



Gry adaptacyjne jako skuteczny instrument zwiększenia aktywności fizycznej osób w różnym wieku i stopniu sprawności

prof. WSG dr Alexander Skaliy

Bydgoszcz, 2024

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Mózg
Serce
Płuca
Jelita
Skóra
centralny układ
nerwowy
Oczy
Mięśnie
Stawy
Inne...



NA JAKIE NARZĄDY MA WPŁYW FAKT PRZEBYWANIA CZŁOWIEKA W WODZIE?



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.







Developed with science, taught with passion



Gry



są rozpowszechnioną formą współdziałania ludzi, którzy przyjęli i zaakceptowali określone logiczne reguły tego współdziałania oraz role, jakie w tej grze przypadły im w udziale.

RYSZARD PANFIL

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI

Cornhole

Kornhol jest grą, której początki sięgają XIV wieku i pochodzi z USA

Gra ma bardzo proste zasady.

Z odległości 5 metrów (na zawodach 8,23 m)
gracze próbują trafić woreczkami (z kukuryzdą)
swojego koloru w otwór deski. (na zawodach worek
powinien ważyć od 440 do 470 gr rozmiarem 150x150 mm)



**Woreczek w dziurze – 3 punkty,
na platformie – 1 punkt,
poza platformą – 0 punktów**

Wariant 1 - gra do 21

Wariant 2 - gra z odejmowaniem



Jakkolo (niem.)

Holandia - Sjoelen Sjoelbak (Żulbak)

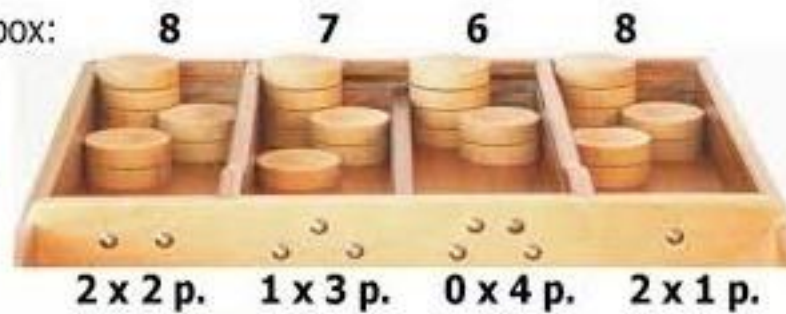
Anglia - Holanderski Szaflbord



Jakkolo (zasady)

Discs per box:

6 layers
x 20 p.
= 120 p.



Culbutto

Pochodzi z Francji

Wariant 1

Na czas

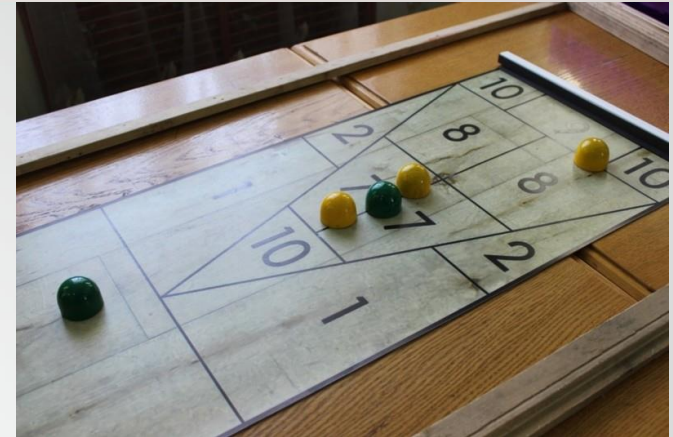
Wariant 2

Punkty minus czas



Shuffleboard

Pochodzi z Anglii z 15 wieku



Wersja stołowa polega na popychaniu niewielkich kamieni po stole w taki sposób, aby zatrzymały się najbliżej drugiego końca stołu.

Nic nie stoi na przeszkodzie, aby wypychać krążki przeciwników poza stół.

Drużynowo 21 punkt

Indywidualnie 27 punktów



Elastik (le passe-trappe)

Francuska gra zręcznościowa.

Gra dla dwóch graczy, w którą zazwyczaj się gra w trzech turach.

Gra składa się z drewnianego stołu, żetonów i gumeczek po obu stronach stołu.

Celem gry jest pozbycie się żetonów ze swojego pola na pole przeciwnika przez otwór w środkowej części stołu.

Kto zrobi to pierwszy wygrywa daną turę.



