

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Diplomová práce

Bc. Ondřej Petrák

Řízení volnočasových aktivit

Zážitková pedagogika v projektu Příprava občanů k obraně státu

Olomouc 2020

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Marcela Musilová, Ph.D.

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně a že jsem použil jen uvedených pramenů a literatury.

V Olomouci dne

.....

podpis

PODĚKOVÁNÍ

Rád bych touto cestou poděkoval vedoucí své diplomové práce doc. PaedDr. Marcele Musilové Ph.D., za podmětné připomínky, které mi při zpracování práce poskytla. Dále bych chtěl poděkovat kolegovi kpt. Bc. Petru Šabakovi, S.T.B., který mi poskytl cenné rady při zpracování této práce.

ANOTACE

Práce je zaměřena na armádní projekt Příprava obyvatelstva k obraně státu (POKOS). Cílem práce bylo vytvoření několika metodických modelů k projektu POKOS. Metodické modely mají sloužit jako vzor pro budoucí lektory, kteří budou přednášet na vybraných základních a středních školách, ale i pro pedagogy, kteří tematiku POKOS budou probírat v jednotlivých předmětech.

Klíčová slova: příprava obyvatel k obraně státu, mimořádná událost, zážitková pedagogika, zkušenostní učení, hra, metody vyučování, formy vyučování.

SUMMARY

The work is focused on the military project Preparing the population for the defense of the state (POKOS). The aim of this work was to create several methodical models for the POKOS project. The methodological models should be used as a models for future lecturers who will give lectures at selected elementary and secondary schools, but also for teachers who will discuss POKOS in individual subjects.

Key words: readiness of citizens for state defense, event of emergency or (extraordinary event), experiential education, experiential learning, game, teaching methods, forms of teaching.

Obsah

ÚVOD	7
1 Vstup do problematiky	8
2 Vymezení pojmů	11
3 Zážitková pedagogika.....	12
3.1 Cíle zážitkové pedagogiky	12
3.2 Principy zážitkové pedagogiky	14
3.3 Zkušenostní učení.....	15
4 Cílová skupina zážitkové pedagogiky	20
5 Metody, formy a prostředky zážitkové pedagogiky	21
5.1 Metody vyučování	21
5.2 Organizační formy výuky.....	23
5.3 Hra jako prostředek výuky	24
6 Příprava obyvatelstva k obraně státu.....	28
6.1 Definice mimořádné události	28
6.2 Integrovaný záchranný systém	29
6.3 Koordinace složek IZS	30
6.4 Varování obyvatelstva	32
6.5 Evakuace	34
6.6 Pedagogické pojetí obrany státu.....	36
6.7 Povinnosti občana při obraně státu.....	37
7 Metodologie.....	38
7.1 Hlavní cíl	38
7.2 Dílčí cíle	39
7.2.1 Dotazníkové šetření.....	39
7.2.3 Vyhodnocení výsledků šetření vybraných škol.....	40
8 Metodické modely k projektu POKOS	54

8.1 Devítiletý cyklus programů POKOS pro ZŠ.....	55
8.2 Modelový program POKOS pro SŠ 1. den	79
8.2 Modelový program POKOS pro SŠ 2. den	81
ZÁVĚR.....	85

ÚVOD

Diplomová práce se týká dotačního programu Příprava občanů k obraně státu (dále jen POKOS), který je zaměřený na různé aktivity dětí a mládeže.

Jeho hlavním cílem je zajistit informovanost o zásadách, povinnostech a odpovědnosti všech občanů týkajících se obrany České republiky. Tento program by měl napomáhat získávání znalostí a dovedností týkajících se branně-bezpečnostní problematiky, a to podporou v mimoškolních aktivitách spojených s brannou povinností nejen ze strany Armády České republiky a jiných složek, ale i ze strany pedagogů. Jelikož je dotační program POKOS provázán s rámcově vzdělávacím programem a školním vzdělávacím programem, podle kterého se řídí jednotlivé školy, napsalo Ministerstvo obrany pro učitele základních a středních škol publikaci s názvem PŘÍPRAVA OBČANŮ K OBRANĚ STÁTU, podle které jednotlivé školy mohou tuto tematiku probrat samostatně. Protože však může každý školský subjekt požádat AČR o její přímou účast ve škole, předávají vybraní vojáci na školách probíranou tematiku formou přednášek doplněných ukázkami materiálu a techniky, kterými vojenské útvary disponují. Můžeme tak konstatovat, že příspěvek AČR je v nabídce informačně ukázkového charakteru. Rád bych tomuto projektu nabídnul svou práci s programem, který bude obsahovat prvky zážitkové pedagogiky, která může být pomůckou budoucím lektorům. Hlavním cílem práce bude návrh několika metodických modelů pro výuku POKOS pro 1. až 9. ročník základních škol tak, aby si žáci lépe osvojili a prohloubili danou tematiku. Diplomovou práci jsem rozdělil na dvě části. Teoretická část se zabývá zážitkovou pedagogikou a přípravou obyvatelstva při vyhlášení mimořádné události. Empirická část zahrnuje šetření, které přinese informace od žáků z vybraných základních škol a studentů ze středních škol v oblasti POKOS a na základě zjištění vytvořím metodické modely výuky.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Vstup do problematiky

Diplomová práce se zabývá analýzou informovanosti žáků a studentů na základních a středních školách v oblasti připravenosti obyvatelstva na zvládnání mimořádných událostí. Pro lepší pochopení jsem zpracoval rešerše níže vybraných publikací, zabývajících se touto problematikou na školách, které vznikly před rokem 1989 a po roce 1990. V těchto rešerších jsem zjišťoval jaké cíle, formy, metody a prostředky používali autoři publikací při předávání informací o branné výchově před rokem 1989 a jaké cíle, formy, metody se používají dnes.

PAVLÍK, Luboš. *Branná výchova pro studující učitelství základních a středních škol*. Praha: SPN, 1981.

Tato publikace je určena pro studenty studující učitelství základních a středních škol a jsou v ní uvedené vybrané kapitoly z nauky o obraně socialistického státu. Je rozdělena do čtyř větších kapitol. První kapitola popisuje celkový pohled z politického hlediska, kde autor začíná od Marxisticko-Leninského učení, přes vztah míru a válek v současné epoše až po brannou politiku a branný systém bývalé ČSSR. V druhé kapitole je uveden vývoj branné výchovy z pohledu historie České země. U této kapitoly jsou počátky branné výchovy spojeny s husitským hnutím a tradicemi, na které navázalo národní obrození a sokolské hnutí. Třetí kapitola s názvem Branná výchova na školách v ČSSR už konkrétně popisuje brannou výchovu v mateřských, základních, středních a vysokých školách. Jsou v ní uvedeny cíle, obsah, metody a formy branné výchovy na jednotlivých stupních školského systému, které jsou rozděleny podle věku dětí a mládeže. Čtvrtá kapitola je zaměřena na informace o branné výchově v zahraničí, a to převážně v tzv. východním bloku.

PECHÁNEK, Vladimír. *Pedagogická praxe v branné výchově*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1986.

