



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI  
Fakulta přírodovědně-humanitní  
a pedagogická



# Výchovně vzdělávací program pro členy dětského jezdeckého tábora

## Bakalářská práce

*Studijní program:* B7505 – Vychovatelství  
*Studijní obor:* 7505R004 – Pedagogika volného času  
*Autor práce:* **Monika Kučerová**  
*Vedoucí práce:* Mgr. Helena Rjabcová



## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Monika Kučerová**  
Osobní číslo: **P12000120**  
Studijní program: **B7505 Vychovatelství**  
Studijní obor: **Pedagogika volného času**  
Název tématu: **Výchovně vzdělávací program pro členy dětského jezdeckého tábora**  
Zadávací katedra: **Katedra pedagogiky a psychologie**

### Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

#### Hlavní cíl:

Sestavit, zrealizovat a zhodnotit výchovně vzdělávací program pro členy dětského jezdeckého tábora se zaměřením na posílení spolupráce a rozvoj osobnosti.

#### Požadavky:

Studium odborné literatury

Sestavení a zrealizování programu pro členy dětského jezdeckého tábora

Evaluace procesu kvantitativním šetřením (dotazník)

#### Metody:

Analýza dostupných zdrojů

Pozorování

Dotazníkové šetření

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

**CHRÁSKA, M. Metody pedagogického výzkumu. Vyd. 1. Praha: Grada, 2007. 265 s. ISBN: 978-80-247-1369-4.**

**HELUS, Z. Sociální psychologie pro pedagogy. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. 280 s. ISBN 978-80-247-1168-3.**

**VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie. Praha: Karolinum, 1997. 107 s. ISBN 978-80-246-2153-1.**

**DOBEŠ, J. Jízda na koni. Vyd. 2. Praha: Cesty, 1997. 200 s. ISBN 80-7181-169-6**

Vedoucí bakalářské práce:

**Mgr. Helena Rjabcová**

Katedra tělesné výchovy

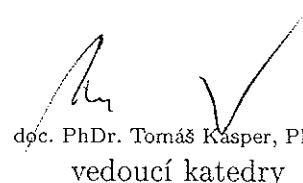
Datum zadání bakalářské práce: **7. dubna 2014**

Termín odevzdání bakalářské práce: **15. prosince 2014**



doc. RNDr. Miroslav Brzezina, CSc.  
děkan

L.S.



doc. PhDr. Tomáš Káser, Ph.D.  
vedoucí katedry

V Liberci dne 7. dubna 2014

## Prohlášení

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že tištěná verze práce se shoduje s elektronickou verzí, vloženou do IS STAG.

Datum:

Podpis:

## **Poděkování**

Děkuji Mgr. Heleně Rjabcové za pomoc a užitečné rady, věcné připomínky a odborné vedení při zpracování této bakalářské práce. Dále bych ráda poděkovala všem členům organizace „Na tvrzi“ za umožnění spolupráce.

## **Anotace**

Bakalářská práce se zaměřuje na problematiku letních táborů. Cílem práce bylo navrhnout a zrealizovat týdenní program tábora se zaměřením na jezdeckví a péči o koně. Úspěšnost tábora z pohledu účastníků byla zjišťována pomocí připravených anketních otázek, nad kterými následně proběhla spontánní diskuze. Anketa v závěru tábora potvrdila předpoklad, že jezdecké lekce jsou hodnoceny jako nejoblíbenější složka celého táborového programu.

## **Klíčová slova**

Tábor, hra, jezdeckví, mladší školní věk, spolupráce

## **Annotation**

This bachelor's thesis focused on the issue of summer camps. The aim was to design and implement a weekly camp program focusing on riding and caring for horses. The success of the camp from the perspective of the participants was assessed with the help of prepared inquiry questions, after which there was a spontaneous discussion. The survey at the end of the camp confirmed a premiss that riding lessons are ranked as the most popular component of the entire camp program.

## **Key words**

Camp, game, horse riding, younger school age, cooperation

## Obsah

Úvod.....	9
1. Výchova ve volném čase .....	10
2. Tábory.....	13
2.1 Legislativa táborové činnosti .....	14
2.2 Personál .....	19
3. Hry.....	21
4. Jezdectví .....	23
4.1 Jezdecké disciplíny.....	23
4.1.1 Drezura.....	23
4.1.2 Skokové ježdění .....	23
4.1.3 Vozatajství .....	24
4.1.4 Westernové ježdění.....	25
4.1.5 Dostihový sport.....	26
4.1.6 Ostatní jezdecké disciplíny .....	27
4.2 Hipoterapie .....	27
5. Charakteristika dítěte mladšího školního věku.....	28
5.1 Kognitivní procesy .....	28
5.2 Dětská osobnost .....	31
6. Cíle práce.....	33
7. Návrh výchovně-vzdělávacího programu.....	34
7.1 Obecné informace .....	34
7.2 Režim dne.....	34
7.3 Aktivity zařazené do programu tábora .....	35
7.3.1 Seznamovací hry .....	35
7.3.2 Zahřívací a kontaktní hry .....	38
7.3.3 Tvoření.....	40
7.3.4 Postřehová hra.....	40
7.3.5 Oddechové hry .....	41
7.3.6 Hry na posílení důvěry.....	43
7.3.7 Soutěže na koupališti .....	46
7.3.8 Závěrečné kolečko .....	47
8. Realizace programu .....	48

8.1	Den první.....	48
8.2	Den druhý.....	48
8.3	Den třetí.....	49
8.4	Den čtvrtý.....	49
8.5	Den pátý .....	49
8.6	Den šestý.....	50
8.7	Den sedmý.....	50
9.	Evaluace procesu kvantitativním šetřením .....	51
	Závěr .....	58
	Seznam použitých zdrojů.....	59
	Seznam příloh .....	61



## **Seznam obrázků**

Obrázek 1 - Pohlaví .....	51
Obrázek 2 - Věk účastníků.....	52
Obrázek 3 - Zkušenost s táborem .....	52
Obrázek 4 - Náplň tábora.....	53
Obrázek 5 - Kvalita tréninků .....	53
Obrázek 6 - Práce vedoucích .....	54
Obrázek 7 - Nejoblíbenější část programu .....	54
Obrázek 9 - Doporučení.....	55
Obrázek 8 - Zájem absolvovat tábor opakovaně .....	55
Obrázek 10 - Informovanost .....	56

## Úvod

Dětské letní tábory jsou jednou z nejrozšířenějších variant trávení volného času v období letních prázdnin dětí a mládeže. Od dřívějšího trendu klasických táborů, kde se spalo výhradně ve stanech a oběd se vařil v kotlíku na ohni se doba posunula do fáze, kdy rodičům i samotným dětem jde více o pohodlí a větší luxus než o samotnou prvotní myšlenku tábora, kdy děti tráví volný čas v přírodě, se zvířaty a bez moderní techniky či elektroniky. Různé druhy táborů s širokou škálou zaměření nabízí budoucím účastníkům možnost rozmanitého výběru dle zájmů.

Tábor realizovaný organizací Na Tvrzi s. r. o. probíhá na statku v srdci Českého ráje a kombinuje pobyt v přírodě s péčí o domácí zvířata – hlavně koně. Snaží se děti vést ke zodpovědnosti nejen za sebe, ale i za zvířata a přírodu. Drží se výše zmíněných prvotních myšlenek tábora a snaží se od nich tolik nevzdalovat, i když některé věci se z časových důvodů modernizovaly.

Toto téma bylo vybráno z důvodu každoročního pořádání táborů se zaměřením na jízdu na koni. Na každý rok je program tvořen zvláště a přihlíží se ke konkrétní přihlášené skupině a její úrovni (ať už jezdecké nebo dle věkového složení).

Všichni vedoucí na tábory s podobným zaměřením jezdili a už jako děti jsme vnímali rozdíly v organizaci jednotlivých subjektů, pořádajících letní jezdecké tábory. Chyby a nedostatky, které jsme jako děti vnímali se snažíme zohlednit při vytváření vlastních programových náplní. Snažíme se najít způsob, při kterém se jezdecký tábor nebude zakládat pouze na samotném ježdění na koni, doplněném o různé hry za účelem vyplnění prázdného času. Chceme děti vést jak k lásce ke zvířatům a učíme je zodpovědnosti za své chování a jednání vůči nim, tak si zakládáme na rozvoji dětí samotných a utváření kladných vztahů mezi nimi. Hry jsou pečlivě vybrané a každá z nich má v programu svoje místo a svůj účel.

## 1. Výchova ve volném čase

*„Oblast výchovy ve volném čase, v době mimo vyučování má své zvláštnosti v oblasti cílů, podmínek i pedagogických prostředků. Má i své specifické funkce. Lze vymezit funkci výchovně-vzdělávací, zdravotní, sociální a preventivní. Jednotlivé typy zařízení, institucí, organizací pro výchovu ve volném čase, v době mimo vyučování plní tyto funkce v různé míře, různými způsoby podle svého poslání.“ (Bedřich Hájek, 2011)*

Hraní her se postupem času přemísťuje do umělých center, sportovišť a hal a zapomíná se na původní myšlenku a touhu lidí po soužití s přírodou. Přitom výchova v přírodě poskytuje velké množství podnětů, které umožňují všestranný vývoj dětí a mládeže. Přírodní prostředí umocňuje zážitek a emoce z aktivit a her. Pomáhá rozvíjet zájem o přírodu a její poznání.

V minulosti se u mimoškolních (volnočasových) organizací kladl důraz na preventivní a sociální funkci. Jejich cílem bylo zaměstnat děti tak, aby se u nich nerozvíjelo společensky nepřipustné nebo nevhodné chování v době trávení jejich volného času.

V pozdějších letech se začal klást důraz více na výchovnou nebo výchovně-vzdělávací funkci trávení volného času. Jedná se o cílené působení na děti (žáky, studenty) a jejich osobnost, rozšiřování jejich zájmů a nacházení svých vlastních schopností.

Pomocí předem promyšleného programu dochází ke smysluplnému trávení volného času, získání určitých nových zkušeností a dovedností, utváření rysů osobnosti a názorů na společnost.

Každý volnočasový program musí projít organizací a následnou realizací, procházející určitými fázemi, které musí splňovat jak jednodenní akce, tak vícedenní tábory. Tvorba táborů je záležitost několika desítek dní, ve kterých se celý realizační tým musí podílet na přípravě aktivit, her, programu a všem, co k tomu patří dle určených pravidel.

Na začátku je nutné určit si základní myšlenku, která by měla upřesnit a specifikovat, jaký typ programu se vytvoří a pro koho je určený. Prvotní myšlenka či nápad ovlivní veškeré další dění a celý program vůbec. Každý výlet či tábor lze zahalit do pláště tajemna a udělat z toho dobrodružství.

Následně je nutné utvoření realizačního týmu, který se odvíjí od náročnosti programu, materiální zajištění, popřípadě zajištění služeb (např. doprava účastníků).

Výběr realizačního týmu je důležitý pro bezproblémový průběh. Členové by měli mít stanovená pravidla, která budou dodržovat a kterými se budou řídit. Měli by mít rozdělené role ve skupině, určeného lídra a měla by fungovat soudružnost členů, vzájemná tolerance a kooperace.

Realizační tým se schází vždy několikrát před začátkem akce, kde postupně pracuje na vytváření konečného programu a organizaci – sladění týmu, propagace, poznání místa, kde se bude akce odehrávat. V průběhu akce jsou všichni členové realizačního týmu nuceni pružně reagovat na nově vzniklé situace a umět je řešit. Zde se ukáže, nakolik je tým sladěný a jakých kvalit dosahuje příprava. Po ukončení zhodnotí naplnění stanovených cílů, průběh programu a navrhne změny do budoucna. Zhodnocení celého programu se sepisuje do závěrečné zprávy, která by měla být přístupná veřejnosti.

Po specifikaci cílové skupiny je jednodušší stanovení cílů, které určí, čeho má být programem dosaženo. Vytyčené cíle slouží po ukončení akce i jako zpětná vazba – byly či nebyly cíle naplněny, popřípadě proč? Utváření cílů by se měl účastnit celý realizační tým, většinou probíhá metodou brainstormingu<sup>1</sup>.

Při organizaci vícedenních akcí je nutné zajistit ubytování a stravování pro všechny účastníky, včetně zajištění provozního personálu. Stravování musí samozřejmě odpovídat platným hygienickým normám.

Samotné sestavení programu se odvíjí na předem stanovených cílech a časovém harmonogramu. Sestavení programu závisí na prostředí, výchovných cílech, finančních možnostech a věku účastníků. Není až tak důležité, jaká aktivita bude do programu zařazena, ale jaký cíl má splnit. Každá aktivita by měla nabídnout nevšední a mimořádný zážitek.

Po naplánování předběžného programu a zajištění věcí pro bezproblémový chod je nutné získání samotných účastníků. Propagace může být různá – letáčky ve školách, inzeráty v novinách či na internetových stránkách atd.. Cílem je získání určitého počtu „kvalitních“ účastníků. Podmínky pro přijetí přihlášky mohou být různé – věková hranice, zájmy... Je nutné všechny účastníky informovat o průběhu přijetí přihlášky nebo poslat motivační a informační email před odjezdem s důležitými informacemi.

Nedílnou součástí plánování každé akce je tvorba rozpočtu, popřípadě fundraising (získání grantu, sponzoringu atp.). Tvorba rozpočtu pomůže určit cenu akce pro

---

<sup>1</sup> Skupinová technika, která je zaměřena na vymýšlení co nejvíce nápadů k danému tématu. Ty se sepiší a následně probírají

samotné účastníky. Cena by měla být stanovena přiměřeně, aby počet přihlášených odpovídal předem očekávaným počtům. V rozpočtu je nutné nechat si určitou rezervu pro neočekávané výdaje.

*„The study of leisure has attracted the attention of researchers from many disciplines.“* (Carol B. Meeks, 1990)

Připravované programy mohou být jednodenní (např. sportovní den) nebo vícedenní. Nejčastějším vícedenním programem jsou letní dětské tábory.

## 2. Tábory

Jednou z nejrozšířenějších forem zotavovacích akcí je tábor. Zotavovací akce definuje zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví takto: „Zotavovací akcí je organizovaný pobyt 30 a více dětí ve věku do 15 let na dobu delší než 5 dnů, jehož účelem je posílit zdraví dětí, zvýšit jejich tělesnou zdatnost, popřípadě i získat specifické znalosti nebo dovednosti.“

Během letních prázdnin (tj. během měsíce července a srpna) jsou různými organizacemi pořádány letní dětské tábory, které nabízejí možnost trávení volného času dětem školního věku. V poslední době se nabídka rozrostla a je možnost vybrat si z různých typově zaměřených akcí (taneční tábory, keramické tábory atp.).

Tábory je možné dělit a třídit dle několika kritérií. Například dle zaměření – tábor pro tanečnický, tábor pro začínající jezdce na koních nebo tábor pro děti, které navštěvují kroužek keramiky. Dále můžeme tábory dělit na příměstské a klasické nebo dle délky (týdenní, čtrnáctidenní...).

Dle Nejedlého (1992), můžeme tábory rozdělit na letní a zimní.

Letní tábory bývají zaměřené na turistiku a tábornické dovednosti, zatímco zimní tábory na zimní sportovní aktivity (např. lyžování, běžecké lyžování).

