zjišťuje čtením na Jägrových tabulkách.]

J.č.1:


J.č.4:

J.č.10:

J.č.20:

... aze, přece lze jí, jako každého jiného zvyku,  
... it se stránky radostné nebo žalostné, a velice  
... dvě stránky podává — jednu jasnou, druhou  
... této volbě rozhodovala pro stránku jasnou,  
... všechny smysly lunat barva, něžný stín. A vůli tímto způsobem fidiiti můžeme;  
... k semí tuil, samojedný rozkošný klouk  
... oči otevřené pro tmavý mrak, nezavírejme  
... přtky, hoosí se takovou plaosí sónat  
... na život ve všech jeho zjevch. Padne na  
... nevědomost a osvíti jí; padne na zármurek  
... ze slunce života, netěšíme, květiny na zmar  
... celý není leč prázdná, neživotná bezduchá

Jaro se již hrnulo k ná  
letělo, ze země pučelo,  
modrým nebem jávalo.  
bílé břízy si první vple



**Slabozrakým** nazýváme člověka, který má i po optimální korekci výrazné obtíže, vidí asi 4krát hůře než normálně vidící (např. má vizus lepšího oka 5/20 (přes 7 dioptrií) a j.č.10)

Člověk se **zbytky zraku** má i po optimální korekci asi 3/50 - 1/50.

Hranice **praktické slepoty** byla stanovena z hlediska bezpečnosti v silniční dopravě na 1/60 nebo zorné pole pod 10<sup>0</sup>.

Někdo je **světloplachý**, pravidelně je tomu tak například u bělovlasých osob s albinismem: světlo je oslňuje, mají problémy s přechody mezi světlem a stínem, zvláště náročný je pro ně pohyb proti slunc (nefungují tyčinky, ale jen čípky, to znamená trvalé oslnění, jež může být až bolestivé...). Při pohledu proti světlu je třeba tmavých, někdy (třeba na sněhu) až svářečských brýlí.

Jiný člověk je **šeroslepý** (při nedostatku světla se stává až někdy nevidomým).

Někdo má značně snížený zorný úhel, tzv. **trubicové vidění** (jako když se díváme třeba trubičkou od versatilky), šíře zorného úhlu se udává ve stupních. (Člověk s velmi malým zorným úhlem je třeba schopen číst v novinách, hůře by už psal na nelinkovaný papír, protože nemá kontrolu podle už napsaného řádku a písmo se mu buď rozjíždí nebo je píše do sebe. Při orientaci na ulici je mu tak malý úhel vidění také velmi málo platný a musí nosit hůl, protože by vrážel do ostatních lidí a věcí rameny.)

Barvoslepých je 7% chlapců, takže červenými fáborky bychom cestu lese neměli značit nikdy.

Při **myopii gravis** se tvoří uzlíčky na sítnici, které mohou při námaze prasknout. Při doskoku se může odchlípit sítnice namáhaná na protažené oční bulvě a situaci pak obtížně řeší oční operace. Takže neskáče a nepřekrýváme hlavu (např. je lepší podřep než předklon).

Při **kataraktě** (šedém zákalu) se dříve odoperovávaly zakalené čočky a následkem jejich chybění (**afakie**) bylo potřeba nahradit (asi 14 dioptrií do dálky a 12D na blízko) velmi silnými brýlemi. **Zákal** na střed čičky, způsobí, že člověk na světle přestává vidět vlivem reflexního stahování zornice, které ho nutí dívat se přes zakalený střed oční čočky. Při menším světle v takovém případě přeci jen něco vidí periferním viděním.

Při **glaukomu** (zeleném zákalu) zvýšený nitrooční tlak komorové vody tlačí přímo na zrakový nerv jako výběžek mozku (asi 0.1 všech oslepnutí). Glaukomový záchvat je sice velmi bolestivý, ale stane se, že dítě jej z nějakého důvodu nepřizná, nebo až pozdě.

(Příznaky: zhoršení vidění, barevné kruhy, bolest až zvracení.)  
Zatímco mírné cvičení tlak dlouhodobě snižuje, nemocný nesmí: zvedat, tlačit (problém může být i zácpa), kofein, tabák, vypít rychle přes 0,5 litru vody, viset hlavou dolů a další činnosti zvyšující nitrooční tlak. Situaci zhoršuje i obezita, vysoký krevní tlak, omezující oblečení, šero (kdy se nám roztahují panenky).

Pozor, s **kontaktními čočkami** se nesmí spát, u starších typů hrozí akutní zánět!! Ale ani u novějších se to nedoporučuje.

Podle nových výzkumů moc ani málo světla oči přímo nepoškozuje, jen může více unavovat. Každý si musí najít, co mu individuálně vyhovuje. Poškozují jen silné světelné zdroje (dívání se do sluníčka, sváření atd).