Tato publikace byla určena především studentům pedagogických fakult a fakult tělesné výchovy a sportu, kteří měli oborové studium branná výchova. Hlavním cílem těchto skript bylo systematické uvádění studentů do výchovně vzdělávací problematiky předmětu branná výchova. V úvodu této publikace je popsána Československá výchovně vzdělávací

soustava. Další kapitoly se věnují cílům, úkolům a obsahům pedagogické praxe, kterou by měli studenti probírat v průběhu studia na výše uvedených fakultách. V publikaci je uvedena legislativa spojená s brannou výchovou, která byla spjatá s brannou výchovou, jež museli pedagogové dodržovat. Na konci skript můžeme nalézt všechny možné přílohy, které se týkaly pedagogické praxe v předmětu ochrana obyvatelstva. Tyto přílohy sloužily k inspiraci studentům pro vytvoření vlastních individuálních plánů, písemných příprav a hospitačních seznamů, a to jak pro dvouleté a tříleté učební obory na středních odborných učilištích, tak i pro gymnázia a střední odborné školy.

Branná výchova s metodikou: Učebnice pro střední pedagogické školy. 4., přeprac. vyd. Praha: SPN, 1988. Učebnice pro střední školy (Státní pedagogické nakladatelství).

Celá publikace je určena pro studenty středních pedagogických škol. Je rozdělena do třech hlavních kapitol a to Branně politická tematika, Branně odborná tematika a Branně metodická tematika. Tato publikace měla připravit budoucí pedagogy v oblasti branné výchovy. V první kapitole s názvem Branně politická tematika jsou uvedeny „hrozby“, které ohrožovaly tehdejší Československo a další členy států Varšavské smlouvy. V druhé kapitole s názvem Branně odborná tematika se studenti seznamují s tehdejší vojenskou technikou, jak poskytovat první pomoc, ale také se zbraněmi hromadného ničení. Najdeme zde i orientaci v terénu a v neposlední řadě základy střelby. Všechna tato témata jsou metodicky popsána a ilustrována. Poslední kapitola Branně metodická tematika je právě určena budoucím pedagogům, kteří se měli připravovat na své povolání v mateřských školách, a vychovatelům, jenž začaly pracovat ve výchovném školském systému, jako jsou školní družiny, kluby a školská zařízení. Jsou zde uvedené cíle, obsah, složky, metody, formy a prostředky branné výchovy v těchto školských institucích.

GERHÁT, Ivan. Příprava občanů k obraně státu: Příručka pro učitele základních a středních škol. 2. vydání. Praha: Ministerstvo obrany České republiky - Vojenský historický ústav Praha, 2018. ISBN 978-80-7278-728-9.

Publikace vznikla z potřeby chybějícího vzdělání v této oblasti. Je určena pro pedagogy, kteří již pracují na základních a středních školách, jako zdroj informací o zajišťování obrany státu, který dává teoretický rámec k lepšímu pochopení této problematiky z celkového pohledu České republiky a okolních států. Publikace je rozdělena do několika kapitol, jež seznamují učitele s bezpečnostními riziky, která naši

společnost ohrožují, a také do jakých mezinárodních organizací je Česká republika zapojená. Dále se příručka věnuje povinnostem občana při obraně státu a jejich možným řešením v těchto situacích, které mohou nastat. Cílem je dosáhnout takového stavu, aby každý občan v souladu s právním řádem České republiky cítil spoluodpovědnost za zajišťování obrany státu. Na závěr autor seznamuje učitele s právními předpisy a dokumenty, z kterých při tvorbě této příručky vycházel.

Všechny tyto publikace mi poskytly celkový obraz v problematice přípravě obyvatelstva k obraně státu. Ať už se jedná o cíle, metodiku či formy, které byly uvedené v jednotlivých publikacích. Z těchto poznatků bude vycházet celá tato práce, hlavně návrh programového rámce pro 2. stupeň základní školy a pro střední školy.

2 Vymezení pojmů

Před vytvořením samostatných metodických modelů pro výuku v systému výchovy obyvatelstva při vzniku mimořádných událostí je potřeba definovat základní pojmy, které se tohoto tématu dotýkají. Na toto téma vypracovalo Ministerstvo obrany ČR příručku pro učitele s názvem Příprava občanů k obraně státu (dále jen POKOS) viz. kapitola 1. Tyto pojmy se týkají Armády České republiky, přípravy občanů k obraně státu a také zážitkové pedagogiky.

- **Armáda České republiky** (dále jen AČR) je hlavní složkou ozbrojených sil České republiky, jejíž vrchním velitelem je prezident republiky. Hlavní úkol AČR vyplývá ze Zákona č. 219/1999., o ozbrojených silách České republiky podle §9 a §10. Je v něm popsána povinnost připravovat se k obraně České republiky a bránit ji proti vnějšímu napadení s využitím zásad kolektivní obrany dle článku 5, Washingtonské smlouvy, kde se smluvní strany NATO dohodly, že ozbrojený útok proti jedné nebo více z nich v Evropě nebo Severní Americe bude považován za útok proti všem. Pokud by k tomuto došlo, tak každá z členských zemí může uplatnit právo na individuální nebo kolektivní sebeobranu uznanou článkem 51 Charty OSN. AČR je zapojena do systému obranného, operačního a civilního nouzového plánování, ale také do společných cvičení a operací NATO a EU.
- **POKOS** – navazuje na brannou výchovu obyvatelstva, která se vyučovala před rokem 1989. Cílem tohoto dotačního programu je předání informací o zásadách a povinnostech jedinců při vzniku mimořádné události, týkající se branně - bezpečnostní problematiky. Je především zaměřen na aktivity dětí a mládeže a má u nich rozvinout fyzickou a psychickou odolnost v krizových situacích.
- **Zážitková pedagogika** – nás doprovází od počátku naší civilizace. Jedná se o zkušenostní učení, při kterém se jedinec pomocí prožívání učí novým dovednostem. V zážitkové pedagogice se využívá různých forem, metod a pomůcek, které napomáhají jedinci posouvat jeho komfortní zónu do zóny učení tak, aby si probranou látku lépe zapamatoval.
- **Metody a formy** – patří do vyučovacího procesu. Výukové metody jsou uspořádaný systém vyučovacích činností učitele a učebních aktivit žáků. Formy vyučování vytváří vztah mezi žákem, učitelem, obsahem a prostředkem vzdělávání. Metody a formy vedou k dosažení kognitivních, psychomotorických a afektivních cílů.

3 Zážitková pedagogika

Zážitková pedagogika je jednou z pedagogických disciplín, která se využívá nejen ve vzdělávacích institucích, ale hlavně ve sféře volnočasových aktivit. Termín zážitková pedagogika vychází z překladu anglických termínů jako je *outdooreducation*, *experimentaleducation* a *adventureeducation*, jež v sobě zahrnují tři klíčová slova jako je pedagogika, výchova a prožitek. Jedná se o pedagogický směr, který využívá prožitek jako prostředek k získávání poznání. Jirásek uvádí, že zážitkovou pedagogikou *...,budeme i nadále rozumět teoretické postižení a analýzu takových výchovných procesů, které pracují s navozováním, rozbořem a reflexí prožitkových událostí za účelem získání zkušeností přenositelných do dalšího života.*“ (Jirásek, 2004, s. 15).