Letní tábory dále rozděluje na stálé a přechodné. Zatímco stálé tábory se odehrávají na jednom místě, v jednom tábořišti, přechodné mohou několikrát za pobyt změnit tábořiště nebo alespoň program se odehrává na jiných místech, formou celodenních výletů po okolí.

Trochu odlišné rozdělení je možné najít u Harmacha (2004, s. 42), který tábory rozděluje na následující druhy a typy:

### Druhy táborů

- stálé tábory – tábory ve stálých tábořištích (zděné, chatové, stanové základny), celý pobyt na jednom místě;
- putovní tábory – během pobytu vystřídají účastníci několik tábořišť, většinou jde tábory pěší, vodní či cykloturistické;
- příměstské tábory – specifická forma nabídky denního programu bez noclehu;
- hvězdicové tábory – tábor, při němž účastníci absolvují několikadenní výlety do okolí základny.

## Typy táborů

- běžné – účastníky jsou děti a mládež z „běžné“ populace;
- integrované – tábor i pro děti z rizikových skupin, dětských domovů, zdravotně postižené, kdy alespoň 20% účastníků je z takto postižené populace;
- ozdravné – určené pouze pro zdravotně postižené děti.

V současné době je nabídka táborů tak obsáhlá, že má i ten nejnáročnější klient možnost výběru. Velký rozmach mají také příměstské tábory, které slouží hlavně pro menší děti, třeba i jako příprava na klasický tábor s přespáním.

### 2.1 Legislativa táborové činnosti

Nejdůležitějším zákonem je již výše zmiňovaný zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví, vyhláška Ministerstva zdravotnictví č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, dále vyhláška č. 602/2006 Sb. (dříve č. 137/2004 Sb.), o hygienických požadavcích na stravovací služby.

#### **Zákon č. 258/2000 Sb.**

„Zákon o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů“

Doslovný přepis nejdůležitějších paragrafů pro pořádání dětských letních táborů ze Sbírkky zákonů:

#### **„§ 8 Zotavovací akce**

*(1) Zotavovací akcí je organizovaný pobyt 30 a více dětí ve věku do 15 let na dobu delší než 5 dnů, jehož účelem je posílit zdraví dětí, zvýšit jejich tělesnou zdatnost, popřípadě i získat specifické znalosti nebo dovednosti.*

*(2) Osoba, která přijala děti na zotavovací akci (dále jen "pořádající osoba"), je povinna zajistit její umístění, zásobování vodou a odstraňování odpadků a splaškových vod v souladu s hygienickými požadavky upravenými prováděcím právním předpisem. Pořádající osoba je dále povinna dodržet hygienické požadavky na prostorové a funkční členění staveb a zařízení, jejich vybavení a osvětlení, ubytování, úklid, stravování a režim dne, které upraví prováděcí právní předpis. Prováděcí právní předpis stanoví, které potraviny nesmí pořádající osoba na zotavovací akci podávat ani používat k přípravě pokrmů, ledaže budou splněny podmínky upravené tímto prováděcím právním předpisem.*

*(3) Pořádající osoba je povinna jeden měsíc před zahájením zotavovací akce ohlásit příslušnému orgánu ochrany veřejného zdraví*

*a) termín a místo jejího konání,*

- b) počet dětí zúčastněných na zotavovací akci,*
- c) způsob jejího zabezpečení pitnou vodou a*
- d) způsob zajištění stravování účastníků zotavovací akce.*

*(4) Jako součást ohlášení podle odstavce 3 předloží pořadající osoba v případě, že pitná voda není zabezpečena osobami uvedenými v § 3 odst. 2, protokol o kráceném rozboru jakosti pitné vody. Rozsah kráceného rozboru jakosti pitné vody stanoví prováděcí právní předpis. Protokol nesmí být starší než 3 měsíce.*

### **§ 9 Podmínky účasti dětí ve škole v přírodě a na zotavovací akci**

*(1) Mateřská škola a základní škola může na školu v přírodě vyslat jen dítě, které*

- a) je zdravotně způsobilé k účasti na ní a podrobilo se stanoveným pravidelným očkováním nebo má doklad, že je proti nákaze imunní nebo že se nemůže očkování podrobit pro trvalou kontraindikaci,*
- b) nejeví známky akutního onemocnění (například horečky nebo průjmu), a*
- c) ve 14 kalendářních dnech před odjezdem do školy v přírodě nepřišlo do styku s fyzickou osobou nemocnou infekčním onemocněním nebo podezřelou z nákazy ani mu není nařízeno karanténní opatření.*

*(2) Pořadající osoba může na zotavovací akci přijmout jen dítě, které splňuje požadavky stanovené v odstavci 1.*

*(3) Zdravotní způsobilost dítěte pro účast na škole v přírodě nebo zotavovací akci posuzuje a posudek vydává registrující poskytovatel zdravotních služeb v oboru praktické lékařství pro děti a dorost. Tento poskytovatel zdravotních služeb v posudku dále uvede, zda se dítě podrobilo stanoveným pravidelným očkováním nebo má doklad, že je proti nákaze imunní nebo že se nemůže očkování podrobit pro trvalou kontraindikaci. Vzor posudku upraví prováděcí právní předpis. Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte má platnost po dobu jednoho roku od data vystavení, pokud během této doby nedošlo ke změně zdravotní způsobilosti dítěte. Skutečnosti uvedené v odstavci 1 písm. b) a c) potvrzuje v písemném prohlášení zákonný zástupce dítěte; toto potvrzení nesmí být starší než jeden den. Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte a písemné prohlášení předá zákonný zástupce pořadající osobě, vysílající základní škole nebo mateřské škole pro účely podle § 11 odst. 1 písm. b) a f).*

*(4) Mateřská a základní škola, které vysílají děti na školu v přírodě, jsou povinny ohlásit příslušnému orgánu ochrany veřejného zdraví jeden měsíc před jejím zahájením údaje v rozsahu podle § 8 odst. 3 a poskytnout mu doklad podle § 8 odst. 4.*



### **§ 10 Podmínky účasti fyzických osob činných při škole v přírodě a zotavovací akci**

(1) Fyzické osoby činné při škole v přírodě nebo zotavovací akci jako dozor nebo zdravotník musejí být k této činnosti zdravotně způsobilé.

(2) Zdravotní způsobilost posuzuje a posudek vydává registrující poskytovatel zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství. Tento posudek má platnost jeden rok od data vystavení, pokud během této doby nedošlo ke změně zdravotní způsobilosti fyzické osoby. Posudek o zdravotní způsobilosti předají fyzické osoby činné při škole v přírodě nebo zotavovací akci, s výjimkou pedagogických a zdravotnických pracovníků, vysílající mateřské školy, základní školy nebo pořádající osobě pro účely podle § 11 odst. 1 písm. b) a f).

(3) Fyzické osoby činné při stravování musí splňovat požadavky stanovené pro výkon činností epidemiologicky závažných v § 19 odst. 2 a odst. 3 větě první. Při prověřování znalostí nutných k ochraně veřejného zdraví postupuje příslušný orgán ochrany veřejného zdraví podle § 19 odst. 3.

### **§ 11a**

*Za zotavovací akci se považuje i výchovně rekreační tábor pro děti, a to i v případě, že se ho účastní mladiství. Na pořádání výchovně rekreačních táborů se vztahují podmínky upravené pro pořádání zotavovacích akcí v § 8 až 11. Povinnosti pořádající osoby splní pověřená osoba, která tábor zřídila, a není-li taková osoba, splní tyto povinnosti ten, kdo výchovně rekreační tábor pro děti zřídil.*“ (Zákon o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, 2000)

### **Vyhláška č. 106/2001 Sb.**

„Vyhláška o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti“

Vzhledem k rozsahu vyhlášky vybráno jen pár nejdůležitějších bodů, které jsou doslova citovány. Vyhláška v plném rozsahu dostupná ve Sbírce zákonů.

### **„§2 Umístění**

*Zotavovací akce se umísťují mimo území, kde lze předpokládat znečištění ovzduší nad stanovené limity nebo překročení hygienického limitu hluku pro chráněný venkovní prostor. K pozemku, na kterém je umístěna zotavovací akce, musí vést přístupová cesta.*

### **§ 5 Zásobování vodou**

(1) Zotavovací akce musí být zabezpečena pitnou vodou splňující hygienické požadavky podle právního předpisu upravujícího požadavky na pitnou vodu tak, aby jí byl dostatek k pití, čištění zubů, vaření, mytí nádobí, čištění pracovních ploch v kuchyni, osobní

hygieně osob vykonávajících činnosti epidemiologicky závažné a k provozu ošetrovny a izolace.

(2) K případnému donášení nebo dovozu pitné vody musí být použity pouze čisté uzavíratelné nádoby zhotovené z materiálů určených k přímému styku s pitnou vodou a vyčleněné k tomuto účelu. Označené nádoby s donášenou nebo dováženou pitnou vodou musí být ukládány na chladném a stinném místě.

## **§ 7 Stravování**

(1) Prostory pro stravování, s výjimkou ohniště, musí být vždy zastřešené a zabezpečené před nepříznivými zevními vlivy; musí zahrnovat alespoň prostory pro přípravu pokrmů, konzumaci pokrmů, mytí nádobí a skladování potravin. V prostoru přípravy pokrmů nesmí docházet ke křížení současně prováděných čistých a nečistých činností nebo postupů a úkonů, které se mohou vzájemně negativně ovlivňovat.

(2) Pracovní plochy, nástroje a nádobí musí být z materiálu vhodného pro styk s potravinami. Pracovní plochy, kterými mohou být i desky z materiálu vhodného pro styk s potravinami, musí být označeny a odděleny tak, aby na všech stupních výroby, zpracování a distribuce byly potraviny nebo pokrmy chráněny před kontaminací, která by mohla způsobit, že by potraviny nebo pokrmy byly zdravotně závadné.

(3) Zařízení, pracovní plochy, nástroje a nádobí musí být důkladně očištěny, a je-li to nezbytné, dezinfikovány. Čištění se musí provádět tak často, aby se vyloučilo riziko kontaminace potravin nebo pokrmů. Musí být zajištěny odpovídající podmínky pro mytí potravin, nádobí a rukou osob vykonávajících činnosti epidemiologicky závažné. Mytí kuchyňského a jídelního nádobí musí být odděleno.

(4) Potraviny musí být skladovány za podmínek stanovených výrobcem nebo zvláštním právním předpisem. Skladované potraviny nebo pokrmy se nesmějí ovlivňovat navzájem a nesmějí být negativně ovlivňovány zevními vlivy. Během zotavovací akce nesmí být podávány ani k přípravě pokrmů používány potraviny stanovené v příloze č. 1 k této vyhlášce; v příloze jsou dále stanoveny podmínky, za kterých lze některé potraviny podávat nebo používat.

(5) Denně musí být pro děti na zotavovací akci zajištěna snídaně, přesnídávka, oběd, svačina a večeře. Při výdeji stravy lze sloučit výdej snídaně s přesnídávkou a oběda se svačinou. Součástí snídaně musí být teplý nápoj. Jedno z hlavních jídel musí být teplé. Strava podávaná dětem musí odpovídat jejich věku a fyzické zátěži. Na sestavování jídelního lístku se podílí zdravotník.

(6) *Nápoje musí být pro účastníky zotavovací akce k dispozici po celý den. Uchovávají se v krytých nádobách s výpustným kohoutem nebo se rozlévají přímo z originálních balení.*

(7) *Děti se mohou podílet na přípravě stravy jen před jejím tepelným zpracováním a při pomocných pracích. Na zotavovací akci do 50 účastníků se mohou děti podílet na celé přípravě stravy a jejím výdeji, jsou-li pod dozorem osoby činné při stravování. Zdravotní stav dětí, které se podílejí na přípravě stravy, musí být posouzen zdravotníkem.*

(8) *I pokud je stravování zajištěno prostřednictvím provozoven stravovacích služeb, musí být zajištěno splnění požadavků upravených v odstavcích 4, 5 a 6.“ (Vyhláška Ministerstva zdravotnictví o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, 2001)*

#### **Vyhláška 137/2004 Sb.**

„Vyhláška o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných“

Opět vybrány nejdůležitější body vyhlášky, v přesném znění:

**„§ 50 Pro provozování stravovacích služeb, výrobu potravin a uvádění potravin do oběhu platí tyto zásady osobní hygieny:**

*a) péčování o tělesnou čistotu a před započatím vlastní práce, při přechodu z nečisté práce na čistou (například úklid, hrubá příprava), po použití záchodu, po manipulaci s odpady a při každém znečištění si umýt ruce v teplé vodě s použitím vhodného mycího, popřípadě dezinfekčního prostředku,*

*b) nošení čistých osobních ochranných prostředků odpovídajících charakteru činnosti, zejména pracovní oděv, pracovní obuv a pokrývku hlavy při výrobě potravin a pokrmů. Udržování pracovního oděvu v čistotě a jeho vyměňování podle potřeby v průběhu směny. Při pracovní činnosti vyžadující vysoký stupeň čistoty nebo při vyšším riziku kontaminace používání jednorázových ochranných rukavic a ústní roušky,*

*c) neopouštění provozovny v průběhu pracovní doby v pracovním oděvu a v pracovní obuvi,*

*d) vyloučení jakéhokoliv nehygienického chování (například kouření, úpravy vlasů a nehtů),*

*e) zajištění péče o ruce, nehty na ruku ostříhané na krátko, čisté, bez lakování, na ruku nenosit ozdobné předměty a*

f) ukládání použitého pracovního oděvu, jakož i občanského oděvu na místo k tomu vyčleněné; ukládání pracovního oděvu a občanského oděvu odděleně.

**§ 52 Při činnostech uvedených v § 51 odst. 1 platí tyto zásady osobní hygieny:**

a) pečování o tělesnou čistotu; mytí rukou v tekoucí teplé vodě s použitím vhodného mycího (případně dezinfekčního) prostředku v umyvadle určeném pro mytí rukou personálu před a po každém poskytnutí služby, po použití záchodu, po manipulaci s odpady a při jiném znečištění; k osoušení rukou se používají osoušeče či ručníky pro jednorázové použití,

b) nošení čistého pracovního oděvu a obuvi po celou provozní dobu. Používání ostatních osobních ochranných pracovních prostředků, které odpovídají prováděné pracovní činnosti a jsou čisté a bezpečné pro zdraví osob,

c) neopouštění provozovny v pracovním oděvu a v pracovní obuvi v průběhu pracovní doby.“ (Vyhláška o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných, 2004)

## **2.2 Personál**

Výběr personálu je jeden z nejdůležitějších bodů přípravy letního tábora. Každý člen má svou funkci a určitou roli, kterou zastává. Všichni členové by měli fungovat jako jeden tým a navzájem se doplňovat. Personál většinou vybírá organizátor akce (v některých případech hlavní vedoucí) nebo organizace, která tábor pořádá (například Dům dětí a mládeže).

- **Hlavní vedoucí**

Hlavní vedoucí musí být starší 18 let, musí projít školením a nese zodpovědnost za celý průběh tábora, tudíž je nutné, aby se orientoval v právních předpisech. Jeho úkolem je řídit práci ostatního personálu, komunikovat s nimi, nese hlavní zodpovědnost za účastníky a jejich spokojenost, za plnění hygienických předpisů a bezpečnostních předpisů. Jeho úkolem je také proškolit veškeré pracovníky před zahájením tábora. Zajišťuje finanční stránku – vyúčtování atp. a po skončení akce vytváří závěrečnou zprávu.

