

*Maja Redžić*  
*Albin Redžić*  
*Mladen Jardas*

## **POSEBNOSTI METODIČKIH ORGANIZACIJSKIH OBLIKA RADA U SPEEDMINTONU**

### **1. UVOD I PROBLEM**

Ako je ikada populacija u edukaciji zahtijevala nove sadržaje u metodičko-organizacijskim oblicima rada, tada je zasigurno vrijeme sadašnjice. Raznolikosti badmintona, tenisa i squasha objedinjene su u danas vjerojatno većini populacije nepoznatoj igri: speedminton. Usporedimo li poznatu badmintonsku lopticu sa speederom (speedmintonskom lopticom), možemo konstatirati naizgled njihove sličnosti. Osnovna je razlika u brzini, kvaliteti i preciznosti leta speedmintonske loptice u različitim vremenskim i prostornim uvjetima. Kako je nezahtjevna specifična infrastruktura za ovaj nastavni sadržaj, učenici i studenti mogu, unutar redovite nastave tjelesne i zdravstvene kulture, u svojim sportskim dvoranama, na otvorenim igralištima i ostalim otvorenim prostorima bez značajnih, posebnih priprema, uživati u novim, primjerenim, motoričkim sadržajima. Zahvaljujući posebnom prstenu koji se stavlja na speedmintonsku lopticu za vrijeme umjereno vjetrovitog vremena jačine tri do četiri, kineziološka nastava se može odvijati u školama i fakultetima, na asfaltnim malonogometnim, rukometnim, košarkaškim i teniskim igralištima te na ostalim vanjskim terenima primjerenih dimenzija. Iznimna prednost te igre sadržana je u činjenici što se može igrati kontinuirano tijekom cijele školske, odnosno akademske godine, u posebice bitnim naizgled nemogućim uvjetima rada kineziologa kada se za nastavu koriste pješčane plaže, livade, gradski parkovi, dvorišta i snijegom pokrivene ravne površine. Jednostavno označeni tereni gumenim trakama na livadi i plaži nose naziv Easy Court-tereni. Iako postoje različita mišljenja izvrsnih znanstvenika i stručnjaka metodike nastave tjelesne i zdravstvene kulture o uporabi tih otvorenih, javnih prostora u kineziološkoj edukaciji, pozitivnog smo motrišta kada je škola ili fakultet u neriješenim, prostornim uvjetima.

Današnja mladež uglavnom je udaljena od prirodnih prostora i vremenskih utjecaja koji blago utječu na duševno, tjelesno i socijalno stanje njihovih organizama.

Najprije će badmintonasi, tenisači, squasheri pa i stolnotenisači prihvatiti ovu jednostavnu nezahtjevniju igru. Značajna je s preventivnog segmenta zahvaljujući isključenosti ozbiljnijih povreda s kojima se nastavnici kineziologije nažalost

susreću u nastavi za vrijeme B dijela sata npr. nogometa, rukometa, košarke i sličnih kontaktnih kinezioloških sadržaja. Nastavnik troši vrijeme za postavljanje i skidanje mreže u badmintonu. Speedminton nema mreže te nastavnik ima više vremena za kvalitetnije metodičke organizacijske oblike rada.

Širom svijeta, za pet do deset godina, predviđa se posebno prihvaćanje te kineziološke aktivnosti moguće sastavnice najomiljenijih sportova budućnosti. Svojom jednostavnošću, brzinom i ljepotom igre, speedminton može biti novi poticaj u kineziološkom didaktičkom trokutu upravo zato jer su prihvaćeni samopoticajni sadržaji od učenika, studenata i nastavnika.

Cilj rada je potaknuti uvrštenje speedmintona u nastavu tjelesne i zdravstvene kulture.