3.1 Cíle zážitkové pedagogiky

Pokud bychom měli nadefinovat cíle zážitkové pedagogiky, tak by to s největší pravděpodobností bylo aktivní trávení volného času, které s sebou přináší pozitivní důsledky jak pro jedince samotného, tak i pro společnost, ve které žije. Dle Hájka a kol. *„má-li být ve výchově prožitkem ve skupině dosaženo výchovných cílů a jejich uplatnění v praktickém životě, sestavuje se program tak, aby obsahoval tyto důležité rysy:*

- *ujasnit si s účastníky cíle akce i způsoby, jakými bude cílů dosaženo;*
- *vybírat cíle a program s ohledem na složení skupiny s uvědomováním si rozdílů práce;*
- *nabídnout širokou paletu aktivit a prožitků, které vytvářejí možnosti pro získávání prožitků a zkušeností a obsahují určitý stupeň rizika a dobrodružství;*
- *propojit pohybové aktivity s činnostmi vyžadujícími rozhodování a přemýšlení;*
- *zajistit vyvážené šance na úspěch pro všechny zúčastněné;*
- *pokud jsou aktivity v přírodě, zařazovat do programu i ekologickou tematiku;*
- *zprostředkovat také činnosti, u nichž je možný transfer poznatků (zkušeností) do života;*
- *zajistit všestrannou bezpečnost účastníků – tělesnou, emoční, sociální;*
- *zajistit vedení kvalifikovaným vedoucím;*
- *pracovat se skupinou i po skončení akce a zážitky dále pedagogicky vytěžit“* (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2011, s. 175-176)

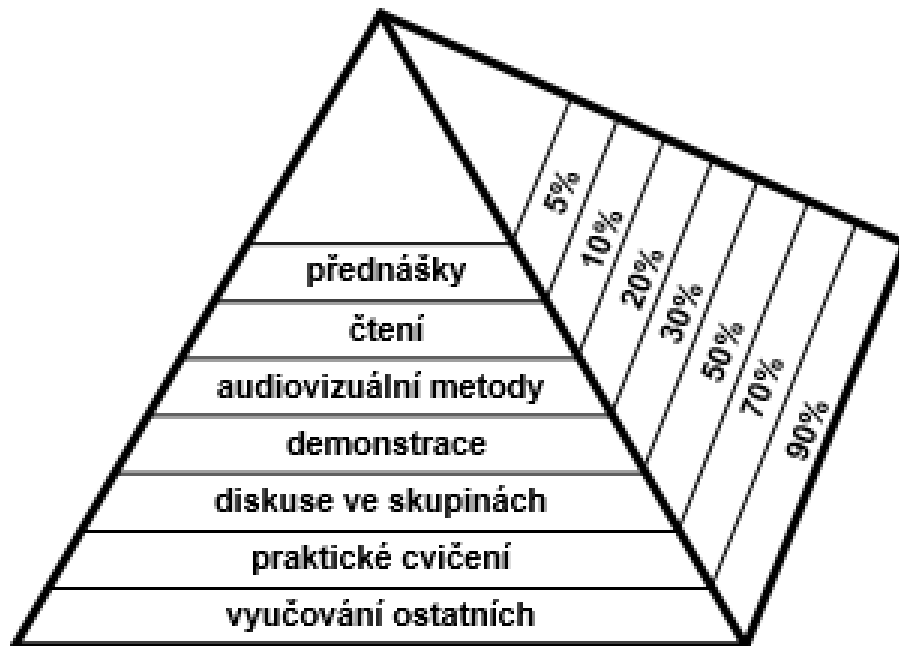
Konkrétní cíle, které má každá vzdělávací akce mít, je podle Pelánka možné vidět v několika rovinách:

- *„Cíle orientované na účastníky: vzdělávání v určité oblasti, trénink konkrétních dovedností, osobní rozvoj, zamyšlení se nad životem, sebezpoznávání, rozvoj sebedůvěry, rozvoj fyzické kondice, budování šetrného vztahu k přírodě.*
- *Cíle orientované na kolektiv a vztahy: vytváření, stmelování a posílení kolektivu a vztahů mezi účastníky.*
- *Cíle orientované na instruktory: trénink organizačních schopností, ujasnění si tématu, vychovávání budoucí instruktorské generace.*
- *Cíle orientované na okolí: ochrana přírody, pomoc památkám, pomoc lidem, charitativní činnost.*
- *Univerzální (avšak důležitý) cíl: zajímavé a pestré prožití volného času pro všechny zúčastněné“ (Pelánek, 2008, s. 64).*

Cílem zážitkové pedagogiky je pomocí prožitků kladně působit na jedince a formovat jeho osobnost, názory a postoje s jeho okolím. Po stanovení programového cíle je potřeba tento cíl rozpracovat do jednotlivých specifických cílů tak, aby tyto jednotlivé cíle na sebe navazovaly. Při tvorbě vzdělávacího programu vycházíme z cílové skupiny, pro kterou je program určen, a bereme také na vědomí okolnosti, které známe s možnostmi, co máme. Já vycházím z toho, že každý program, který je tvořen zážitkovou pedagogikou, má účastníky vytrhnout ze stereotypu všedního dne.

3.2 Principy zážitkové pedagogiky

Při použití zážitkové pedagogiky je charakteristické na účastníkovi to, že získává zkušenosti vykonáváním určité činnosti, kterou i prožívá. Při tomto prožívání si účastník uchovává informace, poučení a rozvíjí své dovednosti.



Obr.1 – Edgar Dále – pyramida učení (převzato z Kalhous; Obst, 2002).

Pyramida učení nám ukazuje, kolik informací si zapamatujeme pomocí různých strategií učení. Z pyramidy si můžete i leccos vyvodit. Například to, že čím více je jedinec do procesu učení vtažen, tím více informací a schopností může získat. V tomto didaktickém přístupu se využívají způsoby jak sebe sama učit. U těchto metod je velmi důležitá vlastní iniciativa, protože je založena na senzitivním prožívání a hlavně na vlastních zkušenostech.

3.3 Zkušenostní učení

Cílem zkušenostního učení je nejen osvojení a rozvíjení vědomostí a dovedností, ale hlavně přenesení poznání do každodenního života. Toto učení probíhá přirozeným způsobem a to za pomoci tzv. Kolbova cyklu. K učení dochází díky zkoumání a zpracování zkušeností, které prožitky z aktivit vyvolají. Kolbův cyklus je široce využíván zejména v metodikách kladoucích důraz na rozvíjení dovedností. Tento cyklus se používá hlavně pro organizaci teambuildingových programů, ale dá se úspěšně využít pro výuku jakéhokoliv předmětu.

