

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské výchovy



Studijní obor: Sociální pedagogika

Pobytový letní tábor Olympijské hry

Bakalářský projekt

Autor: Karolína Peťovská

Vedoucí práce: Mgr. Marcela Roubalová, PhD.

Olomouc 2024

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářský projekt vypracovala samostatně, pracovala s uvedenou literaturou.

V.....dne.....

.....

Poděkování

Poděkování patří Mgr. Marcele Roubalové, PhD. za vedení bakalářského projektu, za její trpělivost a laskavost.

Obsah

Úvod.....	5
1 Volný čas	6
2 Hra a prožitek.....	7
2.1 Zážitková pedagogika.....	8
3 Farnost Letohrad	8
3.1 Historie farnosti.....	8
3.2 SWOT analýza farnosti	9
4 Výchova dítěte ke křesťanským hodnotám.....	11
5 Pobytový letní tábor.....	12
5.1 Cílová skupina.....	12
5.2 Místo a uskutečnění pobytového letního tábora.....	12
5.3 Doprava na místo letního pobytového tábora	13
5.4 Strava a jídelníček	13
5.5 Rozpočet pobytového letního tábora.....	14
5.6 Propagace pobytového letního tábora	15
5.7 Přihláška na pobytový letní tábor.....	15
5.8 Hygiena a zdravotník.....	15
6 Táborový program	16
6.1 Celotáborové téma a vize	16
6.2 Režim dne.....	17
6.3 Pondělí.....	19
6.4 Úterý.....	22
6.5 Středa.....	26
6.6 Čtvrtek.....	29
6.7 Pátek	31
6.8 Sobota.....	34
6.9 Neděle.....	37
Závěr.....	39
Seznam bibliografie.....	40
Internetové zdroje.....	41
Seznam tabulek	42
Přílohy	43

Úvod

Bakalářský projekt se týká přípravy pobytového letního tábora pro letohradskou farnost (příp. další farnosti žambereckého vikariátu). Cílem tohoto projektu je vytvořit organizační podklady, táborový program a další podklady pro realizaci letního tábora pro děti ve věku 10 až 15 let. Tábor se odehrává v přírodě na tábořišti v Pískovně ve Verměřovicích. Děti spí v podsadových stanech a celkově se snaží být blíže přírodě své rodné krajiny a více ji vnímat. Celý týden se věnujeme tématu olympijských her. Děti jsou rozděleny do skupin podle různých národností a soutěží mezi sebou, ale také spolupracují, komunikují, hledají cesty, rozhodují se, spekulují, vymýšlí, tvoří, učí se novým dovednostem apod. Učíme děti naslouchat a poukazujeme na život, který je tvořen vztahy. Vztahem k sobě samému, k druhým a k Bohu.

Bakalářský projekt se skládá ze šesti kapitol. V první kapitole se věnujeme tématu volného času, ve druhé kapitole se zabýváme, proč je pro dětství důležitá hra a prožitek a jak s tím souvisí zážitková pedagogika. Ve třetí kapitole se věnujeme letohradské farnosti a její SWOT analýze. V další kapitole se zabýváme důležitostmi výchovy dítěte ke křesťanským hodnotám. Zbylé dvě kapitoly jsou věnovány praktické přípravě letního pobytového tábora. V páté kapitole uvádíme tzv. technické a organizační zajištění, tj. místo tábořiště, doprava, strava a jídelníček, finance apod. V šesté kapitole se věnujeme táborovému programu. Najdeme zde různé typy aktivit, her a dalších činností.

Tento projekt je tvořen tzv. na míru pro děti, které autor osobně zná a pracuje s nimi v průběhu školního roku. Letní tábor je tvořen i mimo jiné, aby děti z farností mohly smysluplně prožívat svůj volný čas v letních měsících a aby nacházely hodnotu ve vztazích, které budují se svými kamarády a spolužáky v průběhu školního roku. Děti v průběhu tábora chceme vést a provázet je i v jejich duchovním životě. Snažíme se o prohloubení vztahu s Bohem skrze modlitby, zamyšlení, ale i aktivity. Věříme, že modlitba je rozhovor, ke kterému nás Bůh každodenně zve, a proto učíme děti ztišit se a předstoupit se svými radostmi ale i starostmi před Boha a důvěřovat v Jeho milost, kterou nám každý den dává. Věnujeme se praxi nejenom s Ním mluvit, ale i Mu aktivně naslouchat.

1 Volný čas

Volný čas lze definovat jako *čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život. Někdy se vymezuje jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností.* (Hofbauer, 2004, s. 13). Nejen pro děti je smysluplné prožívání volného času důležitou součástí každého dne. Volný čas zahrnuje odpočinek (pasivní i aktivní), zábavu a činnosti rozvíjející lidskou osobnost. Je to čas určený k činnostem, které dítě chce dělat, protože mu přináší pocit radosti (Hofbauer, 2004).

Vážanský (1995) hovoří o principech volného času. Mezi ně řadí:

1. Dosažitelnost – aktivity ve volném čase jsou dosažitelné a dostupné pro každého jedince.
2. Otevřenost – každý jedinec má svůj individuální čas, který pokládá za volný.
3. Svobodné rozdělení volného času – každý jedinec si sám svobodně určuje, v jaké intenzitě a míře bude svůj volný čas prožívat.
4. Dobrovolnost – každý jedinec může vyplnit svůj volný čas jakýmkoliv způsobem, jakoukoliv aktivitou.
5. Možnost volby – každý jedinec má možnost zvolit si z nabízených aktivit, jakým způsobem bude prožívat svůj volný čas.

Pro dítě je důležité, aby svůj volný čas mohlo prožívat v rodinném prostředí, kde se může cítit bezpečně. Prožitky z dětství se odráží do období dospělosti. Hofbauer (2004) tvrdí, že když se dítě nenaučí smysluplně prožívat svůj volný čas již v dětství, tak v dospělosti má větší sklon k vyhoření. Pro dítě je také důležité, aby zřídka prožívalo nudu. Nudit se znamená rozvíjet fantazii a kreativitu. Dítě má možnost si samo najít činnost, která ho bude naplňovat pocitem radosti.

V tomto projektu vidíme důležitost smysluplného prožívání volného času v letních měsících (tedy období prázdnin), kdy děti nemají školní povinnosti a většinou mají letní pauzu i od volnočasových aktivit (kroužky, kluby, oddíly apod.). Vnímáme za důležité, aby děti dokázaly svůj čas naplnit okamžiky a činnostmi, které jim budou přinášet pocity štěstí a radosti. Usilujeme o to, aby děti prožívaly volný čas se svými vrstevníky a vytvářely pevné přátelské vztahy. Podporujeme myšlenku, aby děti našly hodnotu ve smysluplném prožívání volného času a dokázaly si tento přesah přenést do svého každodenního života. Vnímáme za důležité,

aby uměly odpočívat a regenerovat své síly, protože jsou často přehlacené školními a domácími povinnostmi a nadměrným množstvím řízených volnočasových aktivit (kroužků apod.).

Letní tábory jsou pro osobnost dítěte velmi náročné. Je důležité, aby děti věděly, že mají stanovený čas na zregenerování sil. Dbáme na to, aby děti tento čas využívaly k odpočinku. Na táboře je taktéž přesně stanovený čas pro spánek, který je obzvláště důležitý. Na táboře omezujeme noční hry, aby si mělo dítě možnost odpočinout a další den plně fungovat, a proto se snažíme o určité dodržování režimu dne. Zregenerované dítě má menší pravděpodobnost rizika úrazu či nemoci. To stejné platí i pro vedoucí, kteří často spánkovou regeneraci podceňují.

2 Hra a prožitek

Pobyťový letní tábor se odehrává po většinu času venku. Děti spí v podsadových stanech a veškerý program probíhá na louce, v lese, příp. v jídelně, která má střechu a tři dřevěné stěny. Čtvrtá strana je otevřená. Pobyt venku je pro děti důležitý a vnímáme ho jako klíčový. Nejenom že pobyt a pohyb na čerstvém vzduchu podporuje lepší trávení a s tím spojený rychlejší metabolismus, přirozený dostatek vitamínu D, ale také podporuje vztah dítěte k přírodě. Dítě na základě vlastní zkušenosti pozná přírodu detailněji a má možnost ji více prozkoumat. Vnímáme za důležité tento vztah podpořit, protože když si dítě už v dětství najde pozitivní vztah k přírodě, tak je větší pravděpodobnost, že si ho uchová do dospělosti a přírodu bude chránit (Kirchner, 2009).

Podstatou dětství je hrát si. Díky této činnosti lze rozvíjet osobnost dítěte. *Hra je dobrovolná činnost, která je vykonávána uvnitř pevně stanovených časových a prostorových hranic, podle dobrovolně přijatých, ale bezpodmínečně závazných pravidel, která má svůj cíl v sobě samé a je doprovázena pocitem napětí a radosti a vědomím jiného bytí, než je všední život.* (Huizinga, 2000, s. 44). Při hraní si se dítě může dostat do podobných situací, které ho mohou potkat ve všedním životě. Skrze hru si tak vyzkouší situaci prožít a reagovat na ni. Proto jsou hra a s ní spojený prožitek důležitou součástí letního pobyťového tábora.

Podstatou hry na táboře je působit na dítě tak, aby si z ní nejvíce odneslo do svého života. Na každé aktivitě či hře lze vidět přesah „mezi řádky“. Např. když se děti mají samy rozdělit do skupin, tak podporujeme spolupráci a procvičujeme komunikaci. Tento přesah děti většinou nevnímají, ale podvědomě si ho ukládají a vznikají tak nové vzorce chování (Kirchner, 2009). Přesah aktivit je i v prožívání.

2.1 Zážitková pedagogika

V zážitkové pedagogice používáme pojem „flow“. Je to stav, kdy je dítě zaujaté aktivitou natolik, že nevnímá nic jiného, co se kolem něj děje. Dítě nezajímají žádné jiné otázky. Prožitek spojený s aktivitou je sám o sobě příjemný, dítě se odpoutá od všech svých starostí a negativních stránek svého života. Jakmile dítě jednou prožije stav „flow“, bude ho chtít zažívat znovu a častěji (Kirchner, 2009). Prožitků je během života nespočet. Jediné, čím se od sebe navzájem liší, je intenzita. Prožitky s nízkou intenzitou zažíváme denně, naopak prožitky s vysokou mírou intenzity nezažíváme běžně (např. adrenalinové sporty, činnosti, které přinášejí nejistotu). Prožitky jsou důležitou součástí života (Pelánek, 2013).

Základem zážitkové pedagogiky je aktivně zapojit dítě do činností, protože *čím víc vlastní energie musí člověk vynaložit, tím je zážitek intenzivnější, zapamatovatelnější a využitelnější*. (Pelánek, 2013, s. 21). Součástí činností jsou reflexe, díky kterým dochází k uvědomění si a zmapování svého prožívání.

3 Farnost Letohrad

Farnost Letohrad se nachází v podhůří Orlických hor a spadá do žambereckého vikariátu královohradecké diecéze. Farnost má na starost pan Mgr. Karel Dvořák, dále v ní působí pastorační asistentka a také emeritní pan farář, který příležitostně vypomáhá. Dále je z farníků sestavena pastorační rada, která se podílí na chodu farnosti. Letohradská farnost je tvořena zejména rodinami s dětmi.