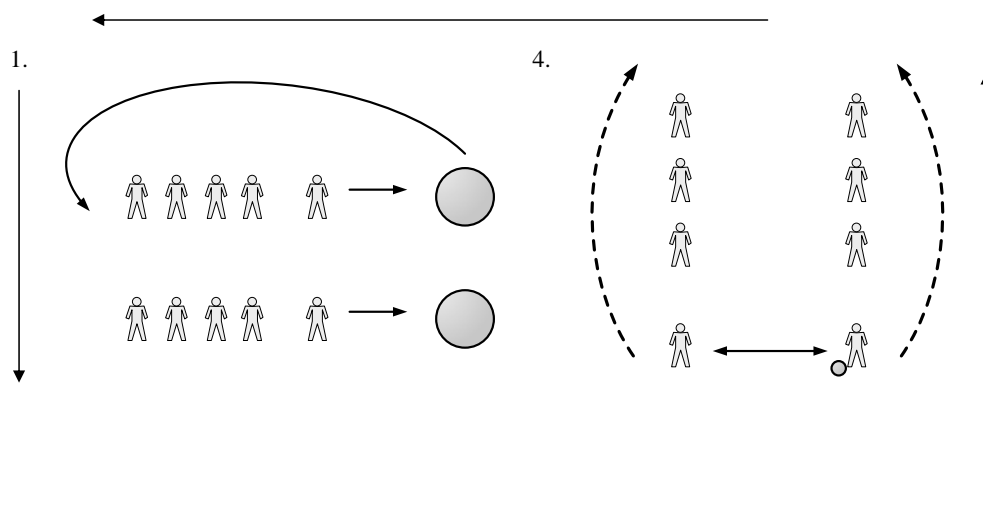
## 2. RASPRAVA

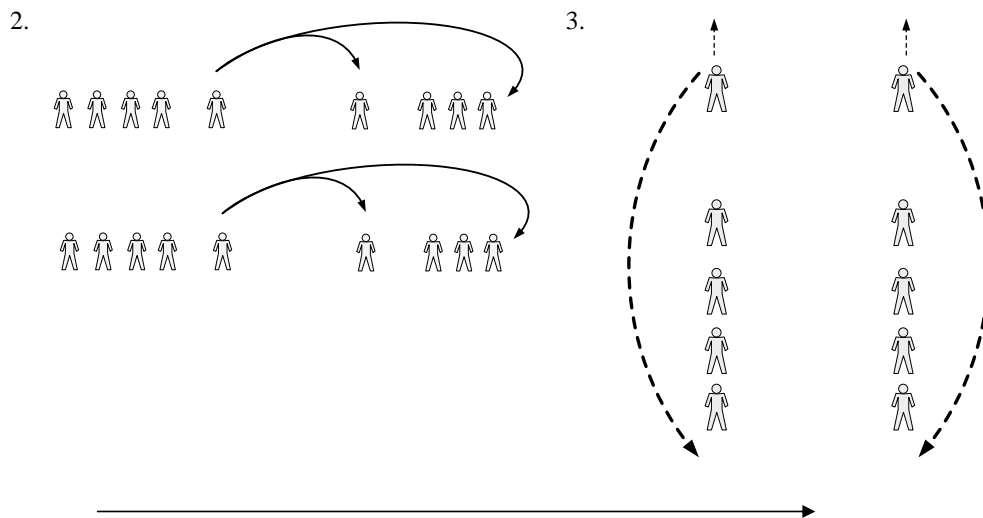
Ciljevi tjelesne i zdravstvene kulture mogu se ostvarivati na različite načine, a upravo metodičkim organizacijskim oblicima rada pripada značajno mjesto (Findak, 1999.:87)

Postavlja se pitanje kojem speedmintonskom metodičkom organizacijskom obliku rada dati prednost?

Možemo predložiti primjenu paralelno-izmjeničnog oblika rada.