Hanuš a Chytilová popsali všechny čtyři na sebe navazující fáze Kolbova cyklu takto:

- „*Konkrétní zkušenost – Žákům je představena situace, hra, problém, který řeší. Tato část začíná od vysvětlení pravidel aktivity přes dotazy žáků až k samotnému plnění úkolu.*
- *Ohlédnutí a reflexe – Po akci je třeba se ohlédnout zpátky za prožitým a okomentovat to. Tato fáze se zaměřuje na žákův popis vlastních emocí, jak se cítili při hře, zároveň popíší vlastními slovy průběh akce (především klíčových momentů). Poté se plynule přechází ke kritickému zhodnocení vlastní práce, žáci proto hledají své silné a slabé stránky při akci (co se dařilo a naopak nedařilo).*
- *Zobecnění – Celá akce vyústí v přemýšlení nad tím, co z toho prožili, je vhodné to využít příště či nikoliv, a zvláště kde lze podobný proces uplatnit.*
- *Aktivní zkoušení – Fáze, kde dochází k ověření formulovaných změn.“* (Hanuš, Chytilová, 2009, s. 43)



Obr. 2 – Kolbův cyklus učení (Zdroj: Česká cesta, online)

Zpětná vazba

Velmi důležitou součástí Kolbova cyklu je reflexe jinak řečeno zpětná vazba. Díky zpětné vazbě lektori i účastníci získávají důležité informace o kolektivu, aktivitách i jich samotných. Zpětná vazba zhodnocuje předešlé konání a napomáhá přeměně prožitku na zkušenost. Při reflexi ve skupině napomáhá jedincům vidět jejich jednání v širším kontextu tak, aby si z ní odnesli co nejvíce. Dobře provedená reflexe patří mezi nejobtížnější dovednosti celé akce. Hanuš a Chytilová uvádějí k zpětné vazbě toto: „...*můžeme tvrdit, že zpětná vazba pomáhá účastníkům nejméně v těchto pěti směrech: Zefektivňuje proces učení; Obohacuje prožitky a zkušenosti; Pomáhá formovat smysl prožívané zkušenosti; Vyhledává a poukazuje na souvislosti; Rozvíjí dovednost učit se ze zkušeností*“ (Hanuš a Chytilová 2009, s. 101). U reflexe můžeme používat různých forem vedení zpětnovazebního procesu, jako jsou nastíněny v práci Reitmayerové a Broumové (2007)

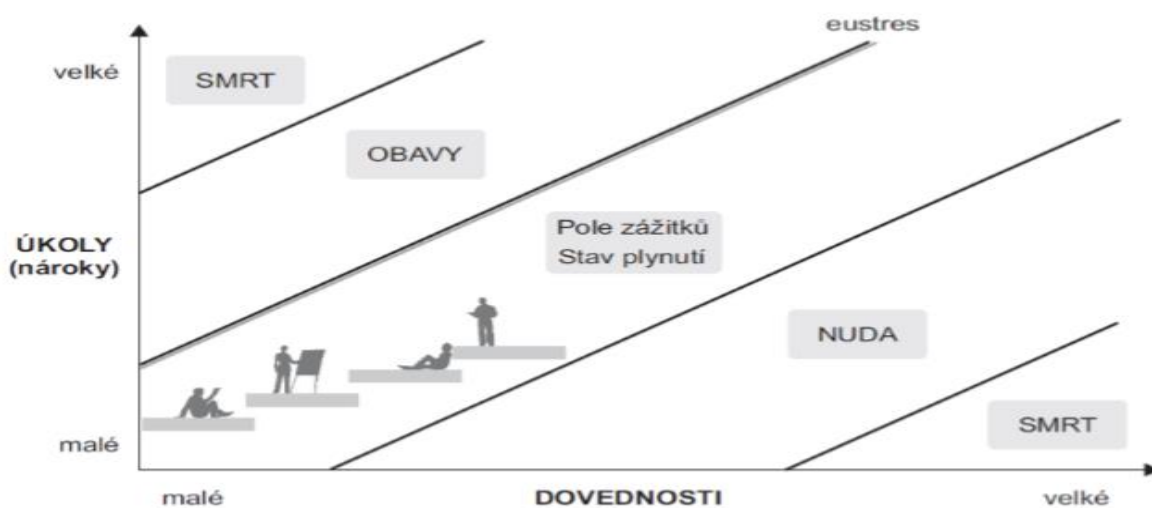
- Technika skupinové diskuse.
- Rychlé shrnutí zážitku. Lze efektivně použít, jeli třeba rychlé reflexe nebo jako úvodní metoda rozsáhlejší zpětnovazební činnosti.
- Technika s využitím pomůcek. Techniky využívající lano, karty, nákresy a jiný materiál zvyšující názornost i atraktivitu reflexe.
- Symbolizační techniky a zpětná vazba tvořením. Shodně využívají principu zástupných prvků, v prvním případě jsou symboly vázány pravidly, jde o připravené artefakty, u tvořivé metody se reflektuje bez konvencí, volným výtvořným projevem skupiny či jednotlivce.
- Dramatická zpětná vazba.
- Zpětná vazba pomocí techniky.

Mimo toto dělení stojí vyžádaná, průběžná a závěrečná zpětná vazba, která je spojená s technickými a organizačními aspekty akce.

Řízení zpětné vazby by mělo být uvážlivé s ohledem na skupinu, aktivitu a čas. Délka reflexe by měla být přiměřená aktivitě samé a neměla by ji časově přesáhnout. Ideálně by měla zpětná vazba proběhnout alespoň jako drobné ohlédnutí za aktivitou tak, aby došlo zařazení zážitku do vědomí.

Optimální prožívání – FLOW

S teoriemi zkušenostního učení je úzce spjat fenomén flow. Flow – plynutí čili proudění. Nejde však o model osobitého učebního cyklu. Flow je předpokladem efektivního průběhu učení ze zkušeností. Za pomoci flow můžeme usnadňovat a urychlovat učení. Termín flow je stav, kdy jsou všechny schopnosti člověka zaměstnány určitou konkrétní aktivitou. Hodně záleží na náročnosti daného úkolu a na schopnostech, kterými účastník disponuje. Nejlépe zvolené aktivity by měly být mírně náročné, než jsou schopnosti účastníka, tak, aby pro jedince byly výzvou, na kterou musí vynaložit své úsilí a použít své schopnosti.

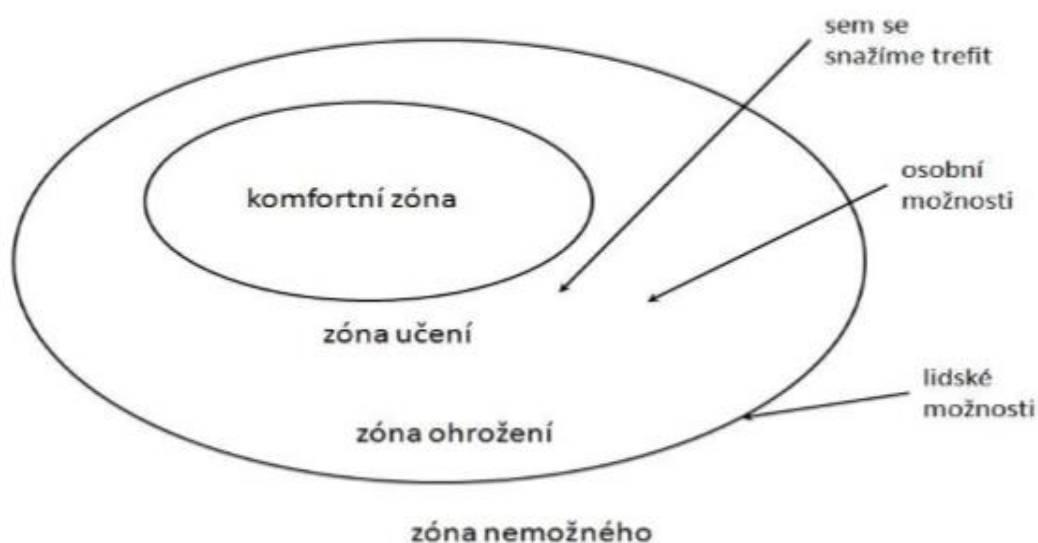


Obr. 3 – Stav plynutí (Zdroj: Csikszentmihalyi, 1996)

Z obrázku vyplývá, že stav plynutí je mezi polem nudy, který je charakterizováno stavem s kladnými nízkými nároky na jedince s vyššími dovednostmi v této oblasti, a polem obav, které je naopak charakterizováno vysokými nároky na člověka s nižšími dovednostmi. Dalo by se říct, že člověk prožívá konkrétní událost, kterou následně hodnotí a má tendenci ji na základě pozitivního hodnocení prožívat dál nebo opakovaně – aktivita je jeho cílem.