Akademickie Centrum Sportowo-Rekreacyjnych Gier Aktywizacyjnych

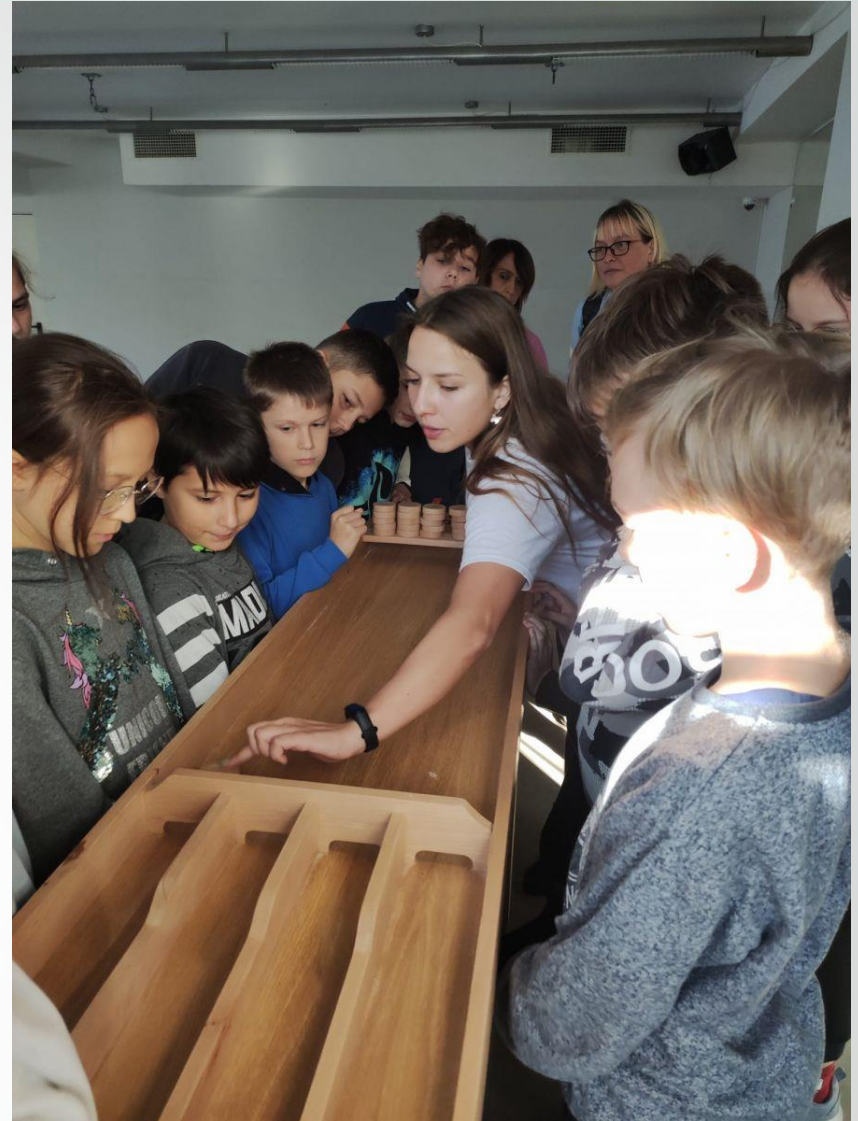
- <https://acgsr.byd.pl/id,14/galeria>

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



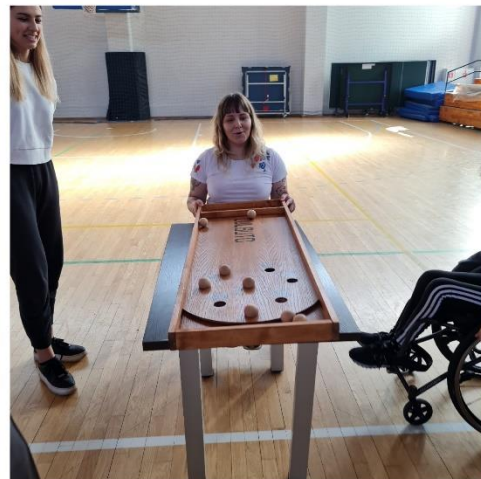
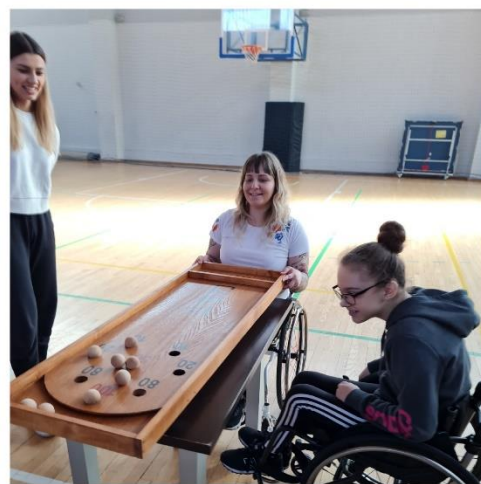
Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.

WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.



WYŻSZA SZKOŁA GOSPODARKI



Misja: Uczelnia działa w oparciu o koncepcję uniwersytetu przedsiębiorczości, w modelu organizacji uczącej się.





IGROVA REABILITACIJA