3.1 Historie farnosti

Do letohradské farnosti spadají obce Letohrad, Lukavice, Mistrovice a Šedivec. Letohrad nese svůj název až od roku 1950, dříve se jmenoval Kyšperk. Ke Kyšperku byly postupně připojeny vesnice Orlice, později také Kunčice a Červená. Farní dům se dříve nacházel v Lukavici, ale po rozšíření tehdejšího Kyšperku se fara přesunula na kyšperské náměstí sv. Václava, kde se nachází dodnes. V každé části letohradské farnosti se nachází kostel. Farním kostelem, kde odehrávají farní akce, slavností mše svaté, koncerty, výstavy apod., je kostel sv. Václava v Letohradě na náměstí.

Projekt letního tábora je určen zejména pro děti z letohradské farnosti, avšak místo konání tábora se nachází v obci Verměřovice, která spadá do farnosti sv. Jiří Dolní Čermná. Farnosti mezi sebou vzájemně spolupracují.

3.2 SWOT analýza farnosti

Tabulka č. 1 SWOT analýza farnosti

Silné stránky	Slabé stránky
<ul style="list-style-type: none">- Výuka náboženství po celý školní rok- Tříkrálová sbírka a průvod- Přespávání dětí na faře- Misijní karneval- Příprava na Velikonoce- Víkend rodin- Výlety s náboženstvím na konci školního roku- Farní den- Svatováclavská slavnost- Dětské mše a slůvko pro děti	<ul style="list-style-type: none">- Žádné farní tábory- Téměř žádné aktivity v průběhu letních měsíců pro děti- Málo aktivit pro děti staršího školního věku- Uzavřenost farnosti- Výchova animátorů mládeže- Málo lidí se vzděláním pro výchovu a vzdělávání dětí v oblasti křesťanství
Příležitosti	Hrozby
<ul style="list-style-type: none">- Zapojení dětí a mládeže do akcí v diecézi- Spolupráce s obcí- Větší propojenost generací- Spolupráce s ukrajinskými rodinami s dětmi	<ul style="list-style-type: none">- Skautské tábory- Finanční přetíženost- Prostory na faře

Silnou stránkou letohradské farnosti jsou akce pořádané pro děti v průběhu celého školního roku. Jedná se o akce, které jsou zaměřené především pro děti mladšího školního věku. Na začátku kalendářního roku se děti účastní Tříkrálové sbírky a následně také průvodu. Do průvodu městem, zakončeným na náměstí, se zapojují celé rodiny. Pro děti, které se připravují na první svaté přijímání jsou mimo jiné v průběhu roku připraveny dvě víkendové akce s přespáváním na faře. Následně se ve farnosti koná misijní karneval, který pomáhají připravovat děti staršího školního věku. Pomáhají s občerstvením a chystáním stanovišť. Obdobně tomu je na Velikonoce, kdy na Velký pátek jsou děti zvány na Velikonoční hru, kterou opět pomáhají připravovat děti staršího školního věku. V květnu probíhá tzv. víkend rodin. Rodiny s dětmi odjíždí do nedalekého kláštera na Horu Matky Boží v Králíkách. Víkend je plný programu pro děti, ale i pro rodiče. V rámci školního roku jsou na základních školách hodiny náboženství. Na konci děti spolu s paní katechetkou nebo panem farářem jezdí na výlety do okolí Letohradu. Na konci srpna probíhá farní den, který je spojený s oslavou narozenin pana

faráře. Den je zahájený mší svatou. Po ní následuje oběd a později odpoledne je kulturní program ve formě koncertů místních hudebních skupin, kouzelníka nebo stand-up komika. Obdobně probíhají Svatováclavské slavnosti na konci září, které dříve probíhaly na zámecké terase u letohradského zámku, avšak z důvodu rekonstrukce terasy se slavnosti přesunuly na farní zahradu. Další silnou stránkou je pravidelné konání dětských mší a při nedělních bohoslužbách je téměř každou neděli připravené slůvko pro děti v rámci kázání.

Mezi slabé stránky letohradské farnosti patří minimum akcí pro děti v průběhu letních měsíců. Neprobíhají ani letní farní tábory. Některé z dětí se tak v průběhu léta nepotkávají. Aktivity a akce v průběhu roku jsou pořádané zejména pro děti mladšího školního věku, děti staršího školního věku často na těchto akcích vypomáhají a podílí se na jejich přípravě. Samotných akcí je pro děti tohoto věku velmi málo. I proto vznikl návrh tohoto projektu, který je určený pro starší děti. Děti se učí nezištně pomáhat, ale současně by měly mít možnost se účastnit akce, kterou pro ně někdo jiný připraví a ony budou v roli účastníka. Mezi další slabé stránky patří uzavřenost farnosti vůči jiným farnostem ale i obci. Pouze zřídka lze nahlédnout do života jiných farností. Akce konané v diecézi se téměř vůbec nepropagují letohradské mládeži. Mládež je tak uzavřená ve farnosti a moc se neúčastní akcí někde jinde. V diecézi probíhají animátorské kurzy, které by někteří mohli absolvovat, avšak většina mladistvých o kurzech neví. Ve farnosti tak chybí osoba, která by měla mládež na starost. Tato situace by se mohla změnit zapojením se do zmíněných kurzů. Péče o děti ve farnosti je také ohrožena nedostatkem lidí, kteří mají vzdělání pro výchovu a vzdělávání dětí v oblasti křesťanství. Ve farnosti je pouze jedna pastorační asistentka, která vede hodiny náboženství a organizuje farní akce. Na výchově a vzdělávání dětí se také podílí pan farář, který vede hodiny náboženství u dětí staršího školního věku. U pastorační asistentky hrozí přetížení, které by mohlo vést až k vyhoření.

Mezi příležitosti patří větší spolupráce s obcí. Farnost s obcí spolupracuje na dvou akcích ročně, avšak nabízejí se možnosti, jak spolupráci posílit a více se jako farnost otevřít a dostat se více do občanského života. Farní akce jsou často zaměřené pouze na jednu generaci, a to děti mladšího školního věku. Příležitostí by mohlo být větší propojení a tím také posílení vztahů napříč generacemi farníků. Po začátku války na Ukrajině v roce 2022 přišlo do Letohradu mnoho rodin s dětmi, které zde našly domovy a ve městě zůstaly. Farnost rodiny přijala, ale nedochází k větší spolupráci. Ukrajinské rodiny se neúčastní farních akcí. Příležitostí je více rodiny zapojit do života farnosti.

Farní tábor může být ohrožen skautskými tábory, které probíhají na začátku letních prázdnin. Zájem o farní tábor nemusí být vysoký i například z důvodů financí. Roli zde také hrají rodiče, kteří jsou dětem průvodci na jejich cestě a ovlivňují jejich vztah k víře. Dále by farní tábor pro farnost neměl být finančně náročný, protože bude placen zejména z poplatků účastníků tábora, avšak po rekonstrukci farní zahrady by to pro letošní rok mohlo být pro farnost zátěží. Fara v Letohradě by mohla být místem pro setkávání dětí, mládeže ale i dospělých, kdyby se některé z místností zrekonstruovaly. Součástí je farní zahrada, která je nově opravená a na které se např. uskutečňují Svatováclavské slavnosti. Avšak vnitřek fary zatím není vhodným místem pro setkávání. Děti se setkávají ve škole nebo na jiných alternativních místech, ale nemají nikde své zázemí.

4 Výchova dítěte ke křesťanským hodnotám

Základem křesťanské výchovy dítěte je rodina. Již od raného věku se v rámci rodinných vztahů dítě učí důležitým křesťanským hodnotám, mezi které patří např. láska k bližnímu jako sám k sobě, odpuštění, pokora, úcta k autoritám a odpovědnost za své činy a jejich důsledky. Rodiče jsou prvními, kteří mají možnost dětem předávat hodnoty, aby je děti mohly přijmout a dále aplikovat do svého života, ale i života společnosti, které jsou křesťané součástí. Rodiče také děti uvádějí do života Církve a víry a evangelizují. Tyto povinnosti vyplývají ze svátosti manželství (KKC 2225).

Důležitý podíl na výchově má také Církev, která klade důraz na výchovu dětí k víře již od nejmenšího věku. Proto s výchovou může pomoci farnost, která je místem pro katechezi dětí a setkávání (KKC 2226). Důležitost vidíme v pravidelnosti, systematičnosti a dlouhodobém působení. Součástí je také modlitba. Prvním setkáním s modlitbou bývá nejčastěji rodina dítěte. Děti jsou vedeny k naslouchání Božího hlasu a rozjímání v osobní modlitbě. Církev vede děti tak, aby se některé modlitby naučily nazpaměť, avšak zároveň klade důraz na hledání smyslu, který modlitba nabízí (KKC 2688).

Předmětem křesťanské výchovy je člověk, který není bezchybný a dokonalý, ale skrze vykoupení Ježíše Krista je stále Božím dítětem. Děti tak učíme práci s chybou a uvědomění, že nehledě na všechny hříšné skutky, máme hodnotu a Bůh nás bezpodmínečně miluje (O křesťanské výchově mládeže, 1947). Svoji vlastní hodnotu vnímáme v průběhu života jinak. Kast (2022) tvrdí, že vnímání vlastní hodnoty se odvíjí na uvědomování si svých předností a slabostí. Čím více prostoru dáme svým přednostem, tím rychleji si uvědomíme, že máme

v tomto světě hodnotu a naopak. V křesťanské výchově neurčujeme hodnotu člověka podle toho, čeho díky svým přednostem dokázal. Hodnota člověka spočívá již ve své podstatě, že je člověkem a Božím stvořením (O křesťanské výchově mládeže, 1947).

Cílem výchovy ke křesťanským hodnotám je vychovat křesťana, který celým svým srdcem, myslí, tělem a duší následuje Ježíše Krista (O křesťanské výchově mládeže, 1947). Děti učíme, aby dokázaly přijmout samy sebe tak, jak je stvořil Bůh a aby nacházely své silné stránky, talenty, dary, ale také své slabé stránky. Pro věkové období 10-15 let je jedním z charakteristických znaků hledání vlastní identity, tedy toho, kým jsme. Často se setkáváme s tím, že děti hodnotí samy sebe, ale i druhé (Večeřová Procházková a Fiala, 2024). Učíme je, aby samy sebe dokázaly milovat a nacházet v sobě dobro, které budou předávat dál. Důležité je, aby tento postoj děti zachovávaly k sobě, avšak také ke druhým. Jak praví jedno z přikázání *Miluj svého bližního jako sám sebe* (Řím 13, 9). Vedeme děti k přijímání druhých, k budování zdravých vztahů, k respektování odlišných názorů a postojů. Také děti vedeme k uvědomování si důležitosti duchovních hodnot nad hodnotami materiálními, zvláště v dnešní konzumní společnosti.

5 Pobytový letní tábor

V páté kapitole se zabýváme organizační a technickou stránkou pobytového letního tábora. Podíváme se, pro koho je letní tábor určen. Dále na místo a uskutečnění, dopravu, stravu, finance, propagaci, hygienu a zdravotníka.

5.1 Cílová skupina

Cílovou skupinou pro pobytový letní tábor jsou děti ve věku od 10 do 15 let, zejména z letohradské farnosti, příp. ze sousedních farností žambereckého vikariátu. Na táboře jsou tak spolu děti, které se setkávají a poznávají v průběhu školního roku v rámci hodin náboženství a také akcí pořádaných farností např. přespávání dětí na faře, misijní karneval apod. Kapacita je omezena na 30 dětí. Součástí přípravného týmu je 8 dospělých vedoucích, 2 kuchařky, 1 zdravotník a 1 hospodář.

