

**Tchibo**

# Guma na skákanie

**sk** Návod na hru



[www.tchibo.sk/navody](http://www.tchibo.sk/navody)



Made exclusively for:

Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany, [www.tchibo.sk](http://www.tchibo.sk)

**Číslo výrobku: 681 585**

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg · 138793AB3X2XIV · 2024-05

## Vážení zákazníci!

Skákanie gummy je zábava a súčasne hravou formou precvičuje motoriku, koordináciu, silu a vytrvalosť vášho dieťaťa.

### Základné pravidlá:

2 deti stoja oproti sebe a držia gumu napnutú o nohy (pozri „Varianty základnej pozície“).

Tretie dieťa (alebo viac detí) skáča v strede, vykonáva vopred stanovené poradie skokov v rôznych stupňoch obťažnosti.

Ak sa pomýli (chybný skok, neúmyselné skočenie na gumu, zachytenie sa v gume), vystrieda ho ďalšie dieťa. Keď je opäť na rade, začína ten istý stupeň obťažnosti, pri ktorom sa pomýlilo. Stupeň obťažnosti je daný tým, ako je guma vysoko. Šírku možno tiež meniť.

V tomto návode ukazujeme len malý výber skokov. Viac návodov nájdete na internete. Tu nájdete aj rôzne vypočítavanky, ktoré pomôžu pri určovaní rytmu skokov. Deti môžu skákať gumu samozrejme aj bez akýchkoľvek pravidiel len tak pre zábavu a vyskúšať najrozličnejšie skoky.

## Pre vašu bezpečnosť

Pozorne si prečítajte bezpečnostné upozornenia a výrobok používajte iba podľa popisu v tomto návode, aby nedopatrením nedošlo k poraneniam alebo škodám. Ak výrobok postúpíte inej osobe, musíte jej odovzdať aj tento návod.

### Účel použitia

- Výrobok je určený na hru pre deti od cca 5 rokov, ktoré disponujú potrebnou koordináciou a motorikou.
- Výrobok je určený na použitie v exteriéri. Výrobok je koncipovaný na súkromné použitie a nie je vhodný na komerčné využitie ani na využitie v materských škôlkach, školách a pod.

## NEBEZPEČENSTVO pre deti

### UPOZORNENIE!

- Nevhodné pre deti do 36 mesiacov. Dlhá šnúra. Nebezpečenstvo uškrtenia.
- Skákanie gummy je hra, pri ktorej je potrebná obratnosť a pri ktorej vždy hrozí riziko zachytenia sa. Následkom môžu byť pády a ľahké alebo ťažké poranenia. Upozornite dieťa na toto nebezpečenstvo. Dozerajte na dieťa pri hre. Nechajte ho vykonávať len také skoky a stupne obťažnosti, ktoré zodpovedajú jeho schopnostiam.
- Dbajte na dostatok miesta. Do oblasti hry nesmú zasahovať žiadne predmety. Podklad musí byť rovný, bez ostrých alebo špicatých predmetov a bez prekážok. Do oblasti hry nesmú vstupovať iné osoby a zvieratá.
- Guma sa nesmie používať na iný ako stanovený účel. Upozornite dieťa na skutočnosť, že gumou nesmú vystreľovať na iné osoby alebo zvieratá. Nesmie sa na ňu ani nič vešať a upevňovať.

- Umelé hmoty ako PP/polyester podliehajú prirodzenému starnutiu, obzvlášť v prípadoch, ak sú často vystavené UV žiareniu a teplu.  
Časom tak dochádza k zmenšeniu pružnosti a guma sa môže rýchlejšie pretrhnúť, čo môže viesť k poraneniám.  
Pred každým použitím preto gumu skontrolujte.  
Ak zistíte poškodenie alebo známky opotrebenia, nepoužívajte ju viac, ale ju zlikvidujte tak, aby nebola dostupná deťom.

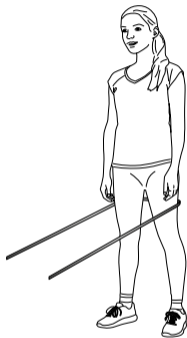
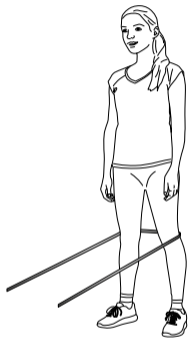
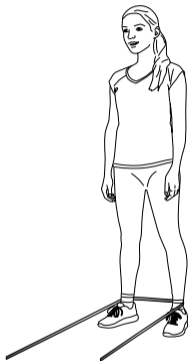
Dĺžka:                      nenatiahnutá: cca 260 cm  
                                  natiahnutá: cca 520 cm

Hlavný materiál:      PP

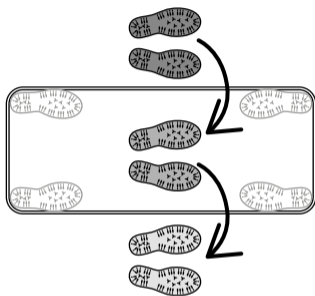
## Variety základnej pozície



## Stupne obťažnosti

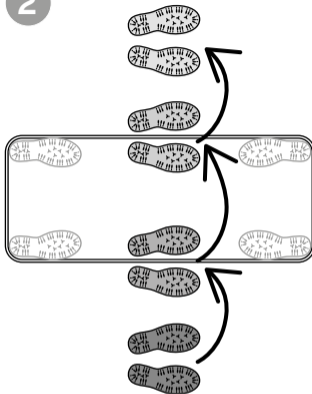


1



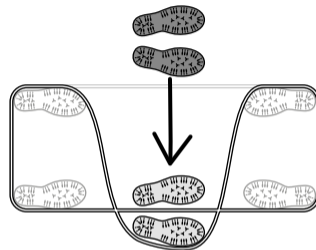
Preskakuj gumu znožmo ...