- **Oddílový vedoucí**

Oddílový vedoucí musí být také starší 18 let a musí mít potvrzenou způsobilost pro práci s dětmi. Zodpovídá za svůj oddíl (skupinu dětí) po všech stránkách. V případě většího počtu dětí v jednom oddílu je možné, aby bylo více oddílových vedoucích na jednu skupinu dětí.

- **Praktikant**

Praktikant musí dosahovat nejméně 15 let věku, nemá způsobilost pro samostatnou práci s dětmi (bez přítomnosti oddílového vedoucího). Plní pomocnou funkci, pomáhá oddílovým vedoucím při realizaci aktivit.

- **Zdravotník**

Zdravotníkem zotavovacích akcí může být jak lékař, tak například všeobecná sestra, dětská sestra, porodní asistentka, student lékařské fakulty (za předpokladu, že má ukončený třetí ročník studia) nebo absolvent kurzu první pomoci „zdravotník zotavovacích akcí“ (např. od Červeného kříže). Na jednoho zdravotníka může být maximálně 80 dětí, v případě většího počtu dětí je nutnost také více přítomných zdravotníků. Po celou dobu tábora kontroluje děti, ošetřuje, poskytuje první pomoc, má očkovací průkazy dětí a od každého dítěte potvrzení od lékaře, že je zdravotně způsobilé pobytu. Dále má zdravotní průkazy personálu a potvrzení o zdravotní způsobilosti všech pracovníků. Je povinen vést zdravotní deník.

- **Hospodář**

Ve funkci hospodáře je člověk znalý všeobecné administrativy a se smyslem pro organizaci. Minimální věk pro vykonávání této funkce je 18 let, spadá pod hlavního vedoucího, se kterým se starají o finanční a materiální prostředky. Zodpovídá za rozpočet a jeho dodržování, zajišťuje dodání potravin a jeho uskladnění, má právo podílet se na sestavení jídelníčku, na konci tábora provede ekonomické zhodnocení a zprávu o hospodaření.

- **Kuchař**

Kuchař musí mít znalosti ohledně veškerých předpisů, které se týkají stravy. Podmínkou je platný zdravotní průkaz. Podílí se společně s ostatními na sestavení jídelního lístku, dohlíží na správné zpracování potravin, úpravu a podávání.

### 3. Hry

*„Podle formy můžeme hrou nazvat svobodné jednání, které je míněno jen tak a stojí mimo obyčejný život, ale které přesto může hráče plně zaujmout, k němuž se dále nepřipíná žádný materiální zájem a jímž se nedosahuje žádného užitku, které se uskutečňuje ve zvlášť určeném čase a ve zvlášť určeném prostoru, které probíhá řádně podle určitých pravidel a vyvolává v život společenské skupiny, které se rády obklopují tajemstvím, nebo které se vymaňují z obyčejného světa tím, že se přestrojují za jiné.“* (Činčera, 2007)

Pro každého pedagoga, natož mimoškolního, je hra nepostradatelným prostředkem výchovy. Použitím hry jsme schopni si ověřit své znalosti, zkušenosti a dovednosti, které poté můžeme uplatnit v běžném životě. Hra nám pomáhá utvářet určité situace či role, díky kterým se skupina či jednotlivci rozvíjí jak po stránce zkušenostní, tak po stránce dovednostní. Pod pojmem hra si můžeme představit širokou škálu různých činností, které bývají vnímány různě.

*„V současnosti aktivity volného času stále častěji překračují hranice tradičního vymezení výchovy a vzdělávání dětí a mládeže a vstupují do dalších oblastí jejich života“* (Hofbauer, 2004)

To, že volnočasové aktivity vstupují do života dětí a mládeže dokazuje, že to má smysl. Kvalitně provedený program se správně zvolenými aktivitami pomáhá při rozvoji dětí a mládeže, zároveň se nenásilným způsobem snaží ovlivnit jejich přístup či myšlení. Každá hra má svůj smysl.

*„Nemám-li hru zabít jejím nevhodným uvedením, nemám-li ze hry učinit jenom samoučelné utrácení času, nýbrž prostředek k jeho smysluplnému prožívání, mám-li hru využít k cílenému působení na lidi, kteří se mi takřka vydali všanc v očekávání silného herního zážitku, jsem povinen dostatečně dlouhou dobu před vlastním uvedením hry důkladně promyslet její vliv, potenciální rizika, důvody jejího zařazení do programu, cíle, jež chci jejím prostřednictvím naplnit.“* (Jirásek, 2008)

Je nutné pečlivě zvážit jak fyzickou, tak psychickou míru zátěže pro zúčastněné, míru obtížnosti aktivit vzhledem ke konkrétní skupině a možnosti prostředí, ve kterém se nacházíme.

Jsou určité druhy informací, které jsou nutné před samotným sestavováním programu mít – pro kolik je lidí, na jak dlouho, zda se lidé mezi sebou znají, jaké je

složení skupiny, v jakém budeme prostředí a jaké budeme mít zázemí. Základem úspěchu je motivace účastníků.

Hry hrajeme pro prožitky, pro pocity, které v nás vyvolávají. Získáváme jimi zkušenosti, které nějakým způsobem můžou obohatit náš život. Hra kromě prohry nemá žádné negativní dopady a důsledky, je to forma zábavy, za kterou nehrozí žádné tresty.

V neposlední řadě slouží pro posílení paměti, jemné motoriky, logického myšlení, tvořivosti, postřehu a obratnosti.

Hra obohacuje naše životy o úplně nový svět, který nelze prožít nikde jinde a nijak jinak.

## 4. Jezdeckví

Jezdecký sport je založený na partnerství dvou živých bytostí – koně a jezdce. Jedná se o sportovní odvětví, které se dále dělí na různou škálu disciplín. Každá jezdecká disciplína má svoje základní charakteristiky a specifické požadavky.

### 4.1 Jezdecké disciplíny

#### 4.1.1 Drezura

Drezura je základní a jedno z nejdůležitějších odvětví jezdeckého sportu. Tvoří základ každé další práce s koněm.

Základy drezury se objevovaly již ve starém Řecku, ačkoliv počátek drezurního sportu se datuje od dob renesance. „V roce 1532 založil Frederico Grisone akademii, kde byli koně připravováni k předvádění složitých a nápaditých pohybů.“ (Hermsen, 1998). Vzhledem ke stálému přibývání zájmu, zejména ze stran šlechty se časem drezurní ježdění vyvinulo z pouhého představení pro vrchnost do závodní podoby, kterou máme dodnes. V roce 1912 se poprvé jela drezurní úloha na olympijských hrách.

Cílem drezurního sportu je předvést co nejdokonalejší provedení pohybu koně. Kůň se musí naučit okamžitě zareagovat na nepatrné pobídky jezdce, aby nebyly znatelné pro vnějšího pozorovatele. Kůň musí disponovat dostatečným kmihem<sup>2</sup>, musí být shromážděný<sup>3</sup> a s lehkostí provádět předepsané drezurní cviky.

Každá drezurní úloha se skládá z několika cviků a ty mají své ohodnocení (0 – 10), dle provedení dostane dvojice výslednou známku. Dle obtížnosti jednotlivých cviků jsou úlohy rozděleny do několika kategorií – „Z“ (základní), „L“ (lehká), „S“ (střední) a „T“ (těžká).

Každá úloha probíhá v předem připraveném drezurním obdélníku, obsahujícím písmena pro lepší orientaci jezdce, obdélník má nejčastěji 20x40 metrů. Na každou dvojici dohlíží sbor drezurních rozhodčích.

#### 4.1.2 Skokové ježdění

Skokové ježdění (nebo také parkúrové ježdění) přišlo oproti ostatním jezdeckým disciplínám později. Kvality koní se dříve využívaly spíše na honební ježdění či v kavaleriích.

„První oficiální soutěž v parkúrovém skákání byla zorganizována v roce 1864 v Dublinu. Teprve v roce 1912 se tento sport stal součástí olympijských her.“ (Hermsen,

---

<sup>2</sup> kmih – jezdce vyvolaná energie pohybu a chuť koně jít dopředu pod naprostou kontrolou jezdce

<sup>3</sup> shromáždění – rozložení hmotnosti na všechny končetiny



1998) Za zakladatele skokového sportu se považuje italský jezdec Frederico Caprilli, který jako první přišel se stehenním sedem, při kterém jezdec ulehčí koni hřbet a ten lépe skáče přes překážky.

Cílem parkúrového sportu je projet předem určenou trasu s několika překážkami v co nejkratším čase a s co nejméně chybami. Překážky na trati jsou různé – jednoduché (jeden samostatný skok), kombinované (skládají se ze dvou a více částí/skoků), zdi (výšková překážka složená z beden), vodní příkopy (šířková překážka) atp..

Veškeré skokové soutěže se dělí do kategorií:

- „Z“ (do 100 cm)
- „ZL“ (do 110 cm)
- „L“ (do 120 cm)
- „S“ (do 140 cm)
- „T“ (do 150 cm)
- „TT“ (do 160 cm) – nebývají na klasických soutěžích

Hodnocení soutěží probíhá podle pravidel České jezdecké federace. Za shovení překážky jsou 4 trestné body, za první odmítnutí poslušnosti také 4 trestné body, druhé odmítnutí poslušnosti během jednoho parkúru znamená vyloučení dvojice, stejně tak jako pád jezdce či nedodržení stanovené trasy. Na každé projetí trasy je určený stanovený čas, každá započatá vteřina navíc se trestá jedním trestným bodem. Dvojice s nejmenším počtem trestných bodů vítězí, v případě shodného počtu rozhoduje čas.

#### **4.1.3 Vozatajství**

Historie vozatajství sahá daleko do minulosti, kdy byli koně nuceni tahat těžké válečné povozy, dříví v lese či sloužili jako doprava pro vrchnost. Až po čase se z vozatajství stal rekreační sport a následně i sportovní disciplína.

Pod pojmem vozatajství rozumíme kočár či povoz tažený jedním i více koňmi. Nepostradatelnou osobou je vozataj (nebo kočí), který všechny koně řídí. Používá k tomu hlas, dlouhé otěže, které se nazývají opratě a bič.

Rozlišujeme několik druhů vozatajského sportu:

- soutěžní vozatajství
- přehlídkové jízdy
- rekreační vozatajství

Vozatajské soutěže jsou rozdělené podle počtu koní – jednosprežní, dvojspreží, čtyřspreží nebo tandem, kde jsou zapřaženi dva koně za sebe. Další dělení je možné dle

disciplín - klasické soutěže spřežení, kde se jedná vlastně o drezurní úlohu, kterou musí každý kočár splnit, vozatajský parkúr, u kterého se zdolávají různé překážky či maraton (terénní jízda v těžkých podmínkách).

Na závody dohlíží sbor rozhodčích, kteří posuzují celkový dojem – ochotu koní, vozataje, přísedící i postroje. V případě překážkového závodu je každé překážky přítomen rozhodčí, který zapisuje, kolik času bylo potřeba ke zdolání překážky.

Konečné pořadí určuje počet trestných bodů, které účastník obdržel ze všech částí – drezury, maratonu i parkúru. Je možné pořádat i soutěže jednotlivě – například jen maratony.

#### 4.1.4 Westernové ježdění

*„Westernové ježdění vzniklo v 19. století v Severní Americe během dobytčářské éry. Stáda dobytka se musela zahánět do ohrad velkých farem, kde se jednotlivé kusy sčítaly, značily výžehem atd. To byl svět opravdových kovbojů, kteří tuto práci zajišťovali ze sedla koně za tvrdých podmínek.“* (Hermsen, 1998)

Koně pro tuto práci museli být vyrovnaní, klidní a museli mít chuť do práce. Kovbojové většinou museli koně ovládat pouze jednou rukou, protože ve druhé měli lasa či biče.

Westernový styl jak ho známe dnes je založen na klidné a elegantní jízdě. Ovládání koně jednou rukou se zachovalo, ovšem většina jezdeckých disciplín se změnila. Jediné disciplíny, které se z této doby zachovaly jsou team penning a cutting.

Základem westernového stylu ježdění je uvolněný kůň. Americká plemena vhodná pro tento druh ježdění je paint-horse, apaloosa nebo american quarter-horse.

Jezdecké disciplíny se dělí dle zaměření. Nejzákladnější disciplínou je showmanship at halter, což je vlastně předvedení koně na ruce. Tato disciplína je určená amatérům a juniorům, kde se nehodnotí práce koně, ale spíše jeho vzhled a exteriér.

Westernová drezura obsahuje několik soutěžních disciplín:

- western pleasure – všichni soutěžící jedou společně v jedné aréně a předvádí základní kroky a poslušnost koní. Sbor rozhodčích pozoruje chody koní a reakci na jezdcovi pobídky. Nejladnější dvojice vyhrává.
- western horsemanship – jedná se o drezurní úlohu, kterou postupně každá dvojice předvádí. Hodnotí se jak chody a ochota koně, tak styl jezdce.

- western riding – jezdec opět předvádí koně ve všech chodech, součástí trasy jsou různé překážky – slalom, menší skoky... Rozhodčí posuzují celkový dojem, ochotu koně překonávat překážky a styl jezdce.
- trail – jedná se o trasu, kde jsou na koně přichystané různé překážky, se kterými se může setkat v přírodě – přejít mostku, otevření a projít branky, projít potoka nebo otočení v malém prostoru.

Další samostatnou disciplínou je reining, který je označován za královskou disciplínu westernového sportu. Jezdec musí prokázat naprostou poslušnost svého koně, pomocí plnění různých úloh, obsahující náročné cviky, například sliding stop<sup>4</sup> nebo rollback<sup>5</sup>. Rozhodčí za správně provedený cvik přidělují body, naopak za špatné provedení body odečítají. Vítězí dvojice s nejvyšším počtem bodů.

Další kapitolou jsou rychlostní disciplíny, kam řadíme:

- barrel race – úkolem dvojice je v co nejkratším čase projet trasu okolo tří barelů postavených do trojúhelníku, přičemž musí okolo každého barelu udělat kruh.
- pole bending – nebo-li slalom okolo tyčí, jezdec s koněm projede slalom šesti tyčí za sebou tam i zpět. Nejrychlejší vyhrává, vždy se jedou dvě kola.

#### 4.1.5 Dostihový sport

S dostihovým sportem je těsně spjata sázkaření, díky kterému je divácky atraktivnější a napínavější než ostatní soutěžní disciplíny.

Dostihy můžeme opět rozdělit do několika kategorií:

- klusácké dostihy – jde o rychlost koně v klusu, kde je kůň zapřažen v sulce<sup>6</sup> a běhá se na speciální dráze. V případě přejítí do rychlejšího chodu (cvalu) je kůň vyloučen.
- cvalové dostihy – soutěž v rychlosti na určitou vzdálenost, kdy žokej se svým koněm zdolávají různě dlouhé, převážně travnaté a rovinné trasy.
- steeplechase – dostih přes přírodní překážky – většinou živé ploty, proutě či vodní příkopy, v některých případech mohou být i překážky umělé.

V dostihovém sportu je hlavní rychlost a vytrvalost koně. Vítězí kůň, který do cíle dorazí jako první s žokejem na zádech (v případě pádu žokeje a doběhnutí samotného koně je dvojice vyloučena).