5.2 Místo a uskutečnění pobytového letního tábora

Zázemím pro pobytový letní tábor je tábořiště s názvem Pískovna. Tábořiště spadá do vlastnictví organizace Junák – český skaut, středisko Bratra Robina Letohrad, z. s. (dále jen skauti). Jménem letohradské farnosti si od skautů pronajímáme tábořiště, taktéž vybavení,

tj. podsadové stany, základní nářadí (lopata, krumpáč, rýč, sekera, hrábě, kleště, kladivo). Tábořiště se skládá z louky, na které se staví podsadové stany, součástí je také srub s kuchyní, skladem a jídelnou. Dále se na tábořišti nachází sklad dřeva a táborový kruh s ohništěm a lavičkami. Na okraji louky jsou umístěny dvě latríny, umývárna a venkovní sprcha.

V okolí tábořiště, do necelých dvou kilometrů, se nachází lesy, další louky a také zdroje vod (dvě studánky, potoky a řeka Tichá Orlice). Kuchyň, umývárna a sprcha jsou zásobované vodou z pramene, který se nachází pár set metrů pod tábořištěm. Pomocí trkače jsou vodou naplňovány nádrže, které slouží jako vodojem. Pro ohřev vody, zejména do kuchyně a sprchy, slouží kamna na dřevo. Zásobování potravin zajišťuje táborový hospodář ve spolupráci s kuchařkami v obchodech v Letohradě nebo v obci Verměřovice.

5.3 Doprava na místo letního pobytového tábora

Obec Verměřovice je od Letohradu vzdálená přibližně 6 km. Tábořiště se nachází ještě 3 km za Verměřovicemi. Dopravu na místo tábořiště zajišťují vedoucí. V neděli odpoledne (den před odjezdem na letní tábor) děti donesou své osobní věci a zavazadla na faru v Letohradě, kde se věci naloží do aut a dodávek vedoucích, kteří je na tábořiště odvezou. Děti odjíždí v pondělí ráno společně z Letohradu do Verměřovic vlakem. Poté půjdou ještě pěšky přibližně 3 km na místo tábořiště.

Cesta zpět domů je jiná. Osobní věci a zavazadla vedoucí odváží zpět na faru do Letohradu. Děti se zbylými vedoucími jdou hromadně do Letohradu pěšky. Cesta vede lesem, kolem pole a po cyklostezce. Cílem je fara, kde si vyzvednou svá zavazadla. U fary oficiálně tábor končí.

5.4 Strava a jídelníček

Podle vyhlášky č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, ve znění pozdějších předpisů, zajišťují stravu a sestavení jídelníčku na letním táboře kuchařky ve spolupráci se zdravotníkem, který je informovaný o alergiích a intolerancích, které děti mají. Dětem je poskytnuta strava ve formě pěti jídel za den, tj. snídaně (podle vyhlášky musí být součástí teplý nápoj), dopolední přesnídávka, oběd, odpolední svačina a večeře.

Po celou dobu konání letního tábora mají děti přístup k várnícím, ve kterých je k dispozici čaj, voda se šťávou nebo čistá voda. Voda z místního pramene, která zásobuje tábořiště, se každý rok testuje v chemických laboratořích. I přes úspěšné testování je vodu potřeba převařovat, aby byla pitná. Zásoby potravin zajišťuje hospodář tábora ve spolupráci

s kuchařkami. Trvanlivé potraviny nakupují před konáním tábora. Potraviny typu vejce a maso nakupují čerstvé, a ještě ten den se musí zpracovat.

5.5 Rozpočet pobytového letního tábora

Odhadovaný rozpočet letního pobytového tábora najdeme níže v tabulce. V levém sloupci jsou vypsány náklady, které se týkají činnosti celého tábora. V pravém sloupci najdeme jednotlivé částky za náklady. Rozpočet je vystaven pro maximální naplnění kapacity, tedy 30 dětí do 15 let.

Tabulka č. 2 Rozpočet pobytového letního tábora

Náklady	Částka (v Kč)
Pronájem tábořiště	14 700
Pronájem podsadových stanů a pracovního materiálu	12 300
Strava	15 200
Doprava	480
Materiál (papírenské zboží apod.)	4 000
Cestovné	1 500
Odměny, ceny	600
Rezerva	1 200
Celkem	49 980

Celkovou částku tábora vydělíme 30, získáme tak cenu tábora pro jedno dítě. To činí 1 666 Kč. Částku zaokrouhlíme. Cena týdenního tábora pro jedno dítě je **1 700 Kč**.

Náklady letního tábora jsou financovány především z účastnických poplatků od dětí. Za financování je zodpovědná letohradská farnost, se kterou jsou uzavírány všechny smlouvy např. o pronájmu tábořiště, smlouvy o cestovním apod.

5.6 Propagace pobytového letního tábora

Letní tábor je propagován zejména skrze plakáty, které jsou zveřejněny zhruba půl roku před konáním tábora, tzn. koncem zimního období. Plakáty jsou rozvěšeny na informační nástěnce na faře a v místních kostelích, dále na webových stránkách a sociálních sítích letohradské farnosti. Dále se letní tábor ohlašuje v kostelích žambereckého vikariátu na konci mše svaté. O táboře informuje pastorační asistentka také při hodinách náboženství ve škole.

5.7 Přihláška na pobytový letní tábor

Prostřednictvím odkazu na plakátu lze dítě také na letní tábor přihlásit. Po vyplnění formuláře, který slouží jako přihláška, obdrží zákonný zástupce dítěte e-mail, ve kterém se dozví více informací (komunikace nadále probíhá zejména prostřednictvím e-mailu). Dva měsíce před konáním letního tábora se posílají podrobnější informace (technické informace, způsob platby tábora, seznam věcí) a také dokumenty, které s sebou dítě na tábor potřebuje (posudek o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na zotavovací akci a škole v přírodě od lékaře, prohlášení zákonných zástupců o bezinfekčnosti dítěte a táborový dotazník pro zdravotníka).

5.8 Hygiena a zdravotník

V projektu počítáme s maximálním naplněním kapacity letního tábora. Jelikož se jedná o 30 dětí do 15 let, je potřeba konání letního tábora nahlásit na Krajskou hygienickou stanici Pardubického kraje (dále jen KHS). Podle zákona č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví, ve znění pozdějších předpisů, se konání letního tábora nahlašuje jeden měsíc dopředu (nejpozději tedy do 5. 7. 2024). Z tohoto důvodu také děti přikládají vyplněné dokumenty, v případě dostavení se kontroly z KHS, která tyto dokumenty vyžaduje.

Podle vyhlášky č. 185/1990 Sb., ministerstva zdravotnictví a sociálních věcí České republiky o zotavovacích a jiných podobných akcích pro děti a dorost, musí být na táboře přítomen zdravotník. V rámci našeho letního tábora je zdravotníkem osoba, která je absolventem kurzu zdravotník zotavovacích akcí. Vede si dokumentaci jednotlivě každého dítěte. V době konání tábora si zapisuje všechna zranění, nemoci, stavy dítěte a také léky, které dítěti podal. Zajišťuje vybavení lékárníčky a je zodpovědný za její použití. Doprovází dítě do nemocničního zařízení v případě zranění či stavu, které je potřeba ošetřit profesionálními zdravotníky. V případech k tomu určených, komunikuje se zákonnými zástupci.

6 Táborový program

V následující kapitole se zabýváme celotáborovým tématem a vizí a režimem dne. Stanovujeme táborový program pro jednotlivé dny.

6.1 Celotáborové téma a vize

Tématem, které bude provázet děti po celé konání letního tábora jsou olympijské hry. Děti jsou rozdělené do týmů podle různých zemí světa, které v průběhu letního tábora poznávají (kultury, tradice, zvyky a kuchyni). Celotáborové téma je zakomponované do her, aktivit, scének, které u dětí rozvíjí zejména spolupráci a důvěru. Program slouží jako nespecifická prevence proti rasismu, xenofobii, předsudkům a nenávisti vůči lidem jiných národností. Jedním z cílů letního tábora je působit na děti tak, aby si odnesly nejvíce poznatků, zážitků, přívětivého chování do svého každodenního života (nespecifická prevence působí celistvě, nepojmenovává věci konkrétně, ale svůj smysl nabývá v důsledcích jednání dítěte).

Důležitou součástí tématu je uvědomování si vlastní hodnoty a jedinečnosti, kterou máme od Boha. Všichni lidé na Zemi jsme si rovni (v tomto kontextu nezáleží kdo je jaké národnosti či barvy pleti), ale současně každý z nás je jedinečný. Každý má své silné stránky, talenty a dary. Celotáborové téma stojí na třech bodech. Žijeme život ve vztazích, proto se během týdne dotýkáme vztahu sama k sobě, k druhým a k Bohu. Všechny tři body jsou navzájem propojeny.

Letní tábor je jediným farním pobytovým táborem v žambereckém vikariátu. Děti tak mají možnost posouvat hranice své komfortní zóny, vyzkoušet si život v přírodě, poznat, že život nabízí výzvy a zátěžové situace, které jsou schopny vyřešit samy nebo s pomocí, získávají nové dovednosti a poznatky zážitkem, upevňují vztahy se svými kamarády. Děti v průběhu celého tábora poznávají, že v životě nejsou samy. Mají možnost prohloubit vztah s Bohem, poznávat Jeho každodenní milost a upevnit se tak ve víře v Něj. Letní tábor není jenom o hrách a zábavě, děti se také učí nést zodpovědnost za své činy a jejich důsledky. Programem se dětem snažíme předat křesťanské hodnoty (láska, pomoc bližními, odpuštění, respekt, otevřenost vůči jinakosti apod.).

Před každou aktivitou, která spadá do celotáborové hry, si vedoucí připravují scénky, kterými děti více vtáhnou do děje a motivují do hry. Celotáborové téma je propojené s tzv. slůvkem na den (více o slůvkách viz 6.2). Ve slůvkách na den posilujeme vztahy (k sobě, k druhým a k Bohu). Celotáborové téma poukazuje na vztah k sobě samému, na jedinečnost

každého z nás, neohledně na národnost, barvu pleti, vzdělání, sociální status, pohlaví, náboženství apod. Zabýváme se vztahy s druhými, učíme děti spolupracovat, komunikovat a respektovat se navzájem.

Mimo aktivit spadajících do celotáborového tématu jsou součástí letního tábora aktivity a hry, které rozvíjí práci v týmu, komunikaci, kreativitu, pohyb, kritické myšlení, logické myšlení a paměť.

Mezi cíle letního tábora řadíme kvalitní a smysluplné trávení volného času o letních prázdninách. Děti v pubescentním věku stále potřebují vedení, avšak také dostatečnou míru volnosti. Dětem se snažíme vycházet vstřícně, reagujeme na jejich potřeby a snažíme se ke každému přistupovat individuálně.

Vedoucí si uvědomují svoji roli a snaží se jít dětem příkladem. Respektují a dodržují stanovená pravidla, účastní se programu, nesou zodpovědnost za celý chod tábora. Komunikují se zákonnými zástupci, přistupují k nim otevřeně a respektují jejich péči a výchovu dětí.

6.2 Režim dne

Režimy dnů jsou ve své podstatě každý den stejné, liší se pouze drobnostmi. Program dne se skládá z různých aktivit, aby se dbalo na fyzickou i psychickou pohodu dítěte a také na čas věnovaný odpočinku v průběhu dne, ale i noci (dostatečná spánková regenerace). Dále se dbá na vymezený čas pro stravování a osobní hygienu (čištění zubů, sprchování apod.).

Tabulka č. 3 Režim táborového dne

Čas	Denní režim
7:30	Budíček
7:40	Rozcvička
7:55 – 8:10	Ranní hygiena
8:15	Snídaně
8:45	Slůvko na den
9:15 – 11:45	Dopolední blok
12:00	Oběd
12:45 – 14:15	Polední klid
14:15 – 16:00	Odpolední blok I.
16:00	Svačina

16:30 – 18:00	Odpolední blok II.
18:30	Večeře
19:30 – 20:30	Večerní blok
20:30 – 21:00	Večerní rituál a modlitba
21:10 – 21:40	Večerní hygiena
22:00	Večerka

Až na pondělí, příjezdový den a neděli, odjezdový den, má každý den budíček, rozcvičku, ranní hygienu, snídani, tzv. slůvko na den, dopolední blok, oběd, polední klid, odpolední blok I., svačinu, odpolední blok II., večeři, večerní program, večerní rituál s modlitbou, večerní hygienu a večerku.