Snažme se i malé zbytky zraku využívat a ke koukání stimulovat. Situace však není jednoduchá. Není nikde řečeno, že nějaké zbytky zraku musí život za všech okolností jednoznačně zjednodušovat. Zkusme si to představit. „Vše kolem je samá šed'. Ale i ta šed' má mnoho odstínů. Některé předměty nebo jejich části se zdají tmavší, jiné světlejší. To střídání světlých a tmavých ploch signalizuje asi překážky. Světlocit dává možnost orientovat se třeba podle okenních otvorů, večer pak podle osvětlovacích těles a jiných zdrojů světla. Když jdeme po ulici, vidíme za příznivého osvětlení na několik metrů před sebou chodník jako jednobarevný šedý pruh ohraničený světlejším páskem na straně plotu a jinak šedým pásem vozovky. Pak projdeme tmavším místem a máme sandály plné vody z louže po nočním deštíku. Poučení touto nepříjemností vzápětí raději obejdeme podobně tmavý stín vržený dopravní značkou. Kdyby slunce svítilo naopak proti nám, třpytila by se louže stejně jako kus plechu ležící na chodníku. Někdy bezpečně vykročíme na obrubník, ale „prošlápeme“ při vykročování na stín sloupu, který vypadá stejně. V neznámé místnosti si spleteme dveře s obdélníkem na zdi, který vytvářejí sluneční paprsky procházející oknem. Pro rozlišení podobných záludností bychom mohli použít bílou hůl. Co však dívka zadělávající těsto, která se marně snažila vyndat z těsta smetí, kterým ve skutečnosti byl průhled průsvitným bílkem na dno tmavé keramické mísy?“

## **Praktické důsledky pro organizaci sportu**

Sport osob se zrakovým postižením postupně přestává být kuriozitou. Se zvětšujícím se počtem závodníků a soutěží nastala nutnost objektivního poměrování sportovních výkonů u různě zrakově postižených sportovců. Byly stanoveny tři mezinárodně dohodnuté kategorie podle vizu, s tím, že zařazení do kategorie je dáno vizem lepšího oka (B=blind):

**nevidomý B1** = od úplné nevidomosti až po světlocit, avšak bez schopnosti rozeznat tvar ruky ze žádné vzdálenosti a ze žádného směru.

**zbytky zraku B2** = od schopnosti rozeznat tvar ruky až po vizus 2/60 nebo (či současně s) zorným polem menším než 5°. Mezi těmito dvěma kategoriemi vznikaly největší rozpaky při zařazování sportovců.

**slabozrací B3** = vizus od 2/60 do 6/60 nebo (či současně s) zorným polem od 5° do 20°

Tato klasifikace se vztahuje na lepší oko s korekcí.

Z důvodu ne zcela jednoznačných výkladů pojmů byla stanoven v ČR

oftalmolog Dr.Zobanová v Praze a Dr. Látalová v Olomouci, které sportovní kategorie sportovcům přiznávají.

## **Obsah:**

<b>Míčové hry pro zrakově postižené</b> .....	1
<b>Sálová kopaná</b> .....	2
<b>Pravidla fotbalu kategorie B1 (v souladu s pravidly FIFA)</b> .....	3
Pravidlo I. - Hřiště.....	3
Pravidlo II - Míč.....	4
Pravidlo III: Počet hráčů.....	5
Pravidlo IV: Vybavení hráčů.....	6
Pravidlo V: Hlavní rozhodčí.....	6
Pravidlo VI: Asistent (rozhodčího).....	8
Pravidlo VII: Časoměřič.....	8
Pravidla VIII: Doba trvání.....	9
Pravidlo IX: Výkop.....	10
Pravidlo X: Míč ve hře a mimo hru.....	10
Pravidlo XI: Vstřelení branky.....	11
Pravidlo XII.....	11
Dodatky II.....	12
Pravidlo XIII: Volný kop.....	14
Pravidlo XIV: násobné fauly.....	14
Pravidlo XV: Pokutový kop (penalta).....	15
Pravidlo XVI: Vhazování.....	15
Pravidlo XVII: Vyhazování.....	16
Pravidlo XVIII: Rohový kop.....	16
Dodatky I.....	17
<b>Pravidla sálové kopané pro třídy B2/B3 dle pravidel FIFA</b> .....	19
Pravidlo I - Plocha.....	20
Pravidlo II - Míč.....	21
Pravidlo III - Počet hráčů.....	21
Pravidlo IV - Vybavení hráčů.....	22
Pravidlo V - Hlavní rozhodčí.....	22
Pravidlo VI - Pomocný rozhodčí (asistent).....	23
Pravidlo VII: Časoměřič.....	23
Pravidlo VIII - Hrací doba.....	24
Pravidlo IX - Začátek hry.....	25
Pravidlo X - Míč ve hře a mimo hru.....	25
Pravidlo XI - Způsob skórování.....	26
Pravidlo XII - Fauly a nesportovní chování.....	26
Pravidlo XIII - Volný kop.....	28
Pravidlo XIV - Akumulované fauly.....	28
Pravidla XV - Penalta.....	29
Pravidlo XVI - Rozehrání.....	29
Pravidla XVII - Prostor branky.....	30
Pravidlo XVIII - Rohový kop.....	30

Nohejbal (jen pro vidící) .....	31
Turmhandbal.....	32
Kombiball.....	33
Vyhánění míčů.....	34
Goalball .....	36
Showdown.....	40
Rollping.....	42
Krátký náznak velké šíře oftalmologické problematiky.....	43
Praktické důsledky pro organizaci sportu.....	45
Obsah:.....	46