



Eochairchéim 3

Forbairt Cluiche

Intreoir

B'fhéidir nár mhiste rialacha na cispheile a thabhairt isteach de réir a chéile. B'fhéidir chomh maith gur le leas na n-imreoirí ar fad é dá n-imreofaí cluiche gan líonta ar bith agus gan d'aidhm ag an chluiche ach seilbh a fháil ar an liathróid agus í a phasáil. Seans go spreagfaidh seo na himreoirí leis an liathróid a phasáil nuair a thosóidh an cluiche. Sa deireadh, tabhair isteach rialacha uile na cispheile agus tacaigh leis na himreoirí i gcluiche iomaíoch.

Cuimsiú agus Inrochtaineacht

D'ainneoin gur mhaith linn gach dalta a bheith páirteach sa Chorpoidéachas lena gcomhdhaltaí, ní i gcónaí a bhíonn sé seo indéanta maidir le leagan iomlán an spóirt a imirt.

Más amhlaidh go bhfuil míchumas coirp ar dhalta a fhágann nach dtig leo páirt a ghlacadh go sábháilte sa chluiche lena gcomhdhaltaí, ba chóir deis a thabhairt don dalta sin a bheith páirteach i ngníomhaíocht choirp de chineál éigin eile. Mar shampla, thiocfadh leis an mhúinteoir grúpaí a dhéanamh den rang agus ar an dóigh sin bheadh cuid de na daltaí ag cleachtadh na ndruileanna agus an chuid eile ag imirt an chluiche. Thiocfadh leis an ghrúpa ba lú cleachtadh a dhéanamh ar na scileanna atá de dhíth don spórt, nó do leagan den spórt do dhaoine faoi mhíchumas, leis an chuid eile den rang. D'oibreodh na grúpaí beaga seo ar a seal agus bheadh faill ag gach duine an spórt a imirt agus a gcuid scileanna a chleachtadh.

De rogha air sin, b'fhéidir gurbh fhearr le daltaí áirithe tabhairt faoi ngníomhaíocht choirp a bhfuil suim ar leith acu ann, mar shampla, cleachtadh a dhéanamh ar na druileanna a bhaineann le spórt a imríonn siad taobh amuigh den scoil.

Leideanna

- Úsáid limistéar agus líon atá fóirsteanach ó thaobh méide de, ag brath ar chumas an ghrúpa.
- Déan cinnte de go bhfuil an chúirt marcáilte agus mínigh cad chuige a bhfuil na línte éagsúla ann. (Úsáid cóin chothroma/neamhsciorracha mura bhfuil línte marcáilte ar an chúirt.)
- Bíodh triúr nó ceathrar imreoirí i ngach foireann ar dtús. Bíodh riail ann go gcaithfear an liathróid a phasáil chuig gach duine sular féidir scóráil.
- Lig d'imreoirí níos mó ná dhá choiscéim a thabhairt ionas nach gcuirfear isteach ar an chluiche (b'fhéidir trí nó ceithre choiscéim ag an tús fiú).
- Mínigh cad é atá i gceist leis an dronuilleog ar an chlúlchlár (dírítear air seo le go bpreabfaidh an liathróid isteach sa líon).
- I gcás imreoirí atá an-mhaith, níor mhiste 2 v 1 a imirt, nó ligean don imreoir eile níos mó ná preabadh amháin a dhéanamh.
- Úsáid líon atá ag teacht le riachtanais na n-imreoirí ar fad ó thaobh airde de.
- Déan cinnte de go bhfuil an t-am a shocraítear do gach leath fóirsteanach d'aois agus do chumas na n-imreoirí.



Ginearálta

- Aimsigh áit bhfuil dromchla cothrom crua ann.
- Déan cinnte de go bhfuil cóimheas cuí daoine fásta agus imreoirí ann le go mbeidh deis ag gach imreoir páirt a ghlacadh.
- Roinn imreoirí a bhfuil deacrachtaí acu go cothrom idir na foirne.
- Cuir i gcuimhne do na himreoirí nach ionann leibhéal cumais gach duine sa chluiche agus go bhfuil sé tábhachtach gan a bheith ag bualadh in aghaidh a chéile.
- Bíodh níos mó ama ag daoine a úsáideann cathaoir rothaí nó ag daoine a bhfuil lagú orthu nó deacracht acu.
- Déan cinnte de nach ndéanann ach imreoirí cuí taicléáil.

Míchumas Coirp

- Bain úsáid as spás níos lú d'imreoirí a bhfuil deacrachtaí gluaiseachta acu.
- Spreag na himreoirí leis an dá lámh a úsáid má bhíonn sé doiligh acu an liathróid a phreabadh le leathlámh.
- Ísligh an líon más ga.
- Má bhíonn sé doiligh ag na himreoirí an liathróid a láimhsiú bain úsáid as pónaireáin;
 - thiocfadh leis na himreoirí pónaireáin a chaitheamh isteach i bhfonsaí in ionad liathróide; agus
 - thiocfadh leat na fonsaí a bhogadh níos faide ar shúil ón imreoir de réir a chéile.
- Má bhíonn liathróid agus fonsa ródhoiligh, bain úsáid as pónaireán agus cuir buicéad ag an dá thaobh den halla leis an phónaireán a chaitheamh isteach ann.
- Seans go mbeadh liathróid níos mó de dhíth ar dhaoine a úsáideann cathaoir rothaí.

Lagú Éisteachta nó Bodhar

- Úsáid teanga chomharthaíochta a thuigeann an t-imreoir lena léiriú cad é atá le déanamh.
- Úsáid comhartha amhairc lena léiriú go bhfuil an cluiche tosaithe nó stoptha, m.sh. bratach nó comhartha 'am amuigh'.



Lagú Radhairc nó Dall

- Úsáid liathróid a bhfuil dathanna geala uirthi agus a sheasann amach ón dromchla imeartha.
- Bíodh na dathanna atá ar na bibí i gcodarsnacht le chéile.
- Déan cinnte de go bhfuil dathanna geala ar an trealamh atá in úsáid le himeall na curite a mharcáil agus go bhfuil siad i gcodarsnacht leis an dromchla féin.
- Spreag na himreoirí leis an liathróid a chur i lámha an duine eile in ionad í a chaitheamh.
- Lig do dhuine fásta an t-imreoir a threorú thart ar an chúirt agus iad ag tabhairt treoracha nó ag cur lámhe ar a ngualainn.
- Tabhair liathróid a dhéanann fuaim d'imreoirí a bhfuil lagú radhairc tromchúiseach orthu.

Naisc Úsáideacha

Wheelchair Basketball

niknightswbc.co.uk