Režim dne je dopředu naplánovaný, avšak v úvahu se bere ohled na počasí, které se může ze dne na den změnit. Některé z aktivit lze přemístit pod střešku do jídelny. V případě mírného deště je program stejný, přizpůsobí se oblečení dětí (pláštěnky, gumáky apod.). Táborový program je pružný, podle předpovědi počasí lze aktivity v rámci jednoho dne přehazovat. V případě velmi nepříznivého počasí volíme alternativní program. V záloze jsou deskové hry, kvízy, doplňovačky apod. nebo také mini soutěže u stolů. Na soutěže se děti rozdělí do týmů. Každý tým plní jeden úkol, poté se přesouvá k dalšímu. Mezi úkoly jsou např. zápalky do krabičky, domeček z karet, pyramida z kelímků, kimova hra, skládání z papíru, skládání předmětů podle velikosti apod.

Každé jídlo se zahajuje společně. Všichni se sejdou v jídelně a postaví se do kruhu okolo stolů. Zaspívá se píseň a po ní následuje modlitba. Jídlo se také zakončuje společně poděkováním za připravení jídla a krátkou modlitbou.

Slůvko na den je aktivita, kdy se po snídani všichni sejdeme kolem táborového kruhu u ohniště a někdo z vedoucích si připraví krátké zamyšlení, které nás provází celým dnem. Většinou se přečte úryvek z Písma nebo z jiné inspirativní knihy a poté vedoucí text doplní vlastními slovy, svědectvím či myšlenkou. Následuje chvíle ticha na zamyšlení. Aktivita je ukončena tím, že někdo z dětí slůvko na den napíše na tabuli v jídelně, abychom ho po celý den měli k dispozici. Slůvko se týká vztahů.

O poledním klidu po obědě mají děti možnost zregenerovat své síly a odpočinout si. Mohou využít prostory celého tábořiště. Dbáme na dodržování klidového režimu. V jídelně na

poličce jsou k dispozici deskové a karetní hry, u vedoucích je možnost zapůjčení knih, k dispozici je táborová kytara a zpěvníky. S povolením vedoucích je možnost jít si odpočinout k potoku, který se nachází pod tábořištěm. V případě, že se děti chtějí v potoce vykoupat, musí být vedoucí přítomen. Dále je možnost zapůjčení sportovního vybavení např. míče, badmintonové pátky, pétanque apod. pro děti, které chtějí odpočívat aktivně. Avšak dbáme na to, aby se děti nevěnovaly sportu po celý čas poledního klidu. V případě úrody borůvek mají děti možnost jít na sběr do lesa. V horkých dnech dbáme, aby děti polední klid netrávily ve stanech z důvodu přehřátí stanů, spíše je posíláme do lesa nebo na místa ve stínu a dětem připomínáme, aby nosily pokrývky hlavy.

Večerní rituál je aktivita, která vede děti ke ztišení a zamyšlení se na závěr celého dne. Rituál probíhá u táborového kruhu u ohniště a spočívá v tom, že každý má prostor říci, co se mu na dnešním dni líbilo a za co je Bohu vděčný. Současně drží v ruce kámen, který položí doprostřed kruhu. Postupně se přidávají další kameny, které se každý další den hromadí. Aktivita je zakončena krátkou modlitbou díky, proseb, chval a písničkou. Na konci tábora tak vznikne tzv. mohyla vděčnosti, která nám připomíná, že každý den prožíváme okamžiky, za které můžeme být vděční.

6.3 Pondělí

Dopolední program

V pondělí ráno se děti společně s vedoucími setkávají na vlakovém nádraží v Letohradě, odkud společně odjíždí vlakem na letní tábor do Verměřovic. Cesta vlakem je dlouhá dvanáct minut. Vlaková stanice ve Verměřovicích je od tábořiště vzdálená přibližně 3 km, které jdou děti s vedoucími pěšky.

Po příchodu na tábořiště se děti ubytují do stanů a probíhá seznámení s prostorem, kde se celý tábor odehrává. Děti obcházejí kolečko kolem tábořiště a vedoucí ukazují hranice, kde všude je povolené se pohybovat. Před obědem se všichni účastníci tábora sejdou v jídelně a představí se jménem a také rolí, kterou na táboře mají, aby děti věděly, za kým v příp. problému či nejasností jít. Představují se vedoucí, kuchařky, zdravotník i hospodář tábora.

Dále jsou děti obeznámeny s bezpečností na táboře. Kuchařky jim sdělují pravidla kuchyně, do které mohou vstoupit pouze s jejich dovolením. Vedoucí dětem zdůrazňují bezpečnost zejména kolem ohniště a rozdělaného ohně, poukazují na práci s pracovními

nástroji (sekera, nůž apod.) a jejich manipulací. V případě jakéhokoliv zdravotního problému jít za zdravotníkem a v případě jakéhokoliv jiného problému jít za vedoucími, protože všechno se dá řešit. Součástí povídání je taktéž připomenutí, jak se chovat v přírodě, co dělat a co nedělat, např. v lese nekřičet, sbírat (nejen) po sobě odpadky, šetřit s vodou, nezasekávat sekeru do živých stromů, neničit ekosystémy apod.

Odpolední program

Koště

Cíl: Dítě si dokáže zapamatovat jména svých spolu táborníků a navázat s nimi vztahy. Dítě procvičuje svůj postřeh a hbitost.

Motivace: Pojdme se seznámit. Řekni jméno a já ti prozradím to svoje.

Organizační forma: hromadná

Pomůcky: koště

Doba trvání: 15-20 minut

Místo realizace: louka (příp. jídelna)

Popis aktivity: Děti se postaví do kruhu. Všichni se postupně představí jménem tak, jak chtějí, aby byli oslovení. Následně se jedno dítě postaví doprostřed kruhu s koštětem. Nahlas vyvolá jméno některého z dětí z kruhu a současně přitom pouští koště. Úkolem vyvolaného je chytit koště dřív, než spadne na zem. Když koště chytí, zařadí se zpět na místo do kruhu. V případě nechycení koštěte zaujme pozici uprostřed kruhu a následně vyvolává další jméno.

Reflexe aktivity: Připravíme si kartičky s „ksichtíkama“ (různé typy emotikonů – smějící se, zamračený apod.). Dětem řekneme, aby si jednu kartičku vybraly podle toho, jak se momentálně po aktivitě cítí a která kartička nejlépe vystihuje jejich emoce.

Místa si vymění

Cíl: Dítě dokáže navázat vztahy se svými spolu táborníky, dokáže jasně a srozumitelně komunikovat.

Motivace: Vymysli něco originálního a poděl se o to s ostatními. Dozvíš se tak spoustu zajímavých informací.

Organizační forma: hromadná

Pomůcky: -

Doba trvání: 20 minut

Místo realizace: louka (příp. jídelna)

Popis aktivity: Děti se postaví do kruhu. Každý si označí své místo předmětem (botou, šátkem apod.). Jedno z dětí stojí uprostřed kruhu a povídá formuli „Místa si vymění všichni ti, kteří...“ a doplní informaci, která platí i o něm samotném např. mají rádi čokoládovou zmrzlinu. Pro koho to platí, vymění si s někým místo. Úkolem dítěte stojícího uprostřed je zaujmout pozici v kruhu.

Reflexe aktivity: Děti zůstanou stát v kroužku. Každý vymyslí jedno, maximálně dvě slova, kterými popíšu aktuální stav, pocit nebo emoci, kterou po aktivitě mají.

Tvoříme pravidla

Cíl: Dítě dokáže navrhnout pravidlo chování, které pokládá za důležité a aktivně se účastní spolupráce ve skupinách.

Motivace: Pravidla vytvářejme společně, abychom jim všichni rozuměli.

Organizační forma: skupinová

Pomůcky: psací potřeby, papíry, nůžky, lepidla

Doba trvání: 45 minut

Místo realizace: jídelna

Popis aktivity: Každý dostane tužku a papír. Úkolem jednotlivce je vymyslet tři pravidla, která chce, aby se na táboře dodržovala. Následně se děti spojí do dvojice, sdělí si svá vymyšlená pravidla a shodnou se na čtyřech společných. Po několika minutách se dvojice spojí do čtveřice, sdělí si pravidla a shodnou se na šesti. Následně čtveřice postupně přednesou svá vymyšlená pravidla před ostatními a všichni společně se shodnou minimálně na deseti pravidlech, které chtějí, aby se na táboře dodržovaly. Jako potvrzení souhlasu se všichni pod seznam pravidel podepíší (i vedoucí). Následně se seznam vyvěsí na táborovou nástěnku.

Reflexe aktivity: Na konci aktivity sedíme v kolečku a každý postupně řekne jedno pravidlo, které si zapamatoval a vyjádří jej vlastními slovy. Pravidla se mohou opakovat.

Rozdělení do skupin (součást celotáborové hry)

V rámci celotáborové hry děti nachází uprostřed tábořiště zašifrovaný dopis, ve kterém se nachází pozvánka na olympijské hry. Pořadatelé zvou všechny účastníky tábora na jejich konání. Součástí dopisu jsou informace o tom, co to olympijské hry jsou a že se na ně mohou přihlásit tím, že se včas dostaví na místo podle následujících souřadnic a instrukcí – *Přesně v 16:00 středoevropského letního času, ani o minutu později, se dostavte na místo, které je křižovatkou cest poutníků. Místo, kde se lidé setkávali, aby se přimlouvali k Boží matičce. V blízkosti tohoto místa se nachází památný strom, který vstoupil mezi symboly českého národa.*

Děti jsou rozděleny do pěti skupin, které představují jednotlivé státy účastníci se olympijských her. Jedná se o Japonsko, Brazílii, Namibii, Francii a Nový Zéland. Každý dostane lísteček s indicií, která vede ke zmíněným státům. Úkolem je na základě indicie najít ostatní, kteří patří do stejného státu.

1. Japonsko – *sushi, sakura, Asie, origami, karate, Hirošima*
2. Brazílie – *karneval, Amazonka, Jižní Amerika, Rio de Janeiro, samba, portugalská*
3. Namibie – *poušť, safari, Afrika, národní park Etosha, slon, kapana*
4. Francie – *croissant, Eiffelova věž, ratatouille, víno, Alpy, levandule*
5. Nový Zéland – *Hobit, pták kiwi, Oceánie, rugby, Maorové, Wellington*

Státy jsou vybrány způsobem, aby zastupovaly různé světadíly, tedy různé kultury. Děti mají možnost poznat kulturu zcela jinou, než běžně znají z českého prostředí. V průběhu olympijských her klademe důraz na jedinečnost nejen každé kultury, ale i každého člověka. Jedinečnost vzniká na základě rozdílnosti, avšak chceme směřovat k myšlence, že i přesto jsme si všichni na této planetě rovni.

Děti dostávají za úkol ztvárnit svůj stát, který po celou dobu tábora budou zastupovat. Vyrábí vlajku, týmová trika a vymýšlejí pokřik. Při aktivitě mají děti k dispozici atlas světa, ze kterých se dozví potřebné informace. Procvičujeme vyhledávání informací.

Večerní program

Slavnostní zahájení olympijských her (součást celotáborové hry)

Děti jsou rozdělené do skupin. Scénkou vedoucích je zahájen slavnostní ceremoniál začátku olympijských her. Vedoucí si připraví taneční vystoupení, na jehož základě si budou posílat plamen ohně, kterým na konci scény zapálí olympijskou pochoděň. Pochoděň se vždy rozhoří při aktivitách, které spadají do celotáborového tématu. Následně se představují jednotlivé skupiny ostatním pomocí výtvorů z odpoledního programu. Skupiny ukazují, jakou zemi budou v olympijských hrách zastupovat.

6.4 Úterý

Slůvko na den

Nemůžu (...) nést plody, které nemám. Je třeba pečovat o kořeny. A pokud teď nechám Pána, aby mě zaléval a osvěcoval, nakonec na mně Jeho ovoce uzraje. Nemusím se příliš trápit, komu bude dáno. (Smolen, 2016, s. 144).

V úterním slůvku na den se dotýkáme tématu vztahu k sobě. Zabýváme se vztahem, který žijeme každý den. Zamýšlíme se nad svými slabými stránkami, které nás mohou omezovat, ale i nad silnými stránkami, které nás vedou kupředu.

Sami sebe si můžeme představit jako rostlinku, o kterou je potřeba pečovat, aby mohla růst. Už od semínka máme naprogramované, kým jsme a v životě to postupně objevujeme. Rostlinka má pevné kořeny v Bohu, ale je pro ni důležité i samotné tělo a okrajové části. V životě se může stát, že na rostlince něco uvadne nebo ji někdo poškodí nebo se sama zlomí, to ale neznámá, že nemůže růst dál.

Rosteme a vyvíjíme se, i když to nevidíme a neuvědomujeme si to. Rostlinka se potýká s různými faktory, které na ni působí a ovlivňují ji např. období sucha či deště (i v životě můžeme mít lepší a horší období, ale z obou můžeme čerpat pro naše bytí). Můžeme se natáčet různými směry jako se slunečnice otáčí za sluncem, můžeme tak poznávat svou identitu a hledat své místo ve společnosti.

Dopolední program

Pamatovák s kódy

Cíl: Dítě při aktivitě procvičuje svou paměť, zvládne se orientovat v prostoru.

Motivace: Pojdme vyzkoušet, kdo si toho zapamatuje nejvíce a zdolá překážky vedoucích.

Organizační forma: individuální

Pomůcky: papíry a psací potřeby, provaz, různé předměty z tábora např. hrnec, sekera, krepový papír, mýdlo, karimatka, vařečka, míč, lano apod.

Doba trvání: 60 minut

Místo realizace: les

Popis aktivity: Po lese jsou ve vyznačených částech rozmístěny ostrůvky s předměty, ohraničené provazem. Děti na okraji lesa nechají své papíry a psací potřeby a jejich úkolem je oběhnout všechny ostrůvky s předměty, postupně si je zapamatovat a běžet si je zapsat. Cílem aktivity je zvládnout úkol co nejrychleji a bezchybně. Překážkou jim jsou vedoucí, kteří děti chytají. V případě chycení jsou děti zdrženy, vedoucí jim řekne číselný kód, který musí bezchybně zopakovat. Jestliže kód zopakují, mohou běžet dál a splnit svůj úkol.

Reflexe aktivity: Dětem rozdáme skleněnky (skleněné kuličky na cvrnkání). Dětem položíme otázku: Co si z aktivity odnáší? Děti se postupně střídají. Každé dítě odpoví a pošle skleněnku do díry.

Riskuj

Cíl: Dítě prohlubuje vztahy se svými spoluhráči a učí se jasně a srozumitelně formulovat svou odpověď.

Motivace: Pojďme si trochu zapřemýšlet, ukažme své znalosti a vědomosti ve vědomostní soutěži. Společnými silami a diskusí vyhrajeme.

Organizační forma: skupinová

Pomůcky: tabulka s kategoriemi, fixy

Doba trvání: 45 minut

Místo realizace: jídelna

Popis aktivity: Děti se rozdělí do skupin. Aktivita obsahuje pět kategorií (fauna a flóra, geografie, historie, sport a kategorii filmy a seriály). Každá kategorie má pět otázek, postupně odstupňovaných od nejjednodušší za 100 bodů po nejtěžší za 500 bodů. Skupina si vybere políčko a na zodpovězení otázky má časový limit jednu minutu. Jestliže neodpoví, otázka se nabídne dalším skupinám. Vítězí skupina s nejvyšším počtem bodů.

Reflexe aktivity: Vytvoříme kolečko a každý postupně řekne, jakou informaci si zapamatoval. Až se kolečko dojede, směr se obrátí a každý řekne informaci, kterou si zapamatoval jeho soused po pravici.

Odpolední program

Závody formule 1 (součást celotáborové hry)

Děti se rozdělí do skupin podle země, do kterých se rozdělily na začátku letního tábora. V aktivitě budou mezi sebou soupeřit, závodit za jednotlivé státy, které zastupují. Závodní okruh běží všechny skupiny naráz.

Cíl: Dítě dokáže navrhnout formuli a její zpracování, upevňuje výtvarné umění (zpřesňuje pohyby při vyrábění), spolupracuje s ostatními v týmu a závod běží „fair play“.

Motivace: Závodníci, ke startu! Vytvořte si společně formuli a pojd'te závodit.

Organizační forma: skupinová

Pomůcky: banánové krabice, psací a výtvarné potřeby, nůžky, lepidla, izolepy, sušenka, voda, vlaječky

Doba trvání: 2,5 hodiny

Místo realizace: louka

Popis aktivity: Děti jsou rozdělené do týmů podle svých států. Každý tým dostane krabici, psací a výtvarné potřeby, aby si vytvořil formuli, se kterou v druhé části aktivity závodí. Krabici upraví tak, aby se do ní dítě vešlo a mohlo s ní běžet. Po dokončení formule následuje část závodu. Na louce je vyznačená trasa závodního okruhu pomocí vlaječek. Úkolem jednotlivých týmů je uběhnout 15 koleček, avšak se stanovenými kritérii. Jeden závodník nesmí běžet více jak dvě kola za sebou. Po každém kole musí závodník do „boxu“ (ke svému týmu), kde mu vymění kola (sundají a obují boty) a doplní nádrž (sklenice vody a kousek sušenky). Vyhrává tým, který uběhne stanovený počet kol nejrychleji.

Reflexe aktivity: Děti se postaví a všechny zavřou oči. Následně se zeptáme na otázky ohledně aktivity a děti pomocí své ruky ukážou, do jak moc se jim aktivita líbila. Ruka zdvižená nahore znamená naprosto líbila, ruka položená u země znamená naprosto nelíbila. Ruka se může pohybovat na škále mezi těmito krajními body. Otázka např. Líbilo se vám vyrábění formule? Líbilo se vám terén závodního okruhu?

Komiks

Cíl: Dítě rozvíjí svoji fantazii, do činnosti zapojuje svoji kreativitu a procvičuje své výtvarné dovednosti.

Motivace: Pojďme vytvořit jedinečné a originální příběhy. Nebojme se být kreativní, zapojme veškerou fantazii, které se meze nekladou. Papír snese vše!

Organizační forma: hromadná

Pomůcky: papíry, psací potřeby

Doba trvání: 60 minut

Místo realizace: jídelna

Popis aktivity: Každé dítě dostane papír a psací potřeby. Po dobu několika minut začne vymýšlet a kreslit první okénko komiksu. Následně svůj papír pošle dítěti vedle, které dokreslí druhé okénko komiksu. Takhle si všechny děti papíry se svými komiksy předávají a domýšlí je do doby, dokud komiksy nejsou hotové. Následně si je společně můžou přečíst nahlas a vystavit na nástěnku.

Reflexe aktivity: Děti mají prostor se sdílet se svými společnými výtvary. Svým spolu táborníkům mohou sdělit, jak svůj původní komiks zamýšlely a porovnat ho s tím, jak ve skutečnosti vypadá.

Večerní program

Pantomima

Cíl: Dítě rozumí významu rčení nebo přísloví a umí jej předvést pomocí pantomimy.

Motivace: Pojdme se pobavit a vyzkoušet si, jak dobře známe česká rčení a přísloví.

Organizační forma: skupinová

Pomůcky: sepsané rčení a přísloví

Doba trvání: cca 45 minut

Místo realizace: louka (příp. jídelna)

Popis aktivity: Děti rozdělíme do skupin. Každá skupina vyšle dva zástupce k vedoucímu, který má předem připravená rčení a přísloví. Dvojice má za úkol rčení nebo přísloví pantomimicky předvést ostatním členům skupiny. Skupina, která to uhodne jako první, získává bod.

Reflexe aktivity: Děti se zeptáme, jaké rčení či přísloví neznaly či bylo pro ně nové. A jaké rčení nebo přísloví pro ně bylo náročné předvést.

6.5 Středa

Slůvko na den

Nemohu snad s vámi naložit jako tento hrnčír, dome Izraele? praví Hospodin. Hle, jste v mé ruce, jako je hlína v ruce hrnčírě, dome Izraele. (Jer 18,6).

Ve středečním slůvku na den máme stále téma vztahu k sobě samému. Co všechno tvoří naše já? Každý den máme možnost objevovat, kdo jsme a co můžeme tomuto světu nabídnout. Skrze poznání, že pocházíme od Boha, který sestupuje a vyzdvihá každého z nás.

Bůh nás formuje jako hliněnou nádobu a tím nám poskytuje možnost měnit se. Nádoba je tvořena z plastické hlíny, kterou lze formovat a upravovat do jejího „vypálení“. Každá nádoba, kterou Hrnčír tvoří, je jedinečná a originální, a proto má výjimečnou hodnotu a cenu. I my si můžeme sami sebe představit jako nádobu, na které se dlouho pracuje, aby byla pěkná, aby našla „svůj potenciál“ (např. že slouží jako nádoba na vodu, jako váza, nádoba na pečení – každá má svůj vlastní cíl a smysl, stejně jako my).

Dopolední program

Vaření (součást celotáborové hry)

Děti se rozdělí do skupin podle zemí, do kterých byly rozděleny na začátku letního tábora.

Cíl: Dítě rozumí pokynům a podle receptu dokáže tradiční pokrm připravit. Při vaření umí koordinovat pohyby svých rukou.

Motivace: Poznejme tradiční pokrm dané země a společně si jej uvařme.

Organizační forma: skupinová

Pomůcky: zašifrované recepty, potraviny a suroviny podle jednotlivých receptů, sirky, kotlík, kuchyňské náčiní, ešusy, příbory

Doba trvání: 2,5 hodiny

Místo realizace: les, louka, jídelna

Popis aktivity: Každý tým dostane zašifrovaný recept pokrmu, který je tradiční pro jejich danou zemi. Úkolem skupiny je recept vyluštit a následně najít rozházené potřebné potraviny a suroviny po lese. Potraviny jsou ale hlídané strážci, kteří děti chytají. V případě že chycení, dítě musí doběhnout na kraj lesa a poté může opět vyběhnout. Po získání všech potřebných ingrediencí děti rozdělají oheň a pokrm si podle receptu uvaří. Aktivita slouží místo oběda. Následně po sobě vše uklidí a umyjí.

Reflexe aktivity: Děti reflektují výsledek aktivity, zda jim jimi uvařené jídlo chutnalo. Zeptáme se, zda si věděly rady se zašifrovaným receptem nebo zda potřebovaly nápovědu.

Odpolední program

Mini soutěže olympiády, tak trochu jinak (součást celotáborové hry)

Děti se rozdělí do skupin podle jednotlivých zemí, do kterých se rozdělily na začátku letního tábora. V soutěžích mezi sebou soupeří a snaží se získat co nejvyšší počet bodů.