Komfortní zóna

Zóna komfortu, kterou popsal Pelánek: „Komfortní zóna je oblast, kde se cítíme dobře. Je tvořena situacemi, ve kterých se člověk cítí bezpečně, přičemž nejde jen o bezpečnost fyzickou, ale i psychickou. Za normálních okolností se člověk drží uvnitř své komfortní zóny, protože jinde se cítí nepříjemně“ (Pelánek 2009, s. 22). Komfortní zónu si můžeme představit jako oblast osahující soubor našich dosavadních životních situací, které důvěrně známe. Naše zkušenosti, znalosti a dovednosti nám napomáhají se v této zóně dobře cítit. Za komfortní zónou se nachází oblast, ve které se necítíme zcela dobře, protože si nejsme jisti, jak máme danou situaci či úkol řešit. Jedná se o druhou tzv. učební zónu, jež má největší učební a rozvojový potenciál. Tato zóna je naplněna činnostmi, které můžou být pro nás zcela nové a jsou spojeny s intenzivními prožitky ať už kladnými či zápornými. Touto zkušeností účastník může svoji komfortní zónu rozšířit nebo naopak smrštít. Záleží na tom, jak moc je účastník vzdálený od komfortní zóny. Jak také popisuje Pelánek: „...aby došlo ke kladnému efektu, musíme odhadnout správnou míru náročnosti, kterou na člověka naložíme. Pokud je náročnost nízká, člověk zůstává ve své komfortní zóně a neučí se nic nového. Optimálních výsledků dosahujeme při použití zdánlivého nebezpečí, kdy člověk vnímá situaci jako dobrodružství a přitom je v bezpečí.“ (Pelánek, 2008, s. 22). Za zónou učení se nachází zóna ohrožení, která je na hranici osobních možností jedince a která vede ke zmenšení komfortní zóny. Pro lepší pochopení jsou na obrázku č. 4 znázorněné zóny.



Obr. 4 – Komfortní zóna (Pelánek, 2008, s. 23)

Motivace učení

Motivace je souhrn vnitřních podnětů, s kterými vstupuje každý účastník do hry či zážitkové akce. Faktor motivovanosti účastníků z velké části rozhoduje o úspěchu či neúspěchu uváděných aktivit. Při plánování těchto akcí by měl každý projektant zjistit jak motivovat děti. K motivaci Průcha, Walterová a Mareš uvádějí to, že jde o souhrn vnitřních i vnějších faktorů, které:

- vzbuzují, aktivují, dodávají energii lidskému jednání a prožívání;
- zaměřují toto jednání a prožívání určitým směrem;
- řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků;
- ovlivňují též způsob reagování jedince na jeho jednání a prožívání, jeho vztahy k ostatním lidem a ke světu.(Průcha, Walterová, Mareš, 2008, s. 127).

Vnitřní faktory motivace jsou pro většinu lidí zejména možnost být v kontaktu s druhými lidmi, mít možnost svého rozhodnutí, motiv výkonu a mít možnost seberealizace. V tomto případě smysl práce je sám o sobě zdrojem uspokojení.

Vnějšími faktory motivace mohou být například potřeba jistoty a uplatnění ve společnosti, v které jedinec žije, ale také společenské postavení. V tomto případě je práce prostředkem uspokojování společenských potřeb.

Také Nakonečný motivaci popisuje jako „...*pocit nedostatku, který vede člověka k chování, které má odstranit rozpor mezi skutečností a žádoucím stavem, a dospět tak ke stavu vnitřní rovnováhy*“ (Nakonečný, 2005, s. 65). To znamená, že reakcí na daný podnět vytváří jedinec určité vzorce chování, které následně jedinec použije v budoucnu a v podobných situacích. Záleží také na tom, zda vnější podněty vyvolávají příjemné pocity, při kterých vznikají jiné vzorce chování (tzv. apetence), nežli opačné podněty, u kterých vzniká tzv. averze. Z těchto preferovaných vzorců lze odvodit obecný princip motivace, zda je zaměřená na vyhledávání odměn či vyhýbání se trestu. Každý lektor by měl vědět, že každý jedinec, ať už se jedná o dítě či dospělého, má potřebu uznání a povzbuzení od okolí. Každý úspěch motivuje jedince k další činnosti v dané oblasti, která je pro něj výzvou pracovat na sobě. Úloha lektora při vzdělávacích akcích je důležitá proto, že výběrem vhodných metod a prostředků vzdělávání může kladně ovlivnit jeho vývoj, také jeho rozumové, emoční, sociální a pohybové schopnosti.

4 Cílová skupina zážitkové pedagogiky

Samotná podkapitola bude zaměřena na cílové skupiny zážitkové pedagogiky. Tyto skupiny tvoří jak mladší školní věk, starší školní věk, tak i dospívání. Pro tyto skupiny je potřebné znát jejich specifika tak, aby vytvořený program byl co nejefektivněji využit. Proto vycházím z vývojové psychologie různých autorů.

V knize Vývojová psychologie od Langmeiera a Krejčířové se dočteme, že školní období je rozděleno na:

- **Mladší školní věk (6-11 let)**, kdy dítě poprvé nastupuje do školy. Dítě v tomto období se musí nově adaptovat na školní prostředí, kde získává návyky, znalosti a dovednosti v širším školním kolektivu. Ve škole se děti učí při plnění zadaných úkolů systematické práci, za kterou jsou hodnoceny. Také v tomto období by bylo vhodné upravit dítěti denní harmonogram tak, aby mělo dostatek volného času na odpočinek, který je významný pro fyzickou a duševní regeneraci. Velmi důležitá je spolupráce a komunikace rodičů a školy, která má sloužit jako prevence při eliminaci negativních vlivů na dítě ve školních zařízeních. Dítě se postupně osamotňuje a rádo spolupracuje se svými vrstevníky. Pro toto období je klíčové zařazovat různé sportovní aktivity, které u dětí rozvíjí koordinaci celého těla.
- **Starší školní věk (12-15 let)**, při kterém dochází k velkému duševnímu a fyzickému rozvoji. Zdokonaluje se proces učení, při kterém děti začínají používat logické a abstraktní myšlení. Také v tomto období prochází děti fyzickými a hormonálními změnami, projevují se růstem končetin, trupu a výšky. Tyto změny ovlivňují jejich chování vůči jejich okolí. V tomto období děti procházejí pubertou, která končí u děvčat mezi šestnáctým a sedmnáctým rokem, u chlapců mezi osmnáctým a devatenáctým rokem.
- **Období adolescence (15-20 let)**, na začátku tohoto období, kdy dítě ukončuje základní školní docházku, je typická pohlavní zralost. Dítě následně přechází na střední školu, kde si urovnává vlastní hodnoty, postoje a cíle. Učí se jak vhodně nakládat se svobodou a odpovědností, kterou bude potřebovat nástupem do pracovního prostředí. Konec tohoto období je obvykle spojen s ekonomickou nezávislostí a nástupem do práce.