<sup>4</sup> nejtypičtější reiningový prvek, kůň přejde z plného trysku do zastavení

<sup>5</sup> kůň zastaví, provede rychlý obrát o 180° a následně rovnou naskočí do cvalu a pokračuje v jízdě

<sup>6</sup> lehký dvoukolový vozík

#### 4.1.6 Ostatní jezdecké disciplíny

Další jezdeckou disciplínou je například military, což je vlastně zkouška všestrannosti. Celý závod zahrnuje tři části – klasická drezura, terénní a kondiční zkouška (klusový úsek, steeplechase úsek, druhý klusový úsek po kterém následuje kontrola veterinářem a pokud je toho dvojice schopná, nastupuje do posledního úseku, což je cross-country<sup>7</sup>) a parkúr.

So soutěžních disciplín můžeme také zařadit voltižní ježdění. Jedná se o cvičení na hřbetě koně, který cválá. Kůň je veden na lonži<sup>8</sup> cvičitelem.

V neposlední řadě sem patří vyjížd'ky do terénu, jako forma odpočinku.

#### 4.2 Hipoterapie

Hipoterapie je využití koně ke zmírnění nebo v některých případech i k úplnému odstranění příznaků různých nemocí. Jedná se o fyzioterapeutickou metodu, která využívá pohybu koně (většinou pouze krok).

Celou rehabilitaci vede speciálně proškolený fyzioterapeut se zaměřením na hipoterapii, jsou přítomni asistenti (někdy pouze jeden) a koně vede proškolený vodič, který musí znát tempo, kterým může koně vést.

Speciálně vycvičený kůň nemá sedlo, pouze speciální dečku připnutou madly, kvůli většímu bezpečí klientů. Přímý kontakt s koňským hřbetem zaručuje lepší účinnost pohybových impulzů koně na tělo člověka.

Hipoterapie se mohou účastnit jak děti, tak dospělí. V případě, že klient není schopen samostatně sedět na koni, je možná pomoc asistenta, který sedí za ním a pomáhá mu v rehabilitaci (tzv. asistovaný sed).

---

<sup>7</sup> „jízda krajinou“ – jezdec s koněm musí překonat uměle vytvořené přírodní překážky – příkopy, ploty, kmeny stromů atp.

<sup>8</sup> dlouhá vodící šňůra

## 5. Charakteristika dítěte mladšího školního věku

*„Nástup do školy je důležitým sociálním mezníkem. Dítě v této souvislosti získává novou roli, stává se školákem. Doba, kdy tuto roli získá je přesně časově určena a jako společensky významný akt ritualizována. Dítě projde rituálem zápisu a prvního slavnostního dne ve škole, který potvrzuje jednoznačnost sociální proměny a počátek nové životní fáze.“ (Vágnerová, 2005)*

Školní věk dítěte můžeme rozdělit dle Vágnerové (2005, s. 237) na tři fáze:

- **Raný školní věk**, který trvá od nástupu do školy (v období mezi 6-7 rokem života) až do 8-9 let. Charakterizuje se změnou sociálního postavení a různými vývojovými proměnami, které se začnou projevovat ve vztahu ke škole.
- **Střední školní věk** trvá od 8 – 9 let do 11 – 12 let, to znamená do doby, kdy dítě přejde na druhý stupeň ZŠ. V této fázi dochází k různým změnám, které jsou jakousi přípravou na dospívání.
- **Starší školní věk** je období druhého stupně ZŠ a trvá do ukončení povinné školní docházky. Jedná se o období první fáze dospívání (pubescence).

Jiné rozdělení můžeme najít například u Říčana (2009, s. 275 – 281), který od předškolního věku (od třetích narozenin po nástup do školy) vymezuje pouze dvě období:

- Mladší školní věk – od nástupu do školy do 11let věku
- Dospívání – od 11 let do 20 – 22 let

### 5.1 Kognitivní<sup>9</sup> procesy

#### a) Vnímání

Okolo 6 roku života dochází k velkým percepčním<sup>10</sup> změnám. Celkové vnímání je vývojově různorodé a začíná se sjednocovat. Začíná se rozvíjet vnímání detailů, zlepšuje se vidění na blízko a dítě začíná být schopné ovládat akomodaci čočky (zaostření na blízko či na dálku). Děti v mladším školním věku jsou schopni postupně prohlížet různé části objektů, zralejší děti mohou vnímat celý soubor objektů jako celek, včetně všech detailů. Jsou schopné analyzovat celek na jednotlivé části. Koordinace oka a ruky (například u psaní) je u mladších dětí spojená s velkou dávkou pozornosti,

---

<sup>9</sup> kognitivní = poznávací

<sup>10</sup> percepce = vnímání

zatímco starší školní děti mají tuto činnost zautomatizovanou a není nutné ji proto věnovat tolik pozornosti jako na začátku.

Během 5 – 7 roku života dochází i ke změnám sluchového vnímání. V předškolním věku sloužila řeč pouze pro dorozumívání, dítě ví, co mu daný člověk sděluje, ale neumí si představit, z čeho se sdělené věty skládají. Na počátku školní docházky jsou děti schopné rozlišit délku samohlásek, jsou schopné slova a věty vnímat jako celek a pochopit jejich smysl. Kvalita a rozvoj sluchového vnímání úzce souvisí s pozorností, kterou je dítě schopné tomu věnovat.

### **b) Myšlení**

Na počátku období školního věku děti upouštějí od fantazie a od ovládání aktuálními emocemi (prelogické myšlení) a začínají používat základní zákony logiky (zatím pouze na konkrétních a známých případech). V případě, že se vyskytne nový, dosud neřešený problém, je možná tzv. regrese. To znamená, že dítě, které už sice zná a umí používat základy logického myšlení nezná situaci, proto se vrátí k prelogickému myšlení a uvažování.

V mladším školním věku je myšlení svázáno s realitou. Je sice schopno mluvit a přemýšlet i o věcech, které zrovna nemá nebo nevidí, ale neumí definici zobecnit. Používá konkrétních a sobě dobře známých příkladů. Dítě je schopno posuzovat realitu podle více hledisek a poznatky si uspořádat. Jsou si vědomi trvalosti objektů, chápou smysl změn a akceptují proměnlivost.

V pozdějších letech začínají úvahy kombinovat. „*Jestliže  $a=b$  a  $b=c$ , pak bude platit i  $a=c$ . Dedukce závisí na pochopení souvislostí a vztahů mezi dvěma tvrzeními.*“ (Vágnerová, 2005) Děti jsou schopni přijímat více informací najednou, rozlišit je, třídít a popřípadě ty méně důležité vyřadit. Děti ve starším školním věku jsou schopné odhadnout složitost úkolu a své vlastní schopnosti (uvědomí si, co už umí a co ještě ne).

### **c) Paměť a pozornost**

Vývoj pozornosti se odvíjí od dosaženého stupně vývoje centrální nervové soustavy. Vývoj by měl být ukončen přibližně na počátku školního věku. Délka udržení pozornosti je na začátku maximálně okolo 10 minut, později se postupně prodlužuje. Mladší děti se nechají snáze od pozornosti odpoutat vnějšími jevy – například hlasitými zvuky. Až ve středním školním věku je dítě svou pozornost schopno plně ovládat, nenechat se vyrušit a přesouvat ji z jednoho objektu na druhý.

Paměť se nejvíce rozvíjí mezi 6 – 12 rokem života. Největší stimul je v tomto případě škola. Kapacita paměti se postupně navyšuje. Mladší děti neudrží dlouho

pozornost, jsou roztěkané a nezvládnou propojit nové informace s již získanými. Starší děti jsou jak vývojově zralejší, tak mají více znalostí, proto je pro ně jednodušší si získané informace třídit, popřípadě je následně interpretovat. Mladší školáci si většinou pamatují jen věci, které je nějakým způsobem zaujaly nebo upoutaly pozornost. Starší školáci už jsou schopni tzv. strategického zapamatování a vybavování (např. pomocí asociace).

#### **d) Emoce**

Děti předškolního věku jsou většinou plně ovládnáni aktuálními emocemi. Pokud se jim něco nelíbí, dají to na sobě ihned znát. Emoční vývoj souvisí s vývojem centrální nervové soustavy. V mladším školním věku se objevuje větší emoční stabilita a dítě je více odolné vůči stresu nebo zátěži. Vyrovnanost má za následek lepší interpretaci dění okolo sebe, chápání emočních prožitků a pochopení jejich smyslu.

Ve školním věku se začíná rozvíjet emoční inteligence. Dítě dokáže lépe porozumět svým vlastním pocitům a určit jejich intenzitu. Negativně vnímané emoce se snaží zakrývat (strach, smutek), protože se bojí reakce okolí. Dochází k potlačení emocí a namísto toho přichází racionální úvahy.

Emoční opora je důležitá pro děti každého věku. Ze začátku školní docházky oporu tvoří většinou rodiče, ve straším školním věku jsou rodiče nahrazeny vrstevníky (například spolužáky).

Časté mezilidské konflikty a jejich řešení vede k rozvoji emoční komunikace. Děti jsou schopné vyjádřit svoje emoce a pochopit emoce jiných (určitá míra empatie).

Při častém srovnávání svých výkonů například se spolužáky, s jejich chováním, jednáním a projevem se rozvíjí sebehodnocení a emoce, které se na něj váží. Je důležité jakési vypěstování osobní důležitosti.

#### **e) Socializace**

Nejdůležitějším bodem socializace je vstup do školy, do nového prostředí i kolektivu. Dítě je nucené dodržovat pravidla a normy, které jsou zde nastaveny a mizí ochranná ruka rodičů. Je nucené zorientovat se v novém prostředí a pochopit všechna pravidla, jejichž dodržování je od všech vyžadováno. Školní docházka připravuje dítě na novou životní roli. Socializace dítěte v rodině pokračuje, dále se připojuje socializace ve škole (s učiteli, pochopení autorit) a s vrstevníky. Dítěti se začíná vymezovat jeho role ve skupině.

## **Rodina**

Rodina představuje pro dítě základní zázemí, zároveň ale funguje jako stimul ke zodpovědnosti či k dosahování dobrých výsledků ve škole. Nastává čas trestů a odměn. Dítě většinou má svůj pokoj s psacím stolem, aby mělo místo, kde si může napsat úkoly. Tímto způsobem se v rodině změní role potomka z dítěte na školáka. I přes to, že role dítěte v rodině se nástupem do školy mění, měla by pro něj zůstat místem emočního klidu a rovnováhy.

## **Škola**

Škola u dítěte zpravidla rozvíjí společensky žádané chování, základní principy slušnosti a zodpovědnosti. Díky pravidelné školní docházce je dítě připravené do života a na svoje pozdější sociální role a společenské uplatnění. Jedná se o nové, pro dítě nezvyklé prostředí i požadavky a trvá nějaký čas, než si zvykne a začne se v něm orientovat. Ve škole je dítě pod neustálým dohledem a jeho pohyb i chování je určováno vnější autoritou nebo školním řádem.

## **Vrstevníci**

Pro budoucí pracovní i soukromý život je důležité, aby dítě umělo pracovat v kolektivu, přizpůsobit se ostatním lidem a neprosazovalo neustále jen své názory. Školní třída je dokonalou možností, jak se naučit pravidla chování mezi vrstevníky. Dítě po čase začne rozvíjet mezilidské vztahy, snaží se spolužákům vyrovnat, učí se nápodobou. Nejdůležitější místo pro setkávání s vrstevníky je škola, postupem času po vytvoření vztahů například hřiště nebo park, kde děti tráví svůj volný čas ve společnosti přátel.

## **5.2 Dětská osobnost**

*„Pro rozvoj dětského sebepojetí je důležité, kým se dítě cítí být, za koho se považuje, jaký je subjektivní obraz jeho osobnosti. Je faktorem, který ovlivňuje jednání a směřování. V tomto smyslu má význam i pro budoucnost: předurčuje, o co se bude dítě snažit, jakou pozici nejspíš získá a jak na ni bude reagovat.“ (Vágnerová, 2005)*

Na základě způsobu uvažování dítěte a emoční zralosti jsou zpracovávány zkušenosti, které se týkají jeho samotného – jak je přijímané ve skupině, jaké jsou reakce na něj atp., zejména co se jedná autorit (matka, učitel ve škole).

Na začátku školního věku (okolo 7 let života) jsou tyto poznatky ovlivněny emocemi a aktuálními zážitky. Ale už zde jsou počátky toho, že dítě začíná přemýšlet, co si o něm druzí myslí.



Jako projev kladného vztahu považuje například citové přijetí (pokud k němu jiný člověk projeví kladný citový vztah), roste důležitost, sebedůvěra a získává pocit, že je ceněné.

V pozdějším školním věku se dítě samo snaží ve společnosti zaujmout nějakou pozici, která je pro něj přijatelná. Snaží se chovat dle nastavených norem, plní úkoly ve škole a touží po zisku pochvaly nebo uznání.

Zatímco předškolní dítě bylo spokojeno s jakýmkoliv výsledkem, školák kriticky hodnotí a srovnává své dílo s ostatními vrstevníky, například spolužáky nebo ostatními členy v nějakém zájmovém kroužku. Dovedou posuzovat sami sebe, svoje kladné i záporné vlastnosti. Dítě si uvědomuje, jakým je člověkem a hlavně to, že je jedinečný a nemyslí, necítí a nevnímá věci stejně, jako kamarádi nebo rodiče.

## **6. Cíle práce**

### **Hlavní cíl**

Sestavit, zrealizovat a zhodnotit výchovně vzdělávací program pro členy dětského jezdeckého tábora se zaměřením na posílení spolupráce a rozvoj osobnosti.

### **Dílčí cíle**

1. Na základě studia odborné literatury zpracovat charakteristiku a legislativní rámec dětských táborů
2. Vypracovat návrh programu týdenního tábora pro děti ve věku 8 – 13 let se zaměřením na jezdeckví, spolupráci a rozvoj osobnosti
3. Popsat a zhodnotit průběh tábora
4. Sestavit anketu pro zjištění spokojenosti účastníků
5. Vyhodnotit anketní šetření pomocí grafů s převodem do procentuálních hodnot

## **7. Návrh výchovně-vzdělávacího programu**

Dětský týdenní jezdecký tábor se koná na statku „Na Tvrzi“ v Horním Bousově, pod záštitou firmy Na Tvrzi s. r. o., která byla založena roku 2007. Zabývá se chovem domácích a zoologických zvířat v srdci Českého ráje.

Účastníci jsou děti od 8 do 13 let věku, většinou se zvýšeným zájmem o zvířata (hlavně koně) či přírodu. Někteří jsou v jezdeckví úplní začátečníci, jiní už za sebou nějaké základy mají. Z tohoto důvodu se na první jezdecké hodiny dělí skupina na dvě části, aby měli jezdci individuálnější přístup trenéra a případné rozdíly se během pár dní vyrovnaly.

### **7.1 Obecné informace**

Celý program je založený na vztahu mezi člověkem a zvířaty (se kterými jsou v kontaktu denně), člověkem a přírodou (ve které se odehrávají veškeré aktivity) a je kladen důraz na samostatnost jednání či spolupráci ve skupině. Snažíme se děti vést k tomu, že zážitky, které jsou možné v dnešní době zažít v digitální podobě na obrazovkách monitorů, lze zažít i v reálném životě a zážitek je o to intenzivnější.