Cíl: Dítě prokáže schopnost pracovat v týmu, dokáže zkoordinovat pohyby při daných aktivitách a integrovat hodnotu důvěru v sama sebe do svého hodnotového systému.

Motivace: Věříš si? Věříš mi? Pojd'me si to vyzkoušet.

Organizační forma: individuální a skupinová

Pomůcky: slackline, pytle, lžice, pingpongové míčky, balónky, kelímky, PET lahve, zimní oblečení

Doba trvání: 90 minut

Místo realizace: louka, les

Popis aktivity: Děti chodí v týmu po různých stanovištích a snaží se získat nejvyšší počet bodů. Na prvním stanovišti je děravá PET lahev naplněná vodou. Úkolem je přenést co největší objem vody z bodu A do bodu B. Na druhém stanovišti se běží štafeta na překážkové dráze s pingpongovým míčkem. Na třetím stanovišti mají děti za úkol přestavět kelímky pomocí nafukovacího balónku, aniž by se kelímky dotkly rukama. Čtvrté stanoviště je štafeta. V bodě

A si dítě oblékne zimní čepici, bundu, šálu a rukavice a běží do bodu B, ve kterém si všechno ze sebe svlékne, znovu oblékne a běží zpět do bodu A, kde oblečení předá dalšímu. Na pátém stanovišti mají děti za úkol přejít po slacklině, aniž by se dotkly nohama země. Na šestém stanovišti děti skáčou v pytli, který si předávají jako štafetu. Za každé stanoviště týmy získávají body.

Reflexe aktivity: Dětem nabídneme, aby si vybraly jednu kartičku ze hry Dixit, která nejlépe vystihuje jejich momentální stav, pocit nebo náladu po aktivitě. Děti se postupně sdílí ve svých skupinách, ve kterých byly v průběhu aktivity.

Hudební pexeso

Cíl: Dítě dokáže obhájit svůj vlastní úsudek a reagovat na úsudky svých spoluhráčů. Aktivitou procvičujeme paměť a postřeh.

Motivace: Nastražme uši, naladíme hlasivky a zahrajme si pexeso trochu jinak, než ho obvykle známe.

Organizační forma: skupinová

Pomůcky: kartičky na hudební pexeso, fixy, kytara

Doba trvání: 30 minut

Místo realizace: louka (příp. jídelna)

Popis aktivity: Děti se rozdělí do skupin. Hra spočívá v tom, že se otáčí kartičky, které spustí píseň (vedoucí zahraje část písně na kytaru). Cílem je najít dvě kartičky, které spouští stejnou píseň. Za každou správně nalezenou dvojici skupina získá jeden bod. V případě, že skupina píseň najde, pokračuje v otáčení kartiček do doby, dokud otočí dvě kartičky, které zobrazují jinou píseň. Vyhrává skupina, která má nejvyšší počet bodů.

Reflexe aktivity: Děti se posadí do kroužku. Zadáme úkol, aby děti popsaly svou aktuální náladu/pocit jako hudební nástroj např. Cítím se jako kytara, protože jsem dobře naladěná.

Večerní program

Sobí šlacha

Cíl: Dítě dokáže spolupracovat se spoluhráči v týmu, umí formulovat vlastními slovy pravidla hry, dokáže koordinovat pohyb rukou při házení i chytání míčků.

Motivace: Rychlost, přesnost a týmovost. To jsou faktory, které nás dovedou k vítězství.

Organizační forma: hromadná

Pomůcky: dva ponožkové míčky spojené provázkem

Doba trvání: 30 minut

Místo realizace: louka

Popis aktivity: Děti se rozdělí na dva týmy. Principem hry je oběhnout stanovený počet koleček kolem svého týmu. Děti jsou co nejbližší u sebe a jeden z týmu je obíhá, současně druhý tým stojí za sebou a podává si dva ponožkové míčky spojené provázkem poprvé zespodu, podruhé shora. Až se míčky dostanou k poslednímu z řady, dotyčný je odhazuje pryč. Týmy si vymění role, ten, co obíhal, si běží míčky podávat a ten, co podával, běží obíhat. Vyhrává ten tým, který oběhne dříve stanovený počet koleček.

Reflexe aktivity: Děti se zeptáme, která část aktivity je bavila více a proč, zda obíhání koleček či podávání si míčků v řadě za sebou.

Krádež ohně (součást celotáborové hry)

Vedoucí převlečení za sabotéry olympijských her sehraji scénku, kdy kradou olympijský oheň a utíkají pryč z tábora. Bez ohně nelze dále hry hrát, a proto dětem vysvětlíme, aby mohly olympijské hry dohrát, že se budou muset za sabotéry vypravit a získat oheň zpět.

Olympijský oheň je součástí olympijských her od nepaměti. Jedná se o prvek olympijských her, který má svou tradici již v antickém Řecku.

6.6 Čtvrtek

Slůvko na den

Jako Otec miloval mě, tak jsem i já miloval vás. Zůstaňte v mé lásce. Zachováte-li má přikázání, zůstanete v mé lásce, tak jako jsem já zachoval přikázání svého Otce a zůstávám v jeho lásce. Toto jsem vám pověděl, aby má radost byla ve vás a vaše radost aby byla dokonalá. Toto je mé přikázání: Milujte jedni druhé, jako jsem já miloval vás. Nikdo nemá větší lásku než ten, kdo položí život za své přátele. (J 15, 9-13).

Ve čtvrtečním slůvku na den se přesouváme do vztahu já s druhými. Bůh nás vyzívá k lásce k druhým. Vztahy s druhými jsou ovlivněny i vztahem, který má každý sám k sobě. Buďme si navzájem darem a radostí. Přinášíme druhým do života světlo skrze příklad Ježíše Krista.

Vztahy s druhými bývají krásné a současně i náročné. Není jednoduché přijímat druhé takové, jací jsou. Často vidíme u ostatních chyby a nedostatky, které nás mohou přesvědčit, že s tím člověkem nechceme mít nic společného. Zkusme se na to podívat z druhé strany. Snažme se na druhých vidět spíše ty dobré věci, zkusme nacházet v druhých inspiraci. Zkusme druhé

nesoudit a nedělat si o nich předčasný obraz. Dávejme druhým šanci být nejlepší verzí sebe sama.

Celodenní výlet (součást celotáborové hry)

Děti se z předchozího večera dozvídají, že jim sabotéři olympijských her ukradli olympijský oheň. Proto se vydávají na celodenní výlet do okolí tábořiště, aby sabotéry i s ohněm našly. Na výlet vyráží po slůvku na den a vrátí se na teplou večeři, která je prohozená s obědem. Na cestu s sebou dostávají svačinu a dostatek tekutin.

Cestou děti nachází stopy, které je nakonec dovedou až k sabotérům. Těsně před tábořištěm při cestě nazpět se se sabotéry setkají. Děti po nich vyžadují olympijský oheň nazpátek, avšak sabotéři jim oheň odmítají vydat. Místo toho ale dětem dají ultimátum, že když se následující den dostaví na souboj a zvítězí nad nimi, získají oheň zpět.

Trasa výletu vede po značených turistických cestách a je dlouhá 15 kilometrů. Cílem výletu je Suchý vrch, kde proběhne pauza na oběd a odpočinek na dostatečné zregenerování sil. Nazpátek se pěšky dojde do města Jablonné nad Orlicí, odkud se do Verměřovic na tábořiště dostaneme autobusem. Po cestě probíhají pauzy a následující aktivity.

Anděl strážný

Děti si na začátku výletu vylosují jiného spolu táborníka, kterému během cesty dělají strážného anděla. Jméno si nechávají pro sebe, nikomu ho nesdělují. Jejich úkolem je během cesty vylosovanému dítěti udělat alespoň jeden dobrý skutek. Cílem je všimnout si potřeb lidí kolem sebe a nebýt lhostejný k někomu, kdo potřebuje pomoc. Důležité je nejenom pomoc druhým nabízet, ale také naučit se pomoc od druhých přijímat.

Kolíček

Kolíček je aktivita, která se hraje po celou dobu celodenního výletu. Hra spočívá v tom, že někdo dostane na začátku kolíček, který má za úkol připevnit někomu jinému (na oděv, batoh), aniž by si toho dotyčný všimnul. Kolíček tímto způsobem putuje a u koho zůstane na konci výletu, tak „prohrává“. Ve větším počtu dětí, posíláme více kolíčků.

Večerní program

Čtení

Cíl: Dítě dokáže zdůvodnit důležitost odpočinku a vnímá odpočinek jako svoji hodnotu.

Motivace: Odpočinek je důležitou součástí každého dne.

Organizační forma: hromadná

Pomůcky: kniha

Doba trvání: 45 minut

Místo realizace: louka (příp. stan)

Popis aktivity: Děti se pohodlně usadí. Vedoucí čte dětem pohádku, aby měly možnost zrelaxovat. Jestliže dítě usne, necháme ho, nebudíme ho (příp. až ke konci aktivity).

6.7 Pátek

Slůvko na den

Dej nám i dnes náš denní chléb a odpusť nám naše viny, jako i my odpouštíme našim viníkům. A neuved' nás do pokušení, ale vysvobod' nás od zlého. Odpustíte-li totiž lidem jejich prohřešky, odpustí také váš nebeský Otec vám. (Mt 6, 11-14).

V pátečním slůvku na den jsme stále ve vztahu já a druzí. I přesto, že s druhými navazujeme láskyplné vztahy, občas může dojít ke zraněním a šrámům, které si navzájem způsobujeme. Naučme se odpouštět si, přijímat rány a nechávat je uzdravovat u Boha.

Vztahy bývají komplikované. Často se stává, že dochází k nejasnostem a nedorozuměním na základě špatné komunikace. Sdělení, které jeden vysílá, druhý může přijmout jiným způsobem, než bylo původně myšlené. Zvažujme, co a jak druhým sdělujeme. Snažme se respektovat odlišný názor. Věnujme druhým pozornost, když nám něco sdělují. Vytvářejme prostředí, kde se druhý bude cítit bezpečně.

Dopolední program

Bitva o olympijský oheň (součást celotáborové hry)

Děti se po setkání se sabotéry utkají v bitvě o olympijský oheň, aby měly možnost dohrát rozehrané olympijské hry. Tentokrát se nerozdělují do jednotlivých skupin podle zemí, ale všichni bojují společně proti jednomu nepříteli.

Cíl: Dítě dokáže navrhnout strategii boje, manipulovat s míčky tak, aby házelo co nejpřesněji a snaží se o spolupráci všech týmů společně.

Motivace: Společně jsme silnější. Spojme své síly dohromady a postavme se nepříteli.

Organizační forma: hromadná

Pomůcky: lano, poklice od hrnců, míčky z ponožek

Doba trvání: 50 minut

Místo realizace: louka

Popis aktivity: Sabotéři přichází do tábořiště utkat se s dětmi v bitvě o olympijský oheň. Bitva spočívá v tom, že se sabotéři postaví do kruhu, které je ohraničené lanem, za které děti nemohou vstoupit. Sabotéři drží v ruce pokličky od hrnců, aby se mohli bránit. Úkolem dětí je zneškodnit všechny sabotéry pomocí míčků z ponožek, kterými se snaží do sabotérů trefovat. Sabotéři mohou děti také trefovat, jakmile je dítě zasaženo, musí si obnovit život tím, že oběhne jídelnu. Každý sabotér má deset životů, každý zásah míčkem jeden život ubírá. Sabotéři si sami hlídají, kolik mají životů a počítají si zásahy. Jakmile je sabotér míčkem zasažen, nahlas sdělí, kolik životů mu ještě zbývá a v případě, že ztratí všechny životy, si lehne na zem a tím dává znamení, že je „mrtvý“ (děti už po něm nestřílí). Po zneškodnění všech sabotérů děti získají olympijský oheň nazpět.