5 Metody, formy a prostředky zážitkové pedagogiky

Pedagogové používají různých metod, forem a pomůcek při vzdělávání proto, aby vyučování bylo co nejkvalitnější. Učitele při výběru těchto metod, forem a pomůcek nepostupují nahodile, ale postupují podle daných kritérií, kde berou v potaz cíle a obsah výuky. Prostřednictvím výukových metod, které napomáhají podněcovat u žáků zájem o samotné učení, musí pedagog brát v úvahu kritéria, která podle Maňáka a Švece jsou:

- Zákonitosti výukového procesu, obecné i speciální (logické, psychologické, didaktické).
- Cíle a úkoly výuky, vztahující se k práci, interakci a jazyku.
- Obsah a metody daného oboru zprostředkovaného konkrétním vyučovacím předmětem.
- Úroveň fyzického a psychického rozvoje žáků, jejich připravenost zvládat požadavky učení.
- Zvláštnosti třídy, skupiny žáků, např. hoši – dívky, různá etnika, formální a neformální vztahy v kolektivu.
- Vnější podmínky výchovně – vzdělávací práce, např. společenské prostředí, hlučnost okolí, technická vybavenost školy atd. (Maňák, Švec, 2003, s. 50).

5.1 Metody vyučování

Výše uvedená kritéria jsou jen doporučená a měla by učiteli pouze pomoci vybrat správnou metodu pro vyučování. K tomuto výběru také napomáhá vztah učitele k žákům. Zvolené metody jsou převážně vázané na čas, přípravu a prostory, ve kterých má výuka probíhat. Jednotlivé metody, které rozděluje Žák:

- **Vyprávění učitele** – jedná se o slovní předávání informací pomocí příběhu, který se uskutečňuje směrem od učitele k žákům. Žáci se do této metody zapojují svými otázkami, aby si doplnili celý obraz příběhu, který jim učitel předává. Ve výuce učitel převážně vypráví příběhy známých osobností nebo vlastní zážitky k danému předmětu. Pro vyprávění pedagog používá prvků dramatizace, které dodávají do příběhu tzv. dynamičnost, jež má žákovi zprostředkovat věcnou informaci.

- **Vysvětlování (výklad) učitele** – jedná se o monologickou slovní metodu, kdy kantor zprostředkovává informace o určitém probíraném jevu za pomoci různých logických argumentů. Pedagog při používání této metody vychází z aktuálních vědomostí a dovedností žáků, kterým daný jev vysvětluje. Za pomoci názorných příkladů si žáci lépe osvojí dané informace o probírané látce. Vysvětlování je orientováno na poznávací procesy, které ve třídě probíhají převážně frontální výukou. Hlavní důraz je kladen na přesné vyjadřování, logické důkazy a zobecňování.
- **Práce s textem** – jedná se o metodu, která vede žáka ke zpracování informace z textu. Žák si touto metodou osvojuje, prohlubuje a upevňuje získané informace. Čtený text vede žáka k postupnému zdokonalování dovednosti a to využívat čtené informace k řešení různých úkolů, před něž je žák postaven. V této metodě se využívají různé pomůcky, jako jsou učebnice, příručky, encyklopedie, odborné publikace, ale i romány. Tyto pomůcky nemusejí být jenom v tištěné formě, ale patří sem i různá elektronická zařízení, ve kterých se text nachází.
- **Rozhovor** – je výuková metoda používající verbální komunikaci ve formě kladení a přijímání otázek a odpovědí. Rozhovoru se můžou účastni dvě až více osob a to na výchovně-vzdělávací téma, které má jasně stanovený cíl. Výukový rozhovor slouží k povzbuzení žáků ke spolupráci a k jejich pozornosti. Při této metodě se učí žák argumentovat a obhajovat své názory.
- **Názorně-demonstrační metody, jedná se o různé metody**
 1. **a) Předvádění** – metoda předávání informací žákovi prostřednictvím různých smyslových vjemů, které vedou k určitému prožitku. K této metodě se využívají reálné předměty, modely, zvukové a dotykové pomůcky, ale také psychomotorické dovednosti žáků.
 - b) Pozorování** – metoda využívající záměrné, zacílené a soustavné vnímání. Děti se při ní učí na různých pozorovaných jevech vyvozovat závěry o daném měření. Pro tyto metody se často používají tabule, ale i počítače.

1. **Práce s obrazem** – metoda, kdy pedagog využívá kresby na tabuli, učebnicovou ilustraci, obraz vytvořený počítačovou grafikou nebo mapu, která znázorňuje realitu určitého prostředí.
 2. **Instruktaž** – jedná se o metodu využívající různých podnětů, které napomáhají žákům vytvářet jejich pohybové, pracovní nebo sociální dovednosti. Do této kategorie patří například různé druhy instruktaže, ale také pohybové instrukce nebo ideomotorický trénink apod.
- **Dovednostně – praktické metody**, které utvářejí žákovské dovednosti. Tato metoda slouží k osvojování různých činností. Do těchto metod patří napodobování, manipulování, experimentování, ale také různé produkční metody.
 - **Aktivizující metody** – vycházejí ze žákovských aktivit a samostatnosti. Do těchto metod patří heuristické metody a řešení problémů, situačně - inscenační metody, ale také didaktické hry.
 - **Komplexní metody** – tyto metody jsou zaměřené na řešení praktických úkolů, které jsou spojené s realitou. Mezi tyto metody patří projektová výuka, dramatická výuka a e-learningová výuka. Tyto metody umožňují vytvářet mnoho variant výuky, při kterých se pracuje s různým počtem účastníků, a také mají různou časovou dotaci.

5.2 Organizační formy výuky

Organizační forma výuky je způsob uspořádání celého výukového procesu. Vymezení tohoto pojmu dle Vališové a Kasíkové je „...*organizační formy vyučování zahrnují jednotlivé, v praxi vyučovacího procesu uskutečňované a uskutečnitelné konkrétní způsoby: prostředí, ve kterém se vyučování uskutečňuje, časové formy organizace a organizace vzájemné součinnosti učitele a žáků.*“ (Vališová, Kasíková, 2011, str. 174). Organizační formy lze rozdělit z několika hledisek například Maňák a Švec je rozdělili takto:

- Výuka individuální.
- Výuka individualizovaná.
- Výuka skupinová.
- Výuka hromadná (kolektivní).

Organizační formy podle charakteru výukového prostředí:

- Výuka ve třídě nebo v posluchárně.
- Výuka v odborných učebnách a laboratořích.
- Výuka v dílně.
- Výuka na školním pozemku a v přírodě, terénu apod.
- Výuka v muzeu, v koutku tradic apod.
- Vycházka a exkurze.
- Domácí úkoly a úkoly pro samostatnou práci.

Organizační formy podle délky trvání:

- Vyučovací hodina (základní výuková jednotka).
- Zkrácená nebo prodloužená vyučovací jednotka.
- Vysokoškolská přednáška, seminář, cvičení, speciální kurz a podobně (Průcha, 2009, s. 197).