Celkový počet účastníků je 18, na jezdecký blok jsou rozdělení na dvě skupinky po 9 jezdcích. Na ranní služby (pomoc ošetřovatelce při nakrmení koní a vypuštění do výběhu) jsou účastníci rozdělení na čtyři tříčlenné (mladší a méně zkušené) a tři dvoučlenné skupinky (starší, zkušenější). Všechny rozpisy jsou vystaveny na hlavní nástěnce v klubovně.

### **7.2 Režim dne**

- 7:00 - Budíček pro službu na krmení koní
- 7:30 - Budíček pro všechny, ranní hygiena
- 8:00 - Rozcvička, přivolání sluníčka
- 8:30 - Snídaně
- 9:00 - Úklid stájí
- 10:00 - Dopolodní svačina
- 10:30 – 12:00 - Dopolodní program
- 12:30 - Oběd
- 13:00 – 14:00 - Polední klid
- 14:00 – 16:00 - Odpolední program

- 16:00 – 16:30 - Odpolední svačina  
16:30 - Společná hra  
18:00 - Večeře  
19:00 - Zhodnocení dne, volná zábava  
20:00 - Večerní hygiena  
21:00 - Večerka

### **7.3 Aktivity zařazené do programu tábora**

#### **7.3.1 Seznamovací hry**

##### **1. Klubičko přátelství**

**Zdroj:** vlastní zdroje nápadů a her

**Typ hry:** seznamovací

**Skupina:** bez omezení

**Věk:** bez věkového omezení

**Cíle:** seznámení, zábava

**Doba trvání:** 10 - 15 minut

**Prostředí:** louka, v případě špatného počasí klubovna

**Pravidla:**

Skupina sedí v kruhu na zemi a vezme si klubko vlny. Začne vedoucí a řekne „Jmenuji se Monika, je mi 22 let, ráda jezdím na koni a tančím a od tohoto tábora očekávám to, že z nás bude bezva parta a užijeme si spoustu legrace!“. Nechá si konec provázku a pošle klubičko někomu dalšímu, který o sobě taky něco poví, nechá si provázek a zbytek pošle zase někomu dalšímu. Tímto způsobem si utkáme tzv. pavučinu přátelství, na kterou si vzpomeneme pokaždé, když se třeba pohádáme nebo v něčem neshodneme.

##### **2. Jmenuji se a dělám tohle ...**

**Zdroj:** vlastní zdroje nápadů a her

**Typ hry:** seznamovací

**Skupina:** bez omezení

**Věk:** bez věkového omezení

**Cíle:** seznámení, trénink paměti, zábava

**Doba trvání:** 10 - 15 minut

**Prostředí:** louka, v případě špatného počasí klubovna

**Pravidla:**

Skupina sedí v kruhu. Jeden začne hru slovy jako například: „Jmenuji se Monika a dělám tohle...“ Přitom udělá libovolný pohyb, poškrábe se třeba levou rukou za levým uchem. Soused nalevo od ní pokračuje dále: „Ty se jmenuješ Monika a děláš tohle,“ a poškrábe se levou rukou za levým uchem, „a já se jmenuji Anička a dělám tohle...“ a zvedne pravou nohu vodorovně do výšky. Soused vlevo od něj musí opět zopakovat Aničky jméno a pohyb a přidá své vlastní jméno a nový pohyb atd. hráči musí po řadě opakovat jméno a pohyb svého předchůdce a své jméno doplnit novým, dosud nepoužitým pohybem.

Hru můžeme ztížit tím, že hráči musí zopakovat jména a pohyby všech, kteří byli před nimi – poslední hráč zopakuje všechny ostatní.

**3. Krok vpřed**

**Zdroj:** Dobrodružné hry a cvičení v přírodě, Neuman

**Typ hry:** seznamovací

**Skupina:** bez omezení

**Věk:** bez věkového omezení

**Cíle:** seznámení

**Doba trvání:** 30 - 40 minut

**Prostředí:** louka, v případě špatného počasí klubovna

**Pravidla:**

Hráči se postaví do kruhu tak, aby každý viděl na každého. Vedoucí hry předčítá jednotlivé otázky. Ten kdo by odpověděl kladně, udělá zřetelný krok do středu kruhu. Tím se octne vždy několik účastníků v kruhu, ostatním na očích. Postupně všichni ti, co udělali krok vpřed, řeknou své jméno a doplní stručnou odpověď (např: Monika, budu slavit narozeniny v srpnu.)

Otázky (např.):

1. Krok vpřed udělá ten, kdo už letos slavil narozeniny (který měsíc, kolikáté)
2. Kdo teprve narozeniny oslaví (který měsíc, kolikáté)
3. Kdo má domácí zvíře (jaké)
4. Kdo rád sportuje (nejoblíbenější sport)
5. Kdo rád cestuje (kam/nejoblíbenější destinace)

6. Kdo hraje na hudební nástroj (jaký/-é nástroje)

7. Kdo by se rád tímto způsobem ostatních na něco zeptal

#### **4. Batůžky**

**Zdroj:** ČINČERA, J. Úvodní soustředění TUL

**Typ hry:** seznamovací

**Skupina:** bez omezení

**Věk:** 7+

**Cíle:** seznámení, navození dobré nálady, odhad

**Doba trvání:** 30 minut

**Prostředí:** louka

**Pravidla:**

Na začátku si všichni účastníci nakreslí na čtvrtku svoje zavazadlo, do kterého vepíší tři tvrzení o sobě. Jedno tvrzení má být lež a dvě pravda. Poté si kolíčkem na záda připevní zavazadlo a rozptýlí se po prostoru. Vzájemně se potkávají a říkají: „Ahoj, já jsem Monika.“ „Ahoj, já jsem Katka. Můžu se podívat do tvého batůžku?“ Monika se otočí, ukáže Katce svůj batůžek a Katka vybere tvrzení, které je podle ní nepravdivé – u toho udělá čárku. Poté si role prohodí a pokračují dál v potkávání.

Na konci si každý účastník sundá svoje zavazadlo ze zad a zjistí, zda jej spolužáci odhadli dobře či nikoliv.

Nakonec se každý k výsledku krátce vyjádří, řekne, které tvrzení bylo nepravdivé a jestli se spolužáci trefili nebo ne.

#### **5. Kompot**

**Zdroj:** vlastní zdroje nápadů a her

**Typ hry:** seznamovací

**Skupina:** 5+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** seznámení, navození dobré nálady

**Doba trvání:** 30 minut

**Prostředí:** altán/louka

**Pravidla:**

Na přípravu je nutné sehnat židle či kusy koberce, které vymezí jedno místo. Koberce nebo židle se dají do kruhu tak, že je vždy o jedno místo méně, než je účastníků. Přebývajícím účastníkem si stoupne do středu kruhu a řekne „Místa si vymění ti, kteří...“ a větu doplní podle toho, co by chtěl o ostatních vědět. Například „...mají rádi zvířata“. Všichni, kteří mají rádi zvířata se zvednou a musí si vyměnit místo s někým jiným. Hráč ze středu kruhu zaujme místo někoho, kdo se zvedl. Opět jeden hráč zůstane bez místa a stoupá si do středu kruhu a vymýšlí otázku.

## 6. *Toto je...*

**Zdroj:** vlastní zdroje nápadů a her

**Typ hry:** seznamovací

**Skupina:** 4+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** seznámení, navození dobré nálady, trénink paměti

**Doba trvání:** 30 minut

**Prostředí:** altán/louka

**Pravidla:**

Účastníci se náhodně rozdělí do dvojic (v případě lichého počtu doplní vedoucí). V časovém limitu 3 minut se musí jeden druhému představit. Vše, co si myslí, že je důležité a co by chtěl, aby o něm ostatní věděli. Po třech minutách se role otočí. Následně si všichni účastníci stoupnou do kruhu a každý z dvojice představuje toho druhého – „Toto je Martina, ráda plave, má ráda koně a psy...“.

### 7.3.2 *Zahřívací a kontaktní hry*

#### 7. *Pošty*

**Zdroj:** Hranostaj, sbírka nejen skautských her

**Typ hry:** zahřívací a kontaktní

**Skupina:** 15 – 40

**Věk:** bez věkového omezení

**Cíle:** zábava, pohyb

**Doba trvání:** 60 minut

**Prostředí:** park/louka

**Pravidla:**

Jedná se o přepravování zásilek po divokém západě. Na území rozmístíme 4 pošty. Je potřeba, aby každá pošta věděla o poloze ostatních – z důvodu ohodnocování zásilek. Každá pošta má velkou ceduli s názvem, aby byla dobře viditelná a dostatečné množství papírků. Na papírkách je uveden druh zásilky, místo určení, ohodnocení a případně nějaké speciální informace. Pro hráče připravíme hodnotící karty. Každý účastník, který přijde na poštu si vybere zásilku, kterou chce přepravovat a poté co ji doručí do cílové stanice, získá peníze. Cílová stanice je na zásilce vždy pevně dána. Získané peníze se zapisují na kartu, kterou má každý hráč u sebe. Přepravovat je možné pouze jednu zásilku, ne více najednou. Jsou tři druhy zásilek: dopisy, balíky a telegramy. Základní druh je dopis. Ten si hráč vyzvedne a když ho doručí, získá peníze. Pokud si ale vybere balík, musí zaplatit zálohu (pro případ, že by se ztratil). Ale když ho doručí, dostanou více peněz než za dopis. Telegramy se doručují v časovém limitu, proto je potřeba, aby pošty měly přesně seřizovaný čas. Za telegram se neplatí záloha, ale musí být doručen do určitého času. Odesílatel určí, kolik peněz za zásilku doručovatel dostane (dle vzdálenosti mezi jednotlivými poštami). Hráč, který na poštu dorazí, si vybere jednu ze zásilek a pokusí se ji doručit. Situaci ovšem hráčům komplikují indiáni. Jsou zde dva rody - Siuxové a Apačové. Apačové kradou zásilky. Když nějakého hráče se zásilkou chytanou, seberou mu ji. Siuxové berou peníze – odečtou po chycení z karty určitý obnos. Indiáni samozřejmě nesmí na pošty. Vyhrává ten hráč, který má nejvíce vydělaných peněz.

## 8. *Odchyt vzácných motýlů*

**Zdroj:** vlastní zdroj nápadů a her

**Typ hry:** zahřívací a kontaktní

**Skupina:** 4+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** prověření fyzických sil, vytrvalosti

**Doba trvání:** 90 minut

**Prostředí:** členitý terén – kukuřičné pole/les

**Pravidla:**

Každý účastník dostane provázek, který si uváže okolo pasu tak, aby dlouhý konec visel od pasu dolů. To slouží jako „přepravka“ na vzácné



motýly. Na vymezeném prostoru jsou různě pověšeni a schováni různé druhy vzácných motýlů (barevné kreповé papíry). Každá barva motýla má svou hodnotu – např. zlatý je nejvzácnější, za 10 bodů, bílý je za 1 bod. Úkolem účastníků je najít všechny vzácné motýly a uvázat je na svůj provázek okolo pasu (uložit je do přepravky) v tom pořadí, v jakém je našli. Ten, kdo získá nejvíce bodů, vyhrává. Ale aby to nebylo tak jednoduché, po stejném území se o motýly uchází i ochranáři, kteří nesmějí lovce motýlů chytit. Pokud je chytí, odevzdá lovec posledního uloveného motýla (toho, který je uvázaný jako poslední na provázku) a musí hledat dál. Úkolem je tedy nejen najít a získat motýla, ale také si ho nenechat sebrat.

### 7.3.3 Tvoření

#### 9. *Maskot*

**Zdroj:** Práce s hrou pro profesionály, Jan Činčera

**Typ hry:** seznamovací

**Skupina:** bez omezení

**Věk:** bez věkového omezení

**Cíle:** spolupráce, vymyšlení a realizace grafického zobrazení cílů, společných hodnot

**Doba trvání:** 40 minut

**Prostředí:** venkovní altán

**Pravidla:**

Každý tým dostane bílé plátno, barvy, štětce, tužky, fixy a jejich úkolem je promyslet, co je hlavním pojítkem mezi nimi, co mají společné a co by jejich vlajka, která je bude provázet celým týdnem měla obsahovat. Následně to na vlajku ztvární a vymyslí si jako správní indiáni nebo kovbojové jméno svého kmene.

### 7.3.4 Postřehová hra

#### 10. *Nápisy krále Ašóky*

**Zdroj:** Zlatý fond her, Ivo Jirásek

**Typ hry:** postřehová

**Skupina:** bez omezení

**Věk:** 7+

**Cíle:** rozvoj pohybových dovedností a intelektu

**Doba trvání:** 60 minut

**Prostředí:** les

**Pravidla:**

Úkolem hráčů je pátrat po Ašókových sloupech, ztracených v zapomenutém lese, a objevené nápisy luštit.

Na vybraném území různě rozmístíme 10-20 Ašókových nápisů. Každý je napsán na samostatné čtvrtce, upevněné ke kmenu, pařezu nebo osamělému balvanu. Většinu nápisů schováme do roklí, kmenů stromů, keřů a do houštin, aby byly viditelné jen z bezprostřední blízkosti a nebylo tak snadné je najít.

Po těchto „ztracených sloupech dávného indického panovníka“ pátrají archeologové z celého světa. Každý hráč představuje jednoho z nich. Vypraví se do předem určeného území, kde bude hledat zapomenuté Ašókovy sloupy. Když některý objeví, opíše si text.

Přibližně uprostřed herního území je Archeologický ústav. Kdo tam přinese neznámý, nikým ještě neobjevený text z Ašókova sloupu, získá prémii 4 body. Kdo tento nově nalezený nápis rozluští jako první, získá další 4 body. Jinak má hráč nárok na 1 bod za každý nápis, který během hry v lese vypátrá a zapíše. Za samostatné vyluštění tohoto nápisu je další bod.

### 7.3.5 Oddechové hry

#### 11. Hádej, co děláme...

**Zdroj:** vlastní zdroje nápadů a her

**Typ hry:** oddechová

**Skupina:** 8+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** postřeh, navození dobré nálady, odpočinek

**Doba trvání:** dle počtu, cca 40 minut

**Prostředí:** louka/travnatá plocha/klubovna

**Pravidla:**

Účastníci se rozdělí do dvou skupin. Jedna skupina jde za roh/za dveře a druhá si vylosuje nějakou situaci, kterou mají předvést. Pro mladší účastníky jsme volili místa, která mají předvést – např. pouť, vlakové nádraží, dostihové závodiště... Skupina si vylosuje jedno místo a musí ho poté pantomimou ztvárnit skupině druhé. Členové druhé skupiny se snaží odhadnout, o jaké

místo se jedná (každý sám) a v tu chvíli, kdy si myslí, že to ví, přidají se k předvádějším a zapojí se. Ve chvíli, kdy jsou do předvádění zapojeni všichni, prozradíme si, co za místo jsme navštívili (buď se zeptáme náhodně jednoho nebo to mohou vykřiknout všichni hádající společně).