Reflexe aktivity: Dětem rozdáme papíry s následujícími otázkami (věty). Děti mají za úkol odpovědět na tři z nich, přičemž první otázka je povinná, další dvě si mohou vybrat.

- V jedné větě napiš, co ses při aktivitě naučil/a.
- Kdyby aktivita byla písnička nebo film, jak by se jmenovala?
- Napiš jednu konkrétní situaci, která ti udělala radost.
- Co pro tebe bylo nové?
- Napiš, co se ti na aktivitě nelíbilo a vysvětli proč.

Čísla

Cíl: Dítě dokáže vyjádřit vlastními slovy pravidla hry svému spoluhráči, dokáže manipulovat s míčem a reagovat na změny ve hře.

Motivace: Buďme rychlí jako gepardi a bystrí jako lišky.

Organizační forma: skupinová

Pomůcky: míč

Doba trvání: 30 minut

Místo realizace: louka

Popis aktivity: Děti se rozdělí na dvě skupiny, ve které si rozdají čísla tak, aby je druhá skupina neslyšela a nevěděla, kdo má jaké číslo. Skupiny se postaví naproti sobě přibližně 6 až 8 metrů. Mezi skupinami položíme na zem míč. Následně vedoucí zavolá jedno z čísel např. 2. Dítě s číslem 2 vybíhá a snaží se chytit míč dříve než spolu táborník se stejným číslem z protější skupiny.

Reflexe aktivity: Děti se postaví do kruhu a řeknou pomocí typu počasí, jak se po aktivitě cítí. Např. slunečno, protože mě bavilo běhat a čekat, jaké číslo zrovna padne nebo zamračeno, protože mě aktivita vůbec nebavila.

Odpolední program

Workshopy

Na odpolední workshopy se děti zapisují ráno. Během odpoledne mají možnost zúčastnit se dvou. Workshopy jsou aktivity, které nabízejí spoustu možností vyzkoušet si něco nového, odpočinkového, něco jen tak pro radost či pobavení. Workshopy mají na starost vedoucí nebo příp. přijíždí externí vedoucí, kteří si s sebou přiváží materiál a vše ke svému workshopu potřebné. Děti mají na výběr z následujících možností:

1. lukostřelba
2. čtení pohádky
3. amatérské divadlo
4. kolové tance
5. vyrábění košíků z proutí
6. fotbal
7. pletení náramků
8. procházka po okolí
9. deskové hry
10. vázání deníčků

Reflexe aktivity: Děti se po konci aktivit zeptáme, které z workshopů si vybraly a proč. Necháme jim prostor pro sdílení svých pocitů.

Raiče

Cíl: Dítě dokáže manipulovat s míčem a koordinovat pohyby podle pravidel hry.

Motivace: Zapni koordinaci pohybů a střílej do branek, co ti síly stačí!

Organizační forma: skupinová

Pomůcky: míč

Doba trvání: 25 minut

Místo realizace: louka

Popis aktivity: Děti se postaví do kruhu a každý rozkročí nohy na úroveň svých ramen. Stojí se těsně vedle sebe. Do pole/kruhu se vhodí míč. Naše rozkročené nohy tvoří bránu, kterou si sami musíme bránit. Bráníme rukama sevřenýma v pěst. Jakmile míč proletí bránou, nesmíme

používat jednu ruku, když proletí po druhé, otáčíme se čelem vzad, když proletí potřetí, opět nesmíme používat jednu ruku, počtvrté už ze hry vypadáváme. V případě většího počtu dětí se rozdělíme na více skupin (kruhů).

Reflexe aktivity: Dětem řekneme, aby zaujaly pozici, jak se momentálně cítí. Můžou stát, sedět, ležet, pohybovat se. Ztvárnit svůj pocit pomocí svého těla.

Večerní program

Stežka odvahy

Stežka odvahy se odehrává v lese. Vedoucí připraví cestu vyznačenou po svíčkách, kterou mají děti za úkol projít každý jednotlivě. Po cestě je pár zastavení. Na každém zastavení se nachází otázka na zamyšlení:

- Jaký byl dnešní den?
- Co mi dnes udělalo radost?
- Za co jsem dnes Bohu vděčný/á?
- Co bych na dnešku zlepšil/a?
- Co se mi dnes nepovedlo?
- Co si odnáším do dalších dní?

Každý si na otázky odpovídá sám ve chvíli ztišení. Až všichni stežkou projdou, sejdou se společně na večerní modlitbu u táborového kruhu u ohniště.

6.8 Sobota

Slůvko na den

Teď ale toto praví Hospodin, ten, kdo tě stvořil, Jákože, ten, kdo tě, Izraeli, zformoval: Neboj se, já jsem tě vykoupil a povolal tě jménem tvým – patříš mi! Půjdeš-li přes vody, já budu s tebou, půjdeš-li přes řeky, nestrhne tě proud. Půjdeš-li ohněm, neshoříš, plamen tě nespálí. Já Hospodin jsem přece tvůj Bůh, já, Svatý izraelský, jsem tvůj spasitel. (Iz 43, 1-3).

V sobotním slůvku na den přecházíme do vztahu já a Bůh. Do základního vztahu, který by bez důvěry nefungoval. Bůh nás zná jménem, vryl si nás do svých dlaní a dává nám poznat, že jsme pro něj důležití. Je to Bůh přítomný, který není nikde daleko. Ponížil své božství a tím se stal rovný lidem.

Bůh nám říká, že na nic v životě nemusíme být sami, stačí Boha ve svém životě přijmout. Odpovídat na Jeho výzvy „ano“. Ať už se budeme nacházet v jakékoliv situaci, příjemné či nepříjemné, jednoduché či složité, radostné či smutné, vždy máme po svém boku někoho, kdo nás miluje a záleží mu na nás. Proto za nás položil svůj život. Zkusme se zamyslet, v jakých chvílích jsme Boha cítili, kdy jsme opravdu vnímali, že tady s námi je. Zamysleme se nad tím, jakým způsobem nás Bůh vidí. Zkusme Mu vzdát chválu za to, jak nás stvořil a poděkujme Mu za náš život.

Dopolední program

Slavnostní ukončení olympijských her (součást celotáborové hry)

Ukončení olympijských her probíhá společně kolem táborového kruhu u ohniště. Děti mají na sobě týmová trika, která si vyráběla první den. Vyhlásují se výsledky skupinového bodování a předávají se ceny. Děti se rozloučí s organizátory svými pokřiky. Při slavnostním ukončení se dětem předává myšlenka, že není podstatné zvítězit, ale že nejvíce se počítá snaha, kterou do aktivit vložily.

Dále se zdůrazňuje, že všichni si při všech hrách a aktivitách byli rovni, a tedy že není moc podstatné, kdo zastupoval a hrál za jakou zemi. Avšak děti si mohly vyzkoušet, že v některých aktivitách se jim dařilo lépe a v některých méně, protože Bůh nás každého stvořil jednotlivě a originálně. Uhašením olympijského ohně jsou hry u konce.

Scénky na táborový oheň

Děti mají prostor si připravit scénky k večernímu táborovému ohni. K dispozici mají kostýmy a materiály od vedoucích. Ve scénkách necháváme dětem tzv. volnou ruku, avšak připomínáme, že se ve scénkách nesmí objevovat vulgarismy, urážky nebo ponižování.

Odpolední program

Bomba a štít

Cíl: Dítě se umí rozhodnout, koho si zvolí za svůj štít či bombu. Procvičuje rychlost svých reflexů.

Motivace: Pohybujeme se takticky a s rozvážností, snažíme se o co nejdelší přežití ve hře.

Organizační forma: hromadná

Pomůcky: -

Doba trvání: 20 minut

Místo realizace: louka

Popis aktivity: Děti se rozmístí a každý si pro sebe sám řekne, kdo bude jeho bombou a kdo štítem. Na „ted“ začíná hra. Úkolem dětí je, až se hra zastaví, být v pozici, kdy mezi ním a bombou musí stát štít. Jakmile stojí, dítě pokračuje ve hře, v opačném případě ze hry vypadává.

Reflexe aktivity: Děti se zeptáme, co si z aktivity odnáší, jak se během aktivity cítily, zda dokázaly rozeznat, pro koho byly štítem či bombou.

Ztracené ovce

Cíl: Dítě důvěřuje pastýři a dokáže koordinovat své pohyby se zvukem píšťalky.

Motivace: Důvěřujme pastýři, že nás zavede zpět k sobě do ohrady.

Organizační forma: hromadná

Pomůcky: lano, píšťalka, šátky

Doba trvání: 30 minut

Místo realizace: louka

Popis aktivity: Doprostřed louky se z lana vytvoří ohrada. Děti si zavážou oči a vedoucí je rozmístí po louce. U ohrady stojí pastýř s píšťalkou, pomocí které se snaží dostat všechny ovečky (děti) zpět. Děti neustále chodí, na jedno písknutí se otočí o devadesát stupňů doprava, na dvě písknutí se otočí o devadesát stupňů doleva. Až se dítě dostane do ohrady, může si sundat šátek a v tichosti počkat na ostatní. Při této aktivitě je důležité dbát na bezpečnost, aby se některé z dětí nezaběhlo.

Reflexe aktivity: Dětem po aktivitě rozdáme papíry a psací potřeby. Reflexe probíhá tzv. volným psaním, kdy dítě dostane za úkol, že na papír může napsat cokoliv, co se týká aktivity (nehledíme na gramatiku, čárky, strukturu), jediné pravidlo je, aby tužka neopouštěla papír.

Večerní program

Táborový oheň

K večeru se všichni účastníci letního tábora sejdou u táborového ohně. Opékají se párky (místo večere), hraje se na kytaru a zpívá se. Děti mají prostor na odehrání připravených scének. Táborový oheň je také „galavečerem“ celého letního tábora. Jedná se o poslední noc před odjezdem z tábora, proto je večerka posunuta o 1 hodinu později, aby si děti mohly poslední večer užít naplno. Posunutí večerky je dobrovolné, děti mohou jít spát i dříve.

6.9 Neděle

Slůvko na den

Klasické slůvko na den v neděli není, protože se ihned po snídani odchází na mši svatou, na které zazní zamyšlení v rámci kázání. Knězi dáme dopředu informace, zda by se v rámci svého kázání mohl dotknout tématu – vztah já a Bůh.

Dopolední program

Po snídani se účastníci tábora nachystají na mši svatou do kostela sv. Jana Křtitele ve Verměřovicích (vzdálené cca 2 km od tábořiště). Cesta vede lesem. Mše svatá je dlouhá přibližně 1 hodinu.

Po příchodu ze mše svaté mají děti prostor a čas na sbalení si svých osobních věcí a pomáhají s úklidem tábořiště. Uklízí se společné prostory, hrabe se tábořiště příp. se sbírají odpadky. Dětem ukazujeme, že tábořiště chceme opustit v takovém stavu, v jakém jsme ho přebírali.

Odpolední program

Reflexe a zpětná vazba letního tábora

Po obědě letní tábor zakončíme zpětnou vazbou a reflexí. Děti se společně s jedním z vedoucích sejdou po skupinách podle zemí, do kterých byly rozděleny na začátku tábora. Vytvoříme bezpečnou atmosféru, aby každý účastník měl prostor se vyjádřit. Připomeneme pravidlo, že vždy mluví pouze jeden. Při téhle aktivitě ten, kdo v ruce drží smrkovou šišku. Každý má prostor se s ostatními ve skupině sdílet o svých zážitcích, pocitech, radostech ale i těžších chvílích, které během tábora mohl prožít.

Po sdílení se o svých pocitech následuje anonymní zpětná vazba. Dětem rozdáme papíry a psací potřeby a nadiktujeme jim čtyři otázky:

1. Co se ti na táboře líbilo?
2. Co si odnášíš z letního tábora?
3. Co vnímáš jako nejslabší část programu a proč?
4. Co bys do příště změnil/a?

Děti mají dostatek času na zodpovězení otázek. Po zodpovězení hodí svůj papír do krabice. Zpětné vazby si vedoucí přečtou a vytvoří zápis až po skončení letního tábora.

Následně se děti ze všech skupin přemístí k táborovému ohništi, kde proběhne poděkování všem účastníkům, vedoucím a organizátorům, kteří se na přípravě a průběhu tábora podíleli.

Ukončení letního tábora

Následuje cesta zpět domů. Někteří z vedoucích odjíždí auty a dodávkami a odváží osobní věci a zavazadla na faru do Letohradu. Zbytek vedoucích společně s dětmi putuje zpět domů pěšky. Cesta je dlouhá přibližně 8 km. Z tábořiště sejdou dolů do vesnice Verměřovice, poté se vydají lesní cestou přes tzv. Hůru směrem do Letohradu. V Letohradě se napojí na cyklostezku, která vede až k letohradskému vlakovému nádraží. Od nádraží k faře na náměstí zbývá necelý 1 kilometr.

Na faře si děti vyzvednou své osobní věci a zavazadla. Dětem jsou také předány veškeré dokumenty, které na začátku tábora odevzdávaly. U letohradské fary letní tábor oficiálně končí a děti odchází domů.

Závěr

Bakalářský projekt pobytového letního tábora je vytvořen pro děti staršího školního věku. Cílem tábora je zprostředkovat dětem bezpečné prostředí pro smysluplné prožívání volného času v létě, uvědomění si důležitosti vztahů, které žijeme každý den. Program vede děti k posílení vztahu k sobě samému, k druhým a také k Bohu. Tématem pobytového letního tábora jsou olympijské hry. Tématem chceme dětem ukázat, že každý z nás je výjimečný a jedinečně stvořený Bohem, ale současně že jako lidé jsme si všichni rovni. Všichni máme stejná práva.

Důležitou myšlenkou je, aby si děti dokázaly skrze program, hry a jiné aktivity, odnést do svých domovů prožitky, které během celého týdne získají. To, co během tábora prožijí, aby uměly používat ve svém každodenním životě a předávat dál, protože věříme, že spousta prožitků tzv. dozní až po táboře. Vidíme smysl v tom, nechat na sebe myšlenky působit, aby si je poté dítě mohlo zpracovat, zaujmout svůj vlastní postoj a následně je prožívat. Snažíme se v dětech podporovat smysl pro konání dobra, respekt a přijímání jeden druhého tak, jak nás přijímá Bůh.

Hry, aktivity a další činnosti jsou zaměřeny především na rozvoj a posílení spolupráce, komunikačních dovedností, přirozeného pohybu a vytrvalosti. Snažíme se v dětech podpořit kritické myšlení, že každou (nepříznivou) situaci lze řešit, takže podporujeme hledání nových alternativních cest. Nechceme, aby se děti hned vzdávaly a rezignovaly, proto usilujeme, aby se na řešení problému dívaly komplexně a příp. i z jiných úhlů pohledu. Pracujeme s chybou, snažíme se o pohled, že díky chybám se můžeme posouvat dál, poučit se a růst.

Chceme v dětech probouzet i vnímavost a důležitost k přírodě. Tábor je směřovaný na tábořiště Pískovna, které se nachází mimo civilizaci. Kolem tábořiště jsou lesy a louky. Snažíme se o podpoření vztahu k přírodě, o pečování o ni. Chceme také dětem ukazovat, že když se k přírodě budeme chovat slušně, má nám mnohé co vrátit (odpočinek, relaxace apod.).

Seznam bibliografie

Bible: překlad 21. století. 10. opravené vydání. Praha: Biblion, 2022. ISBN 978-80-87282-82-3.

HOFBAUER, Břetislav, 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 8071789275.

HUIZINGA, Johan, 2000. *Homo ludens: O původu kultury ve hře*. Praha: Dauphin. ISBN 807272-020-1.

Katechismus katolické církve. Přeložil Josef KOLÁČEK. Praha: Zvon, české katolické nakladatelství, 1995. ISBN 80-7113-132-6.

KIRCHNER, Jiří, 2009. *Psychologie prožitku a dobrodružství: pro pedagogiku a psychoterapii*. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-2562-5.

O křesťanské výchově mládeže: encyklika "Divini illius magistri". 2. vyd. Přeložil Josef PAPICA, přeložil Josef VLČEK. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 1947. ISBN (Brož.).

PELÁNEK, Radek, 2013. *Průručka instruktora zážitkových akcí*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0454-1.

SMOLEN, Štěpán, 2016. *Bud', kde jsi*. V Kostelním Vydří: Karmelitánské nakladatelství. ISBN 978-80-7195-926-7.

VÁŽANSKÝ, Mojmír, 1995. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido. ISBN 8090173799.

Internetové zdroje

Farnost Letohrad: Farnost Letohrad, Václavské náměstí 57, 561 51, Letohrad [online]. 2016. Dostupné z: <https://letohrad.farnost.cz/>.

Vyhláška č. 106/2001 Sb. Vyhláška o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti. In: *Zákony pro lidi* [online]. AION CS, 2010-2024. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2001-106>.

Vyhláška č. 185/1990 Sb. Vyhláška ministerstva zdravotnictví a sociálních věcí České republiky o zotavovacích a jiných podobných akcích pro děti a dorost. In: *Zákony pro lidi* [online]. AION CS, 2010-2024. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1990-185#f3695735>.

Zákon č. 258/2000 Sb. Zákon o ochraně veřejného zdraví ve znění pozdějších předpisů. In: *Zákony pro lidi* [online]. AION CS, 2010-2024. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-258>.

Seznam tabulek

Tabulka č. 1 SWOT analýza farnosti

Tabulka č. 2 Rozpočet pobytového letního tábora

Tabulka č. 3 Režim táborového dne

Přílohy

Příloha č. 1 Propagační plakát tábora

**FARNÍ
TÁBOR 2024**

**PRO DĚTI VE VĚKU
10-15 LET**

**TÁBOŘIŠTĚ PÍSKOVNA
U VERMĚROVIC**

CENA 1700 Kč

5.-11. SRPNA

**PŘIHLÁŠENÍ
PROSTŘEDNICTVÍM
ODKAZU:**

*NEJPOZDĚJI DO 1.6. 2024

**ZÁŽITEK | DOBRODRUŽSTVÍ | POZNÁVÁNÍ
| PŘÁTELSTVÍ | PŘÍRODA | ZÁBAVA**

Více informací najdete:
www.letohrad.farnost.cz

Příloha č. 2 Příklad e-mailu

Přeji krásný den,

zdravím Vás a posílám veškeré důležité informace týkající se letošního letního tábora. V přílohách najdete dokumenty, které je potřeba vytisknout, vyplnit a odevzdat + seznam věcí na tábor.

Platba tábora

Táborový poplatek **1700 Kč** uhradte, prosím, na bankovní účet **XY**, variabilní symbol je **individuální číslo**. Do zprávy pro příjemce napište **jméno a příjmení dítěte**, nejpozději do 1.7. 2024. V ceně jsou zahrnuty nejen výdaje na stravu, ale také doprava osob a materiálu, náklady související se zajištěním programu apod.

Balení kufrů

Věci na tábor přineste sbalené na faru v neděli **4. 8. 2024 od 15 do 17 hodin**. Žádáme Vás, abyste se pokusili sbalit své věci do, pokud možno, co nejméně zavazadel.

Odjezd na tábor

Na tábor odjíždíme v pondělí **5. 8. 2024**. Konkrétní místo a čas odjezdu bude upřesněn. Do batůžku s sebou si vezměte očkovací průkaz, kartičku zdravotní pojišťovny, prohlášení o bezinfekčnosti, zdravotní dotazník, posudek o zdravotní způsobilosti, pití a svačinu. První společné jídlo bude pondělní oběd.

Přeji pěkný den!

Pokud byste měli jakékoliv dotazy, neváhejte se na mě obrátit.

S pozdravem

Karolína Peřovská

Tel. 765 839 956

Příloha č. 3 Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na zotavovací akci a škole v přírodě od lékaře

Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na zotavovací akci a škole v přírodě

Jméno a příjmení posuzovaného dítěte

Datum narození

Adresa místa trvalého pobytu nebo jiného pobytu

Část A

Posuzované dítě k účasti na škole v přírodě nebo zotavovací akci:

- a) je zdravotně způsobilé *)
- b) není zdravotně způsobilé *)
- c) je zdravotně způsobilé za podmínky – s omezením *)

Část B

Potvrzují, že posuzované dítě:

- a) se podrobilo stanoveným pravidelným očkováním ANO – NE) *)
- b) je proti nákaze imunní (typ/druh)
- c) má trvalou kontraindikaci proti očkování (typ/druh)
- d) je alergické na
- e) dlouhodobě užívá léky (typ/druh, dávka)

datum vydání posudku

jméno a podpis lékaře/razítko zdravotnického zařízení

*) Nehodící se škrtněte.

Příloha č. 4 Prohlášení zákonných zástupců o bezinfekčnosti dítěte

Prohlášení rodičů

Prohlašuji, že dle posledního záznamu lékaře ve zdravotním a očkovacím průkazu dítěte je
dítě..... nar.:.....

bydl.:.....

schopno zúčastnit se: **Farního tábora v Pískovně ve Verměřovicích,**
konaného v termínu od **5. 8. 2024** do **11. 8. 2024**.

Současně prohlašuji, že ošetřující lékař nenařídil výše jmenovanému dítěti, které je v mé péči,
změnu režimu a okresní hygienik mu nenařídil karanténní opatření. Není mi též známo, že
v posledním týdnu přišlo toto dítě do styku s osobami, které onemocněly přenosnou nemocí.
Jsem si vědom(a) právních následků, které by mne postihly, kdyby toto mé prohlášení bylo nepravdivé.

.....
datum

.....
podpis rodičů či jiných zákonných zástupců

Prohlášení rodičů nesmí být starší jednoho dne!

Táborev ý dotazník

Jméno a příjmení dítěte:.....

Rodné číslo:.....

Kontakt na rodiče, případně jiného zástupce po dobu tábora:

Jméno a příjmení:.....

Tel. číslo.....

Údaje o zdravotním stavu dítěte

Alergie:

.....

.....

Nedávno prodělané nemoci či úrazy, které mohou omezit dítě v táborev ých činnostech:

.....

.....

.....

Léky a dávkování:

.....

.....

Další sdělení:

.....

.....

Příloha č. 6 Tabulka rčení a přísloví

<i>Co oči nevidí, to srdce nebolí.</i>	<i>Jeden o koze, druhý o voze.</i>
<i>Pes, který štěká, nekouše.</i>	<i>Házet perly sviním.</i>
<i>Bez práce nejsou koláče.</i>	<i>Rozumět něčemu jako koza petrželi.</i>
<i>Ranní ptáče dál doskáče.</i>	<i>Připadat si jako páté kolo u vozu.</i>
<i>Kdo jinému jámu kopá, sám do ní padá.</i>	<i>Chytit příležitost za pačesy.</i>
<i>Darovanému koni na zuby nehleď.</i>	<i>Stát jako tvrdé Y.</i>
<i>Kdo lže, ten krade.</i>	<i>Vzít nohy na ramena.</i>
<i>Oheň je dobrý sluha, ale zlý pán.</i>	<i>Co na srdci, to na jazyku.</i>