2



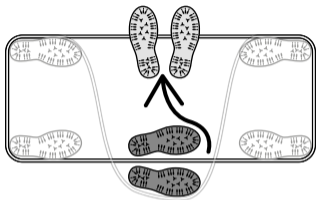
... doskoč vždy po oboch stranách gumu ...

3



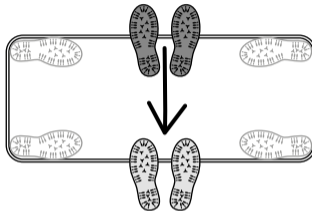
... podober gumu jednou nohou ...

4



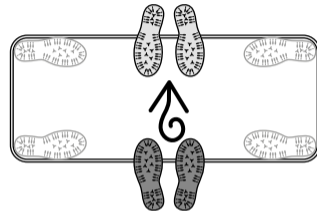
... vyskoč - guma sa vráti späť - doskoč  
na gumu ...

5



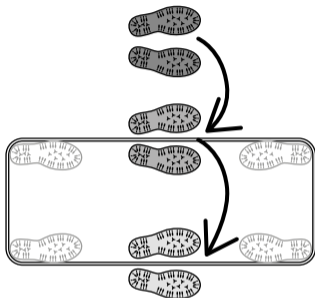
... skoč dozadu ...

6



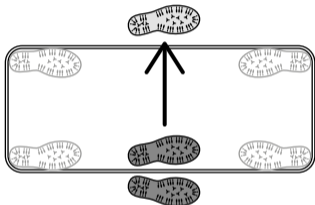
... skoč s otočkou.

1



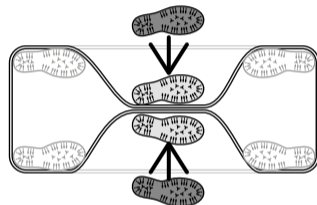
Vyskoč a doskoč po oboch stranách  
gumy ...

2



... doskoč v širokom rozkročení ...

3

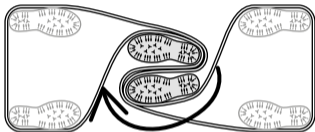


... stiahni gumu oboma nohami do stredu ...

B

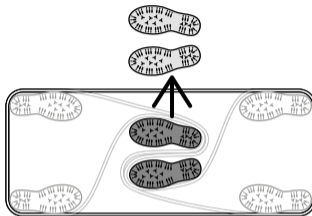


4



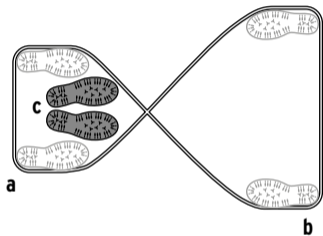
... vyskoč s otočkou a gumu ťahaj  
so sebou ...

5



... vyskoč - guma sa vráti späť - doskoč  
vedľa gummy.

1

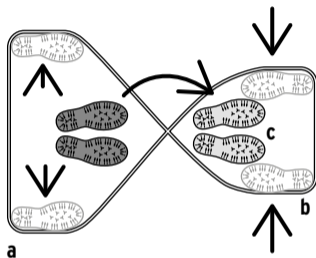


V tomto variante skáču všetci:

- 1) **a** stojí v rozkročení na šírku bedier, **b** rozkročí nohy čo najviac na šírku, **c** stojí v poli pri **a**.

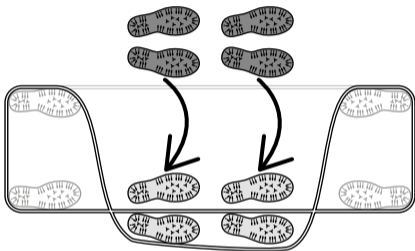
2

C

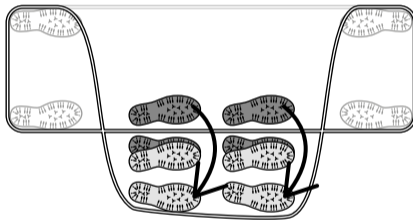


- 2) Na povel vyskočia všetci naraz: **a** skočí do širokého rozkroku, **b** do rozkroku na šírku bedier, **c** preskočí do znižujúceho sa poľa pri **b**.

1



2

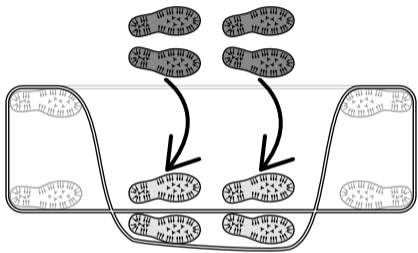


D

Pre 4 (alebo viac) osôb:

Najlepšie sa skáče v rytme s počítaním, napr. „raz, dva, tri, von ...“  
alebo pod.

3



4