## **12. Nasávaná**

**Zdroj:** Hranostaj, sbírka nejen skautských her

**Typ hry:** oddechová

**Skupina:** 2+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** navození dobré nálady, oddych, pobavení

**Doba trvání:** 30 minut

**Prostředí:** klubovna/louka

**Pravidla:**

Účastníci se rozdělí do skupin (dle počtu). Každá skupina dostane brčka a svou misku. Po prostoru jsou rozmístěné papírky různých barev – žlutá je za 10 bodů, modrá je za 5 bodů, červená za 3 body, a černá za 1 bod. Po odstartování se účastníci rozběhnou po prostoru a pouze za pomoci brčka nasají papírek a odnesou do misky svého týmu. Pokud papírek po cestě spadne, je možné ho nasát znovu, ovšem opět bez použití čehokoliv jiného, kromě brčka. Po vysbírání všech papírků nebo uplynutí časového limitu se papírky spočítají a vyhrává tým, který nasbíral nejvíce bodů.

## **13. Mýdlák**

**Zdroj:** vlastní zdroj nápadů a her

**Typ hry:** rozechřívací

**Skupina:** 6+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** navození dobré nálady, pobavení

**Doba trvání:** 20 minut

**Prostředí:** louka/hřiště

**Pravidla:**

Podle počtu účastníky rozdělíme na 2-3 skupinky. V jednotlivých skupinkách se postaví do zástupu a před prvního postavíme kbelík s vodou a klasickým tuhým mýdlem.

Na začátku zvolíme způsob, jakým se má mýdlo pohybovat – například nad hlavou, pod nohama, jen pravou rukou atd. Úkolem prvního hráče je po odstartování vytáhnout mýdlo z kbelíku a posílat uvedeným způsobem dál, až mýdlo dojde nakonec, jede zase zpátky. Kdo první vhodí mýdlo zpět do kbelíku, získává bod.

#### **14. Nudle**

**Zdroj:** vlastní zdroj nápadů a her

**Typ hry:** rozechřívací

**Skupina:** 4+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** navození dobré nálady, pobavení

**Doba trvání:** 20 minut

**Prostředí:** louka/hřiště

##### **Pravidla:**

Podle počtu účastníky rozdělíme na 2-3 skupinky. Každá skupina dostane jedny čínské hůlky. Ve vzdálenosti cca 20 metrů je velká nádoba plná uvařených čínských nudlí a za dalších 20 metrů má každá skupina vlastní misku, do které nudle přemísťuje. Po odstartování vyběhne první z každé skupiny, běží k nudlím, jednou rukou pomocí hůlek nabere co nejvíce nudlí a odnese je do misky svého týmu. Poté běží zpátky a předává hůlky druhému. Hra končí ve chvíli, kdy ve velké nádobě nejsou žádné nudle. Misky všech skupin se následně zvaží a ten, kdo nasbíral nejvíce, vyhrává.

#### **7.3.6 Hry na posílení důvěry**

##### **15. Mašinky**

**Zdroj:** ČINČERA, J. Úvodní soustředění TUL

**Typ hry:** posílení důvěry

**Skupina:** 6+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** rozvoj důvěry ve skupině i mezi jednotlivci, komunikace

**Doba trvání:** 30 minut

**Prostředí:** terén s přírodními překážkami (les, palouk s pařezy či popadanými stromy)

**Pravidla:**

Účastníci se rozdělí na skupiny po třech. Jsou jako tříčlenná mašinka (tvořící zástup 3 lidí, držících se za pas, boky nebo za ruce toho před ním) mají za úkol pohybovat se po prostoru tak, aby nenarazili do žádné překážky či do jiné mašinky. Po celou dobu budou mít první člen mašinky (lokomotiva) a druhý člen mašinky (tendr) zavázané oči šátkem, tak aby na cestu neviděli. Jediný poslední člen mašinky (strojvůdce) bude smět na trasu vidět. Mluvit nesmí žádný ze tří členů vláčku. Jediné, co je umožněno je, že lokomotiva smí občas vyluzovat zvuky, které napodobují houkání mašiny. Úkolem skupinky je tedy domluva strategie dorozumívání (poklepání na pravé rameno – zatočit doprava atd.). Alternativou je předem vymežit trasu, kterou musí každá mašinka projet v co nejkratším čase, nejrychlejší vyhrává.

## **16. Pády důvěry**

**Zdroj:** ČINČERA, J. Úvodní soustředění TUL

**Typ hry:** posílení důvěry

**Skupina:** 6+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** rozvoj důvěry ve skupině i mezi jednotlivci, zodpovědnost

**Doba trvání:** 60 minut

**Prostředí:** rovná plocha – klubovna/louka

**Pravidla:**

Účastníci se rozdělí do dvojic s podobnou výškou a fyzickou konstitucí. Vedoucí všechno nejprve podrobně vysvětlí a následně předvedou. U této aktivity je třeba dbát na bezpečnost, proto jsou formulovaná jasná pravidla, která je nutné přesně dodržovat:

1. padající má zpevněné rovné tělo, ruce zkřížené přes hrudník, hlavu mírně předkloněnou – bradu na hrudníku, stojí zády k chytajícímu
2. chytající stojí asi na krok od padajícího za jeho zády, mírně nakročený, s pokrčenou zadní nohou, která trochu pruží/péruje, pokrčenýma rukama před svým tělem připravený chytat padajícího

3. než začne padající padat, musí vždy proběhnout následující rozhovor, který prověří připravenost k pádu obou účastníků (jak chytajícího, tak padajícího):

A: „B, jsi připraven?“

B: „Ano, jsem připraven.“

A: „Můžu padat?“

B: „Ano, můžeš padat.“

A: „Tak já padám.“

B: „Tak padej!“

5. jakmile začne padající padat, chytající ho chytne

Obměnou může být padání ve trojicích, které má stejná pravidla, jen stojí dva naproti sobě a jeden ve středu mezi nimi, který představuje kyvadlo. Prostřední nejprve padá dopředu, chytající ho vrátí zpět na střed a poté padá dozadu.

### **17. Ulička důvěry**

**Zdroj:** ČINČERA, J. Úvodní soustředění TUL

**Typ hry:** posílení důvěry

**Skupina:** 7+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** rozvoj důvěry ve skupině

**Doba trvání:** 20 minut

**Prostředí:** rovná plocha – klubovna/louka

**Pravidla:**

Účastníci se proti sobě postaví do dvou řad tak, aby vytvořili uličku o šířce cca 1 metr. Natáhnou (ve výši ramen a jeden přes druhého) ruce před sebe a tím uličku uzavřou. Jeden z nich už stojí připravený přibližně pět metrů od první dvojice a opět se přesvědčí o připravenosti ostatních pomocí otázek.

A: „Jste připraveni?“

B: „Jsme připraveni!“

A: „Můžu běžet?“

B: „Můžeš běžet.“

A: „Tak já běžím!“

B: „Tak poběž!“

Poté vyběhne vstříc uličce, ostatní těsně před ním uhýbají rukama, tak aby mohl bez problémů proběhnout.

### 7.3.7 Soutěže na koupališti

#### 18. Závod na lehátkách

**Zdroj:** vlastní zdroj nápadů a her

**Typ hry:** sportovní

**Skupina:** 2+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** navození dobré nálady

**Doba trvání:** 30 minut

**Prostředí:** bazén

**Pravidla:**

Účastníci se rozdělí do dvojic. Každý z dvojice má své lehátko, stojí zády u kraje bazénu a lehátko drží pravou rukou. Po odstartování je jeho úkolem vyskočit na lehátko, lehnout si na břicho a pouze za pomoci rukou dopravit lehátko ke druhému břehu, tam se otočit a zpět. Jedna z možností je měřit časy a vědět vítěze po prvním pokusu všech a druhá možnost je to udělat vylučovací metodou. Vítěz postupuje dál, vyhraje ten, který zvítězí ve finále.

#### 19. Praskni!

**Zdroj:** vlastní zdroj nápadů a her

**Typ hry:** oddechová

**Skupina:** 4+

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** navození dobré nálady, pobavení

**Doba trvání:** 30 minut

**Prostředí:** travnatá plocha

**Pravidla:**

Účastníci se rozdělí do dvojic a stoupnou si naproti sobě. Každá dvojice dostane nafukovací balónek naplněný vodou. Vedoucí říká, kdy má být balónek hozen, aby všechny dvojice měly stejný počet hodů. Po zaznění „hop“ hodí jeden z dvojice balónek druhému naproti sobě. Ten ho musí chytit

tak, aby neupadl na zem ani nepraskl. Dvojice, které balónek praskne nebo spadne, vypadáva. Vítězí dvojice, která zvládne nejvíce hodů.

### 7.3.8 Závěrečné kolečko

#### 20. *Co ti chci říci...*

**Zdroj:** vlastní zdroj nápadů a her

**Typ hry:** -

**Skupina:** 2+

**Věk:** 7+ (nutnost umět psát)

**Cíle:** vyměnění názorů, kontaktů

**Doba trvání:** 15 minut

**Prostředí:** klubovna

**Pravidla:**

Všichni si sednou ke stolu, do kruhu. Každý účastník dostane papír, na který napíše své jméno. Poté pošle papír se svým jménem kamarádovi vedle, který na něj z druhé strany napíše nějaký vzkaz, přání, pochvalu či kritiku (může, ale nemusí se podepsat) a pošle dál. Takto se projede celé kolo, až na každém papíře bude nějaký vzkaz od každého.



## **8. Realizace programu**

### **8.1 Den první**

První den začal v deset hodin dopoledne, kdy se všichni táborníci sešli, ubytovali a vybalili své věci. Následně se sešli v klubovně, kde si společně s vedoucími určili pravidla následujícího týdne, seznámili se s režimem dne, povinnostmi, které je během táborových radovánek čekají – úklid stájí, starání o koně a v neposlední řadě se seznámili s táborovými vedoucími. Proběhlo sdělení základních instrukcí ohledně areálu – kde a kdy se budou scházet na jídlo, jak bude probíhat ježdění a hned se na základě společné domluvy rozdělili do dvou skupin, kvůli jezdeckým lekcím, které tím budou individuálnější. Nakonec si prošli okolí, stáje, prohlídli koně a seznámili se s chodem stájí.

Když už bylo kvůli jezdeckým lekcím nutné rozdělit táborníky do dvou skupin, zůstalo toto rozdělení zachováno i pro část her.

První blok seznamovacích her proběhl v poklidu, dozvěděli se o sobě základní informace, pokusili se zapamatovat si jména ostatních a upletli si mezi sebou klubičko přátelství. V souvislosti s tím si sami vymysleli a stanovili pravidla, která budou během celého týdne dodržovat.

Odpolední hra Pošty byla začleněna do programu hned první den, aby mezi táborníky uvolnila atmosféru, což se povedlo.

### **8.2 Den druhý**

Den druhý začal brzkým vstáváním, ale atmosféra byla uvolněnější a radostnější než den předchozí. První kontakt s koňmi proběhl bez problémů.

Když už bylo nutné z důvodu větší bezpečnosti a přehlednosti na jízdárně rozdělit děti do dvou skupin, posloužily tyto skupiny k aktivitám v meších skupinách a k probuzení bojovného ducha. Oba týmy si vytvořily svou vlajku, vymyslely název a ve zbytku času měly možnost vymyslet si nějaký bojový pokřik. Obě vlajky byly následně připevněny na klacek a aby byly zapojeny do táborové hry, bylo úkolem skupiny si svou vlajku nosit s sebou a nenechat si ji „ukrást“ druhým týmem. Pokud se jednomu z nich povedlo vzít vlajku týmu druhého, dostali členové bonusové body do celotáborové hry.

Společná hra s názvem „Nápisy krále Ašóky“ byla kombinací logického uvažování a pohybových schopností. Z důvodu neznalosti terénu se protáhla na delší

dobu, než bylo původně v plánu, ale odezvy ze stran táborníků byly kladné, hra měla úspěch.

### **8.3 Den třetí**

Třetí den už se nesl v podstatně volnější atmosféře. Děti se mezi sebou poznaly, seznámily se s prostředím a zvykly si na povinnosti ke zvířatům na statku. Na některé trochu padá únava, protože pravděpodobně nikdy předtím netrávily tolik času na čerstvém vzduchu a už vůbec ne s vidlemi či košťaty v rukách. Dřívější prosby o prodloužení večerky alespoň do 22:00 utichly.

Úvodní seznamovací hry první den sloužily hlavně k poznání jmen a nejzákladnějších věcí, jako je oblíbený sport či věk. V menších a komornějších skupinkách se tyto informace o ostatních prohloubily. Sloužila k tomu například aktivita Batůžky, kde si mohli zkusit svůj odhad na ostatní a zároveň zjistit, co si ostatní myslí o nich nebo jaký dojem zanechávají.

Na otázky, které nebyly zodpovězeny sloužila aktivita Kompot, která nechává dětem prostor zjistit o kamarádech to, co je zajímá a na závěrečné upevnění jmen či základních informací o ostatních sloužila hra Toto je....

### **8.4 Den čtvrtý**

Zhruba v polovině tábora se začínají mezi děvčaty objevovat rozeprě – o úklid, o koně, o pravidla ve hře. Vzhledem k napjaté atmosféře, tropickému počasí a únavě došlo ke změně původního plánu. Dopolední blok ježdění absolvovali výjimečně všichni společně, následně si zahráli pouze oddechové hry a po obědě navštívili na celé odpoledne nedaleké koupaliště.

Oddechové hra Hádej, co děláme či Nasávaná jsou u dětí velice oblíbené, proto byly použity jako pokus o rozbití napjaté atmosféry, což se v rámci možností povedlo.

Aby se děti na koupališti nenudily a jen tak se nepovalovaly na dekách, bylo odpoledne proloženo soutěžemi a jednoduchými hrami. I když se opět hra Praskni! neobešla bez menších hádek, atmosféra po příchodu na statek byla výrazně lepší a uvolněnější než dopoledne.

### **8.5 Den pátý**

Druhá polovina tábora se nese v pohodovém duchu. Účastníci si rozumí, k práci se nestaví odmítavě, ježdění je baví a hry taktéž. Vzhledem k tomu, že se skupina nějakým způsobem vybouřila, je možné zařadit hry na důvěru.

Základní aktivitou na zjištění důvěry byly Mašinky. Nikdo z účastníků neměl problém, všichni se do aktivity ponořili. Horší to bylo s Pády důvěry. Z bezpečnostních důvodů byly pády ve dvojicích změněny na Pendl, což se v dané situaci jevílo jako bezpečnější. Poslední aktivita tohoto bloku byla Ulička důvěry. Nikdo z účastníků neměl problém ji proběhnout, někteří běželi dokonce několikrát.

Odpolední společná hra Odchyt vzácných motýlů byla pravděpodobně zvolena nešťastně. I přes téměř klidné dopoledne s fyzicky nenáročnými aktivitami byla na účastnících vidět únava a vyčerpání. Pravděpodobně je péče o koně vyčerpala natolik, že ke konci týdne už na takovéto aktivity není síla. Pro další organizaci bude nutné zařadit fyzicky náročné aktivity do první poloviny tábora.

### **8.6 Den šestý**

Poslední den na trénování závěrečného jezdeckého vystoupení pro rodiče, proto byl téměř celý den věnován vymýšlení choreografie, kostýmů, hudby a rozdělování koní. Ve volných chvílích si děti zahrály pár oddechových her, kde měly poslední možnost získat body do celotáborové hry.

Tyto hry měly až neočekávaný úspěch. Potvrdilo se, že čím více špinavé děti jsou, tím jsou spokojenější. Hry, jejichž vymýšlení trvalo nejkratší dobu a byly vlastně jen doplňkové, sklidily největší úspěch. Mýdláka a Nudle si museli zopakovat rovnou dvakrát.

### **8.7 Den sedmý**

Sedmý den je dnem posledním. Celý dopolední blok byl věnován zhodnocení celého tábora jak ze strany pořadatelů, tak ze strany účastníků. Vyhodnotily se jednotlivé hry, celotáborová hra a rozdaly se ceny. Jako památku na tento týden si všichni (včetně vedoucích) zahráli aktivitu Co ti chci říci, kde si vyměnili jak kontakty, tak vzkazy. Odpoledne přijeli rodiče a děti předvedly naučené vystoupení v sedlech svých čtyřnohých kamarádů.

## 9. Evaluace procesu kvantitativním šetřením

Při závěrečném hodnocení tábora vyplnili účastníci anketu. Ačkoliv byla anonymní, většina se podepsala. Sestávala z 10 otázek, zjišťujících spokojenost s programem, přístupem a celkovou organizací, dále pak informovanost a zkušenosti s jinými tábory.

Vzhledem k věku účastníků jsme to pojali spíše jako diskuzi, kde jsme jim vysvětlili, co se otázkami myslí a co si pod nimi představit.

Vyhodnocení ankety bude prostřednictvím grafů, kde bude uveden počet jednotlivých možných odpovědí s převodem do procentuelní podoby.

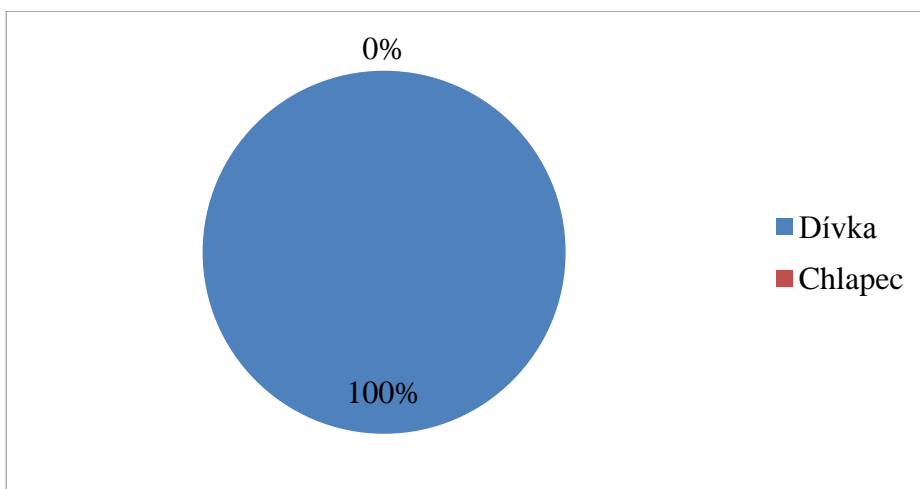
Předpokládaný počet rozdaných anket je 18 ks, z toho použitelných (návratnost) 18 ks (anketa je součástí závěrečného hodnocení, ihned se vybírá zpět, probíhá diskuze).

- **Cíle anketního šetření**

1. Zjistit, zda je to první zkušenost dítěte s táborem
2. Zjistit spokojenost s jednotlivými složkami programových bloků.
3. Zjistit nejoblíbenější část programu.

- **Výsledky ankety**

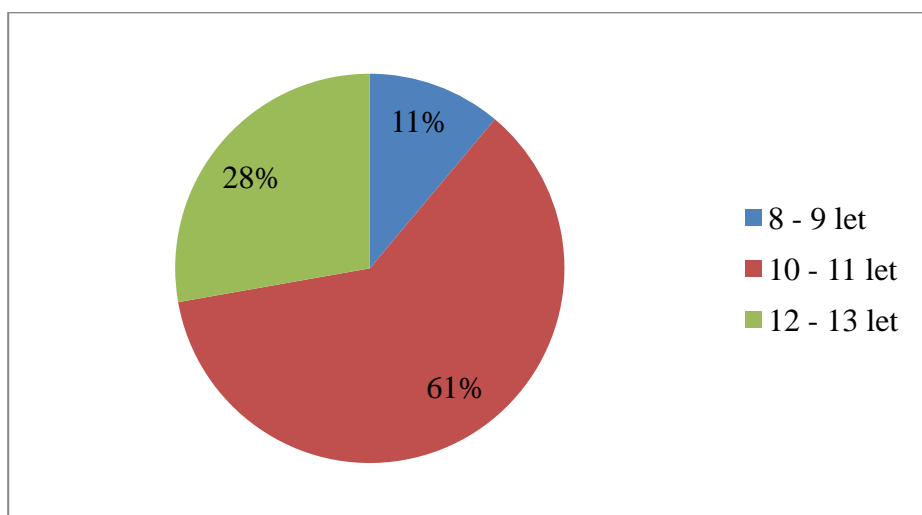
1. Jsem:



Obrázek 1 - Pohlaví

Vzhledem ke skutečnosti, že anketa byla sestavována v době, kdy jsme ještě neměli seznam dětí, nevěděli jsme, jaké zastoupení chlapců a dívek bude. Tento tábor pořádáme každoročně a toto byl již čtvrtý ročník, ale kolektiv pouze dívek se sešel poprvé.

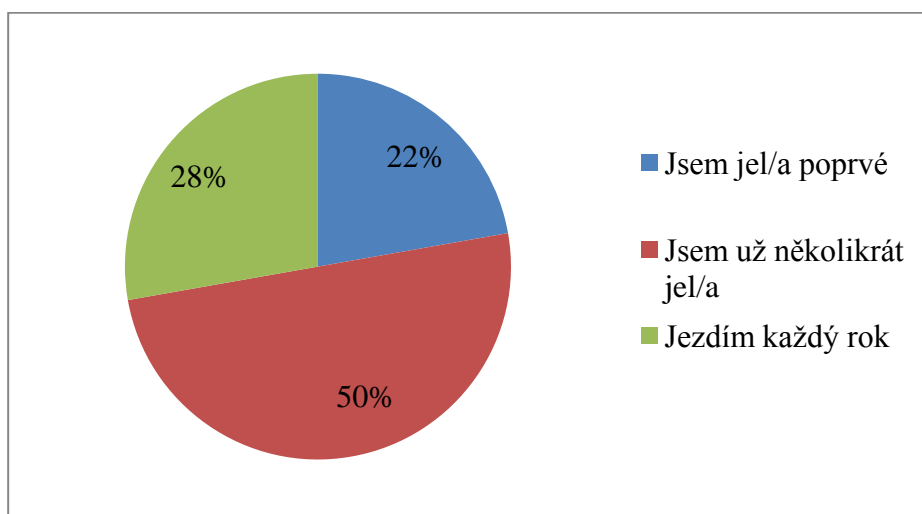
2. Je mi:



**Obrázek 2 - Věk účastníků**

Věkové zastoupení je různorodé, ovšem nejvíce účastníků bylo ve věku 10 – 11v let (mladší školní věk).

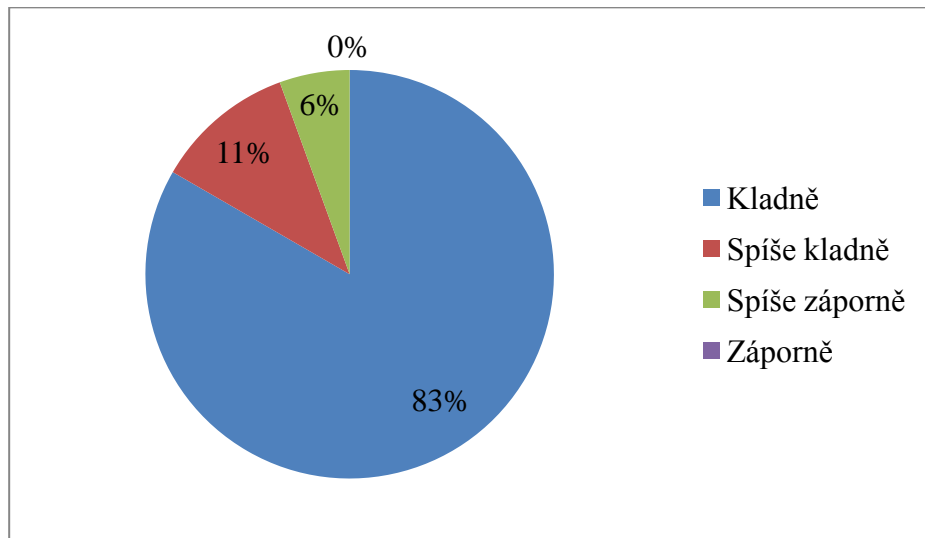
3. Na tábor:



**Obrázek 3 - Zkušenost s táborem**

Z odpovědí vyplývá, že většina (78%) má již alespoň jednu předchozí zkušenost s táborem, což jsme hlavně díky našemu rodinnému pojetí (málo dětí, více vedoucích, individuální přístup) nečekali a spíše jsme mysleli, že tato pobytová akce bude zkušeností první.

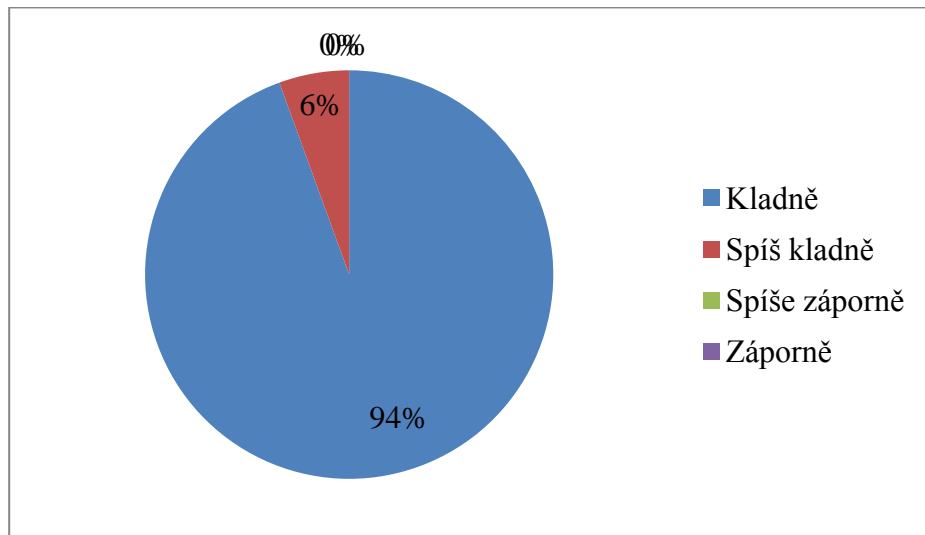
#### 4. Náplň tábora hodnotím:



**Obrázek 4 - Náplň tábora**

94% respondentů hodnotí celkovou náplň tábora kladně či spíše kladně, pouze 6% spíše záporně.

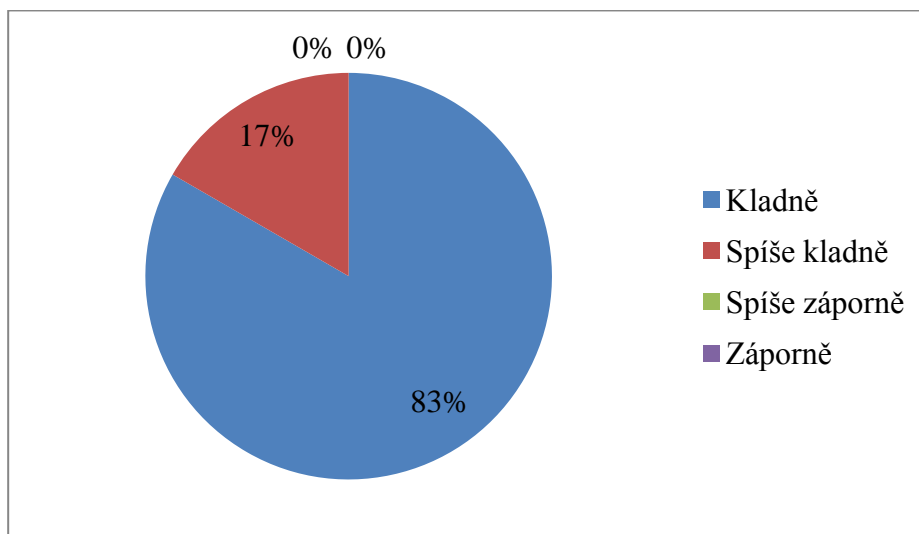
#### 5. Kvalitu tréninků jízdy na koni hodnotím:



**Obrázek 5 - Kvalita tréninků**

Celých 100% zúčastněných hodnotí kvalitu tréninků kladně či spíše kladně. Pravděpodobně je to dáno rozdělením do skupin, které zaručilo klidnější a individuálnější trénink.

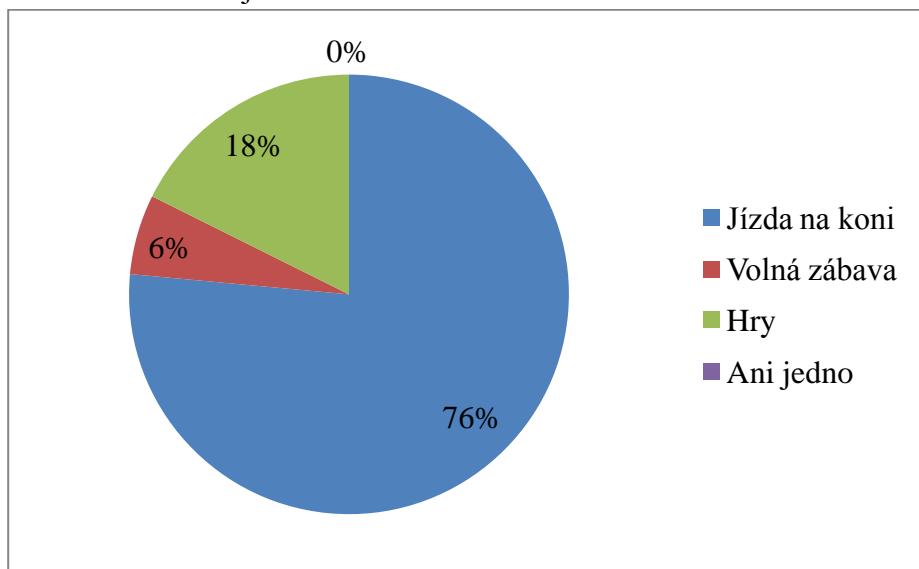
6. Práci vedoucích hodnotím:



Obrázek 6 - Práce vedoucích

Práci vedoucích hodnotí celých 100% kladně či spíše kladně, což nás velice potěšilo.