Primjer realizacije jednog paralelno-izmjeničnog oblika rada s dopunskom vježbom:





1. zadatak: vježba za servis, dopunska vježba: bacanje speedera iznad glave s okretom za 360 stupnjeva
2. zadatak: kolone su udaljene 10 metara, prvi igrači s desne strane kolone reketom dodaju speeder prvim igračima s lijeve strane kolone te trče na kraju suprotne kolone čekajući svoj red
3. zadatak: igrači stoje u koloni, prvi iz kolone udara speeder reketom u zrak, prigodom svakog trećeg udarca, odmakne se te trči na začelje svoje kolone dok sljedeći u nizu zauzima njegovo mjesto te nastavlja ponavljanje od tri udarca speederom.
4. zadatak: igrači su podijeljeni u parove, oba igrača žongliraju speederom na reketu, a istodobno s drugom rukom dodaju odbojkašku loptu pet puta ili u slučaju da im speeder ispadne s reketa ili lopta iz ruke prepuštaju mjesto sljedećem paru te odlaze na začelje kolone

Speedminton sadrži niz specifičnih vježbi, od kojih neke opisujemo ovdje, poput vježbe privikavanja na speeder, vježbe privikavanja na reket, vježbe udarca, forehanda i backhanda, vježbe servisa, vježbe spretnosti i preciznosti.

Primjeri vježbi:

1. Bacanje speedera u zrak te hvatanje, speeder ne smije pasti na pod.
2. Speeder se rukom baca u zrak, prigodom bacanja treba napraviti okret oko svoje osi te uhvatiti ga da ne padne na pod.

3. U zrak se baca reket tako da u zraku napravi okret oko svoje osi te ga treba uhvatiti prije nego padne na pod
4. Trčanje u krug s reketom i speederom na njemu, na zvižduk igrači mijenjaju smjer i brzina trčanja se povećava.
5. Iz sjeda ili kleka igrači reketom dodaju speeder jedan drugome.
6. Igrači stoje u dvije kolone, jedna nasuprot drugoj, udaraju speeder u zrak, a nakon petog udarca speeder dodaju suprotnoj koloni.
7. Servisom od ispod sa zadane udaljenosti treba pogoditi označeni prostor na zidu
8. Servisom odozgo sa zadane udaljenosti treba pogoditi označeni prostor na podu
9. Igrač A i igrač B igraju samo forehand na smanjenoj udaljenosti.
10. Igrač A i igrač B igraju samo backhand na smanjenoj udaljenosti.
11. Igrač A smije igrati samo forehand, dok igrač B može igrati po želji.
12. Igrač A smije igrati samo backhand, dok igrač B može igrati po želji.
13. Igrač A igra samo forehand te nakon udarca treba dotaknuti vanjski liniju backhanda, te se što prije vratiti na početni položaj, dok igrač B igra po želji pazeći da igraču A vrati speeder na forehand.
14. Igrači naizmjenično igraju forehand i backhand visoke loptice iznad glave na stražnju liniju terena te nakon svakog udarca rukom moraju dodirnuti prednju liniju terena

### 3. ZAKLJUČAK

Iako danas speedminton nije uvršten u nastavne planove i programe predmeta tjelesna i zdravstvena kultura, moguća je njegova primjena kao dodatak novim i zanimljivim sadržajima za nove naraštaje učenika i studenata u pojedinim metodičkim organizacijskim oblicima rada poput paralelno izmjeničnog oblika rada.

Speedminton pozitivno djeluje na cirkulaciju i kardiovaskularni sustav. Zbog smanjene igre iznad glave kralježnica je manje opterećena nego u badmintonu pa liječnici daju prednost ovom sportu.

### 4. LITERATURA

1. Findak, V. (1999.). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Školska knjiga Zagreb, 85-141.
2. Speed-badminton (2009.). S mreže skinuto 27.1.2009. s: <http://209.85.129.132/search?q=cache:M2ykrigg-BN4J:www.speed-badminton.hr/index>
3. Što je speedminton (2009.). S mreže skinuto 8.1.2009. s: <http://www.speedminton.hr/>