Celkově se dá říct, že použití organizačních forem a metod výuky závisí na probíraných předmětech, které mohou být různorodé, časově rozličné a orientované na reálné prostředí. Slouží ke vzdělávání žáků a studentů základních a středních škol, kteří jsou tímto způsobem připravováni na život ve společnosti.

5.3 Hra jako prostředek výuky

Prostředky zážitkové pedagogiky se liší od didaktických prostředků ve škole tím, že jsou spojovány s hraním her. Do těchto prostředků patří různé besedy, dramatické dílny a jiné aktivity směřující k rozvoji osobnosti. V této kapitole se budu věnovat hlavně hrám, které se dají využít nejen jako prostředek k příjemnému strávení volného času, ale hlavně jako prostředek, jenž účastníky rozvíjí v jejich schopnostech a dovednostech v určitých oblastech v našem případě přípravy občanů k obraně státu. Při práci s dětmi volíme takové hry, které odpovídají věku, počtu a mentalitě účastníků. Každá hra má svá pravidla a cíle, které se musí dodržovat. Hry můžeme považovat za základní stavební kámen zážitkové pedagogiky. Samotné hry jsou pro žáky a studenty ve výuce velmi atraktivní, protože prostřednictvím těchto her jsou vytrženi z klasické výuky. Hrou jako prostředkem zážitkové pedagogiky se zabývali autoři Franc, Zounková a Martin, kteří uvedli, že: *„Hra není cíl, nýbrž prostředek. Dobrá hra nejen zaujme účastníky a je zdrojem zábavy (a mnoha dalších emocí), ale usiluje také o výchovný efekt v nejširším slova smyslu.“* (Franc, Zounková, Martin, 2007, s. 67). Při

plánování každé vzdělávací aktivity je nejdůležitější bezpečnost všech účastníků, ale také lektorů. Nejedná se jen o bezpečnost fyzickou, ale také psychickou. Samotná hra přináší radost, protože účastníci mají pocit bezpečí, nebojí se experimentovat a jsou sami sebou. Mnoho her je zaměřeno na komunikaci, kreativitu a spolupráci, proto je hra oblíbený prostředek pro děti jakéhokoliv věku. Hra je spontánní a dobrovolná činnost, protože se uskutečňuje ze svobodného rozhodnutí jedince. Je důležitým činitelem vývoje dítěte, učí překonávat překážky, rozvíjí iniciativu a rozhodnost.

Druhy her v zážitkové pedagogice

Samotná hra je spontánní a dobrovolná činnost, protože se uskutečňuje ze svobodného rozhodnutí jedince. Členění her je pro jejich velké množství velmi nepřehledné a náročné, proto musí lektor k tomuto přistupovat z více hledisek. Lektor při výběru hry musí brát v potaz cíle programu, počet účastníků, čas, prostor a prostředí, kde se program bude odehrávat. Jedno z členění těchto her nabízejí Bartůšková a Opravilová takto:

1. **Funkční hry** – používají se k fyzickému rozvoji těla zejména k senzomotorické funkčnosti.
2. **Manipulační hry** – používají se u nich různé předměty. Při těchto hrách se rozvíjí hrubá a jemná motorika.
3. **Napodobivé hry** – tyto hry se používají k naučení určité dílčí činnosti, kterou by dítě mělo zvládnout.
4. **Úlohové hry** – vycházejí z napodobivých her, kde si dítě přebírá úlohy ze života dospělých.
5. **Konstruktivní hry** – dětem se při nich zvětšuje pozornost a vytrvalost, jedná se o hry zlepšující prostorové vnímání.
6. **Pohybové a hudebně-pohybové hry** – provádění složitějších pohybů, kdy se dítě učí umět sladit pohyb s rytmem nástroje.
7. **Receptivní hry** – dítě u těchto her přijímá určité podněty z vnějšku, které v něm vyvolávají různé představy.
8. **Didaktické hry** – jsou záměrně vytvářeny s cílem rozvíjet vědomosti, dovednosti a schopnosti dítěte.

Výše uvedené dělení bychom spíše využívali ve školní prostředí. Pro náš program by bylo vhodné použít didaktické hry, které napomáhají řešit běžné i složitější úkoly za pomoci motivace, kterou bychom zvýšili kognitivní potenciál žáků. U didaktických her musíme znát cíl, obsah a jasně vymežit pravidla. O didaktické hře J. Průcha a kol. uvedli toto: „*Didaktická hra je analogie spontánní činnosti dětí, která sleduje (pro žáky ne vždy zjevným způsobem) didaktické cíle. Může se odehrávat v učebně, v tělocvičně, na hřišti, v obci, v přírodě. Má svá pravidla, vyžaduje průběžné řízení, závěrečné vyhodnocení. Je určena jednotlivcům i skupinám žáků, přičemž role pedagogického vedoucího mívá široké rozpětí od hlavního organizátora až po pozorovatele. Její předností je stimulační náboj, neboť probouzí zájem, zvyšuje angažovanost žáků na prováděných činnostech, podněcuje jejich tvořivost, spontaneitu, spolupráci i soutěživost, nutí je využívat různých poznatků a dovedností, zapojovat životní zkušenosti. Některé didaktické hry se blíží modelovým situacím z reálného života*“ (PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J., 1998, s. 48).

Různí autoři rozdělují hry i jinak, například jako Neuman podle průběhu zážitkové akce a to jako:

- **Seznamovací hry** – se používají na začátku akcí, když se skupina ještě nezná a máme s touto skupinou pracovat dál.
- **Zahřívací a kontaktní hry** – se používají po seznamovacích hrách, kdy je potřeba zahřát organismus. Tyto hry prohlubují vzájemné vnímání a větší intenzitu vztahů ve skupině.
- **Hrátky a zábavné soutěžení** – tyto hry se používají k vyplnění různé etapy a fáze větších akcí. Jedná se o hry postřehové a obratnostní.
- **Hry na důvěru** – zvyšují připravenost skupiny i jednotlivců na rizika v různých situacích i neobvyklých způsobů chování ve skupině.
- **Iniciativní a týmové hry** – se používají k řešení týmových úkolů ve skupině. Kdy každý člen má při řešení těchto úkolů své místo.
- **Hry na rozvoj komunikace a spolupráce** – v tomto případě se jedná se o hry, využívající všechny smyly člověka, kromě verbální komunikace.
- **Hry a cvičení v přírodě** – podporují vnímání přírody, rozvíjí orientační a taktické dovednosti jedince.
- **Ekohry** – jedná se o jednoduché hry, které můžeme použít na kurzech a akcích v přírodním prostředí.

- **Závěrečné hry a rituály** – jedná se různé hry na zakončení kurzů nebo akcí.
- **Hry pro reflexi a závěrečné hodnocení** – jedná se o hry využívající čísla, barvy, končetiny, vyprávění, pantomimického nebo dramatického ztvárnění k závěrečné reflexi.

Paleta výběru aktivit je velice pestrá a záleží na odborném uvážení a zkušenosti lektora, jaké hry zvolí pro dosažení vytyčeného cíle. Každý z lektorů má v dnešní době neomezené možnosti výběru her. Za pomoci internetu a tištěných publikací zjistí nevhodnější hry na rozvoj jedince či skupiny.