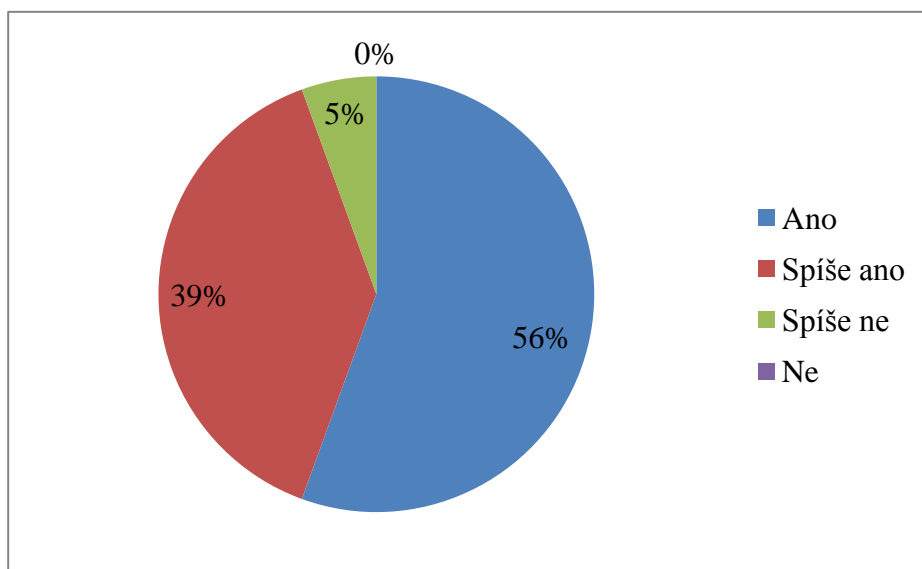
7. Na táboře se mi nejvíce líbilo:



Obrázek 7 - Nejoblíbenější část programu

Jak jsme předpokládali, nejoblíbenější složkou tábora jsou jezdecké lekce a to u 76% respondentů.

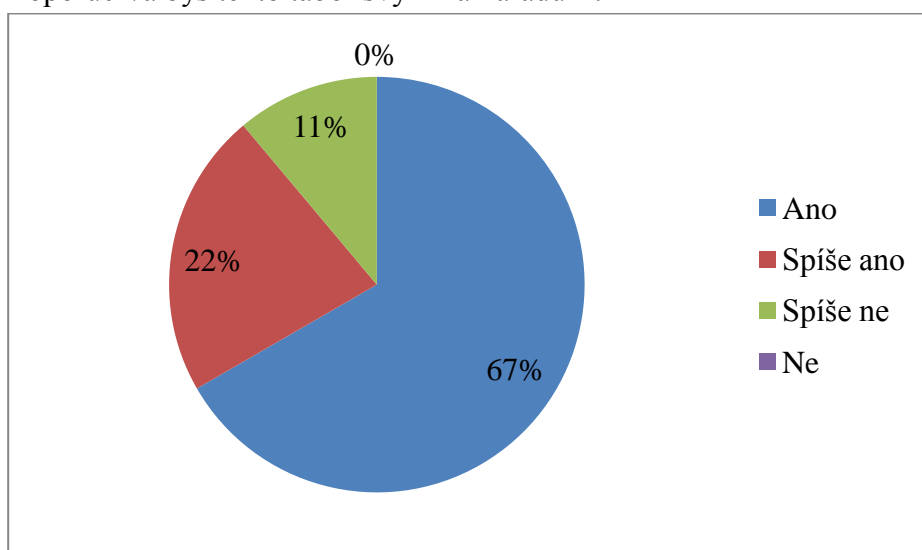
8. Jel/a bys příští rok znovu na tento tábor?



**Obrázek 8 - Zájem absolvovat tábor opakovaně**

95% respondentů odpovědělo kladně na otázku, zda by příští rok jeli znovu.

9. Doporučil/a bys tento tábor svým kamarádům?

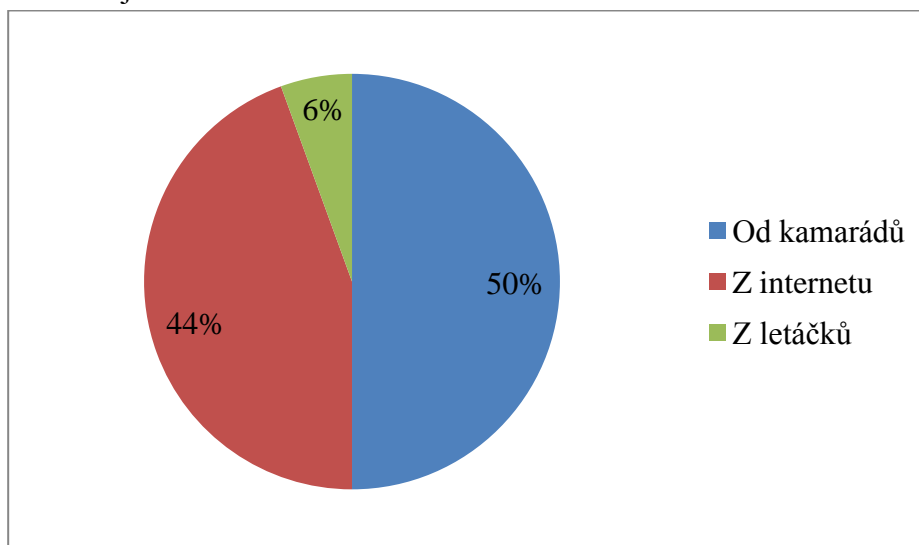


**Obrázek 9 - Doporučení**

Téměř 90% dotázaných odpovědělo ano či spíše ano na otázku, zda by tento tábor doporučili svým kamarádům.



#### 10. O táboře jsem se dozvěděl/a:



**Obrázek 10 - Informovanost**

Z anket vyplývá, že nejvíce procent (50%) dětí se o našem táboře dozvědělo od svých kamarádů, 44% z nich z internetu a pouze 6% z letáčků distribuovaných do okolních škol.

Prvním cílem ankety bylo zjistit, zda je to první zkušenost s táborem. Z výsledků vyplývá, že 78% respondentů má alespoň jednu předchozí zkušenost s táborem, pouze 22% uvedlo, že je toto jejich první pobytová akce.

Druhým cílem bylo zjistit spokojenost s jednotlivými složkami tábora. Z jednotlivých odpovědí jsme vyčetli, že absolutní spokojenost se všemi složkami programu byla u více než 80% dětí. S celkovou náplní tábora bylo úplně spokojeno 83% dotázaných a 11 % bylo spíše spokojeno. Pouhých 6% uvedlo, že bylo spíše nespokojeno. S kvalitou tréninků bylo absolutně spokojeno 94% dětí a 6% uvedlo, že bylo spíše spokojeno. Takto vysoké číslo je pravděpodobně způsobeno menším množstvím jezdců na jízdárně a individuálním tréninkem, kde děti udělaly veliké pokroky během pouhého týdne. S prací vedoucích je plně spokojeno 83% dotázaných, 17% je spíše spokojeno.

Třetím cílem bylo zjistit nejoblíbenější složku programu. Nejoblíbenější složkou tábora většinou bývají jezdecké lekce, ani zde nenastala výjimka a 76 % respondentů hodnotí jako nejlepší složku tábora výcvik jezdeckví. 18% dotázaných ocenilo hry a 6% volnou zábavu.

Z pozice vedoucí hodnotím celý týden kladně. Pár nedostatků v organizaci se z naší strany objevilo, ale téměř vždy se daly opravit v průběhu a chod programu nijak nenarušily. Až na pár nucených úprav (např. kvůli tropickému počasí) jsme původní plán naplnili a téměř všechny hry jsme stihli realizovat. Děti si týden užily, naučily se, jaké je starat se nejen o sebe, ale i o zvířata a že práce na statku není úplně tak jednoduchá a ježdění je odměna za odvedenou práci, ne samozřejmost.

## Závěr

Hlavním cílem práce bylo sestavit, zrealizovat a zhodnotit výchovně vzdělávací program pro členy dětského jezdeckého tábora se zaměřením na posílení spolupráce a rozvoj osobnosti. Programové aktivity byly voleny tak, aby vyhovovaly vývojové úrovni skupiny účastníků tábora a aby byl následně cíl naplněn. Na základě pozorování jsme zjistili, že dívky od prvního dne udělaly pokrok v práci ve skupině, v malých skupinkách a celkové spolupráci mezi sebou i mimo připravené hry a aktivity. Zlepšila se vzájemná komunikace a celkově se uklidnily prvotně rozbouřené vztahy.

Cílem tábora bylo posílit kladný vztah dětí k přírodě a zvířatům, podpořit pozitivní přístup k práci a popřípadě probudit v dětech zájem o ochranu přírody. Vztah ke zvířatům si vytvořily všechny dívky, od prvního dne bylo vidět nadšení pro práci s nimi i pro práci s tím související. Zda byl podpořen zájem o ochranu přírody nejsme schopni v takto krátkém časovém horizontu zhodnotit.

Během celého týdne jsme pozorovali postupné budování postavení ve skupině jednotlivých členů, dívky se snažily o seberealizaci a prosazení. Postupně získaly sebedůvěru, začaly si věřit navzájem, našly si své místo ve skupině a celkově se skupina vybouřila a ustálila.

S celkovým vyzněním tábora jsme spokojeni, všechny důležité body programu byly splněny a i přes menší nutné úpravy vše proběhlo podle předem naplánovaného harmonogramu a nebylo nutné do něj nijak zásadně zasahovat. Z drobných chyb a mezer v programu si vezmeme ponaučení pro přípravu programu na příští rok.

Výsledky ankety vypovídají o kladném postoji dětí k táboru jako celku a hlavně se potvrdily i prvotní domněnky, že jízda na koni je pro děti příjemná forma rekreace a možná i kvůli tomu si vybírají náš tábor jako formu trávení volného času o letních prázdninách.

Tato bakalářská práce by měla nabídnout ucelený přehled toho, co je důležité pro tvorbu výchovně-vzdělávacího programu na dětské jezdecké tábory. Měla být taktéž přínosná pro začínající organizátory táborů, kteří se potřebují v této problematice nejprve zorientovat. Nabízí stručné a jasné informace o tom, co je nutné pro přípravu tábora udělat a jaké jsou podmínky příprav.

## Seznam použitých zdrojů

- Česká republika. Vyhláška o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2004, ročník 2004, č. 137, částka 45. Dostupné z: <http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-137>.
- Česká republika. Zákon o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2000, ročník 2000, č. 258, částka 74. Dostupné z: <http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-258>.
- Česká republika. Vyhláška Ministerstva zdravotnictví o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2001, ročník 2001, č. 106, částka 42. Dostupné z: <http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2001-106>.
- ČINČERA, J. *Práce s hrou pro profesionály*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing a. s., 2007. 116 s. ISBN 978-80-247-1974-0.
- DOBEŠ, J. *Jízda na koni*. 2. vyd. Praha: Cesty, 1997. 200 s. ISBN 80-7181-169-6
- HÁJEK, B. a kol. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy ve výchově*. 1. vyd. Praha: Portál, 2011. 240 s. ISBN 978-80-262-0030-7.
- HANUŠ, R – CHYTILOVÁ, L. *Zážitkově pedagogické učení*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing a. s., 2009. 192 s. ISBN 978-80-247-2816-2.
- HARMACH, J. a kol. *Tábory a jiné zotavovací akce: průvodce jejich přípravou*. Praha: IDM MŠMT, 2004. 136 s. ISBN 80-86033-93-7.
- HELUS, Z. *Sociální psychologie pro pedagogy*. 1 vyd. Praha: Grada, 2006. 280 s. ISBN 978-80-247-1168-3.
- HERMSEN, J. *Encyklopedie koní*. 3. vyd. Praha: Rebo production, 2002. 312 s. ISBN 80-7234-184-7.
- HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. 173 s. ISBN 80-7178-927-5.

Hra 1514. *Hranostaj: sbírka nejen skautských her* [online]. ©2011 [cit. 2015-5-20].  
Dostupné z: <https://www.hranostaj.cz/hra1514>.

CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007. 265 s.  
ISBN: 978-80-247-1369-4.

JIRÁSEK, I. *Zlatý fond her 1. Hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 2. vyd. Praha: Portál, 2008. 160 s. ISBN 978-80-7367-506-6.

KRUMPOLCOVÁ, K. *Hiporehabilitace: léčba pomocí koně*. Praha. 26 s. Závěrečná práce na Pražské vysoké škole psychosociálních studií na psychologické fakultě.

MEEKS, C. B., MAULDIN, T. *Children's time in structured and unstructured leisure activities*. Kluwer Academic Publishers-Human, 1990. 281 s.

NEJEDLÝ, P. a kol. *Připravujeme tábor*. 1. vyd. Praha: Práce, 1992. 119 s.  
Prázdninové tábory; 1. Příručky Práce. ISBN 80-208-0085-9.

NEUMAN, J. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. 3. vyd. Praha: Portál, 2000. 325 s.  
ISBN 80-7178-405-2.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*. 2. vyd. Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. 174 s. ISBN 978-80-244-2141-4.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie 1: Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. 473 s. ISBN 80-246-0956-8.

## **Seznam příloh**

Příloha 1 – podrobný denní režim

Příloha 2 – jídelníček

Příloha 3 – anketa spokojenosti s táborem



Příloha 2 – jídelníček

	Snídaně	Svačina	Oběd	Svačina	Večeře
Neděle	x	x	Pečené kuře, brambor	Sýr, chléb, jablko	Boloňské špagety, sýr
Pondělí	Cereálie, mléko	Tavený sýr, houska, rajče	Vepřový guláš, houskový knedlík	Šunka, rohlík okurka	Zapečené těstoviny
Úterý	Bábovka, čaj	Paštika, houska paprika	Rajská omáčka, těstoviny	jogurt, rohlík jahody	Vaječný řízek
Středa	Perník, kakao	Tvaroh, toust chléb pažitka	Francouzské brambory	Loupák, jablko	topinky, masová směs
Čtvrtek	Rohlík, džem	Puding, piškoty hruška	Kuřecí řízek, bramborová kaše	ovocný salát	Bramborový guláš
Pátek	Chléb, med, čaj	Musli tyčinka, meloun	Rizoto, červená řepa	Horalka pomeranč	Tousty (šunka, sýr), zelenina
Sobota	Vánočka kakao	Salám, sýr Rohlík	Buchtíčky s krémem	x	x



## ANKETA SPOKOJENOSTI

Milí táborníci,

velice si vážíme, že jste si pro svůj tábor vybrali právě statek Na tvrzi v Horním Bousově. Naší snahou je prožít společně krásný týden v srdci Českého ráje a proto bychom vás rádi požádali o vyplnění krátké ankety, která pro nás bude sloužit jako zpětná vazba přímo od vás, táborníků.

děkujeme, váš tým vedoucích

1. Jsem:  
 Dívka                       Chlapec
2. Je mi:  
 8 – 9 let                       10 – 11 let                       12 – 13 let
3. Na tábor:  
 Jsem jel/a poprvé       Jsem již několikrát jel/a       Jezdím každý rok
4. Náplň tábora hodnotím:  
 Kladně                       Spíše kladně                       Spíše záporně                       Záporně
5. Kvalitu tréninků jízdy na koni hodnotím:  
 Kladně                       Spíše kladně                       Spíše záporně                       Záporně
6. Práci vedoucích hodnotím:  
 Kladně                       Spíše kladně                       Spíše záporně                       Záporně
7. Na táboře se mi nejvíce líbilo:  
 Ježdění                       Volná zábava                       Hry                       Ani jedno
8. Jel/a bys příští rok znovu na tento tábor?  
 Ano                       Spíše ano                       Spíše ne                       Ne
9. Doporučil/a bys tento tábor svým kamarádům?  
 Ano                       Spíše ano                       Spíše ne                       Ne
10. O táboře jsem se dozvěděl/a:  
 Od kamarádů                       Z internetu                       Z letáčku

Mnohokrát děkujeme za vyplnění ☺