6 Příprava obyvatelstva k obraně státu

Téma příprava obyvatelstva k obraně státu vychází s naší historie. Příprava obyvatelstva k obraně státu je spojován s termínem branná výchova, která se před rokem 1989 vyučovala již v mateřských, základních a středních školách viz. kapitola 1. Hlavní důvod výuky branné výchovy bylo připravit občany Československé socialistické republiky na válku. V současné době při vzniku válečného konfliktu bychom jakož to členy NATO využili článku 5, Washingtonské smlouvy viz. kapitola 2. Proto termín branná výchova se již nepoužívá. V dnešní době se toto téma příprava obyvatelstva k obraně státu vrací zpět a to z důvodu informovanosti dětí o tom co mají dělat v případě vzniku mimořádné události.

6.1 Definice mimořádné události

Pojem mimořádná událost definuje zákon o integrovaném záchranném systému jako „...*škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činností člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací.*“ (Zákon č. 239/2000 Sb.).

Za mimořádnou událostí můžeme tedy považovat narušení stability fungujícího systému, který je potřeba pomocí složek integrovaného záchranného systému zastavit, napravit nebo zpomalit. Jedná se o záchranné a likvidační práce, kterých se na vyžádání správního orgánu účastní další ozbrojené bezpečnostní a záchranné sbory. S mimořádnou událostí je spojován pojem krizová situace, která je definovaná podle zákona o krizovém řízení a o změně některých zákonů (krizový zákon) „*jako narušení kritické infrastruktury nebo jiné nebezpečí, při nichž je vyhlášen stav nebezpečí, nouzový stav nebo stav ohrožení státu*“ (Zákon č. 240/2000 Sb.).

Krizový stav	Vyhlašuje	Pro území	Nejdelší doba trvání
Stav nebezpečí	Hejtman kraje	Celý kraj nebo část kraje	30 dnů (déle se souhlasem vlády)
Nouzový stav	Vláda ČR	Celý stát nebo omezené území státu	30 dnů (déle se souhlasem poslanecké sněmovny)
Stav ohrožení státu	Parlament ČR na návrh Vlády ČR	Celý stát	Není omezeno
Válečný stav	Parlament ČR	Celý stát	Není omezeno

Tabulka 1 – Krizové stavy (<https://www.hzscr.cz>)

6.2 Integrovaný záchranný systém

Integrovaným záchranným systémem (dále jen IZS) se podle zákona rozumí koordinovaný postup jeho složek při přípravě na mimořádné události a při provádění záchranných a likvidačních prací (Zákon č 239/2000 Sb.).

Základní složky IZS:

- Hasičský záchranný sbor České republiky.
- Jednotky požární ochrany zařazené do plošného pokrytí kraje jednotkami požární ochrany.
- Poskytovatelé zdravotnické záchranné služby.
- Policie České republiky.

Ostatní složky IZS:

- Vyčleněné síly a prostředky ozbrojených sil.
- Ostatní ozbrojené bezpečnostní sbory.
- Ostatní záchranné sbory.
- Orgány ochrany veřejného zdraví.
- Havarijní, pohotovostní, odborné a jiné služby.
- Zařízení civilní ochrany.
- Neziskové organizace a sdružení občanů, která lze využít k záchranným a likvidačním pracím.

Výše uvedené složky IZS jsou aktivovány na základě podnětu vzniku mimořádné události, která narušuje stabilitu systému státu. Tyto složky jsou koordinovány z různých stupňů řízení státní správy. Které popíše dále v podkapitole 6.3.

6.3 Koordinace složek IZS

Aby IZS dobře a efektivně pracoval na místě mimořádných událostí je potřeba velmi dobrá koordinace všech zúčastněných složek. Tato koordinace je rozdělená do třech základních úrovní:

- 1. Taktická úroveň** – provádí se přímo v místě mimořádné události, nebo kde se předpokládá vznik této události. Za koordinaci záchranné a likvidační práce na místě zásahu odpovídá velitel zásahu.
- 2. Operační úroveň** – mají ji na starosti jednotlivá operační střediska složek IZS. Operační střediska Hasičského záchranného sboru ČR slouží navíc jako hlavní operační a informační středisko celého IZS a zajišťuje obsluhu linek tísňového volání a koordinaci mezi jednotlivými operačními středisky.
- 3. Strategická úroveň** – spadá do kompetencí starostů obcí s rozšířenou působností, hejtmanů krajů nebo Ministerstva vnitra, kteří koordinují záchranné a likvidační práce ze svých úrovní.

Každá z těchto úrovní má své kompetence k řízení sil a prostředků k záchranným a likvidačním pracím při vzniku mimořádné události, ale také odpovědnost za rozhodnutí, která vydá. Jednou z těchto kompetencí je rozhodnutí vyhlášení poplachu. V České republice jsou v rámci IZS vyhlášovány čtyři stupně poplachu, které jsou rozděleny podle velikosti zasaženého území a počtu ohrožených osob.

Dle vyhlášky Ministerstva vnitra č. 328/2001 Sb. (§21-24) o některých podrobnostech zabezpečení integrovaného záchranného systému se dělí stupně poplachu následovně:

První stupeň poplachu je vyhlášen v případě, že

a) mimořádná událost ohrožuje jednotlivé osoby, jednotlivý objekt nebo jeho část, s výjimkou objektu, kde jsou složité podmínky pro zásah, jednotlivé dopravní prostředky osobní nebo nákladní dopravy nebo plochy území do 500 m², nebo

b) záchranné a likvidační práce provádí základní složky, které není nutno při společném zásahu nepřetržitě koordinovat.

Druhý stupeň poplachu je vyhlášen v případě, že

a) mimořádná událost ohrožuje nejvýše 100 osob, více jak jeden objekt se složitými podmínkami pro zásah, jednotlivé prostředky hromadné dopravy osob, cenný chov zvířat nebo plochy území do 10 000 m²,

b) záchranné a likvidační práce provádí základní a ostatní složky z kraje, kde mimořádná událost probíhá, nebo

c) je nutné nepřetržitě koordinovat složky velitelem zásahu při společném zásahu.

Třetí stupeň poplachu je vyhlášen v případě, že

a) mimořádná událost ohrožuje více jak 100 a nejvýše 1000 osob, část obce nebo areálu podniku, soupravy železniční přepravy, několik chovů hospodářských zvířat, plochy území do 1 km², povodí řek, proud toku vody, jde o hromadnou havárii v silniční dopravě nebo o havárii v letecké dopravě, nebo

b) záchranné a likvidační práce provádí základní a ostatní složky nebo se využívají síly a prostředky z jiných krajů, nebo

c) je nutné složky při společném zásahu v místě zásahu koordinovat velitelem zásahu za pomoci štábu velitele zásahu a místo zásahu rozdělit na sektory a úseky.

Na základě rozhodnutí řídicího důstojníka hasičského záchranného sboru kraje oznamuje operační a informační středisko kraje vyhlášení třetího stupně poplachu poplachového plánu kraje hejtmanovi. Stejným způsobem nebo na základě žádosti velitele zásahu se oznamuje vyhlášení třetího stupně poplachu poplachového plánu kraje starostovi obce s rozšířenou působností.

Zvláštní stupeň poplachu je vyhlášen v případě, že

a) mimořádná událost ohrožuje více jak 1000 osob, celé obce nebo plochy území nad 1 km²,

b) záchranné a likvidační práce provádí základní a ostatní složky včetně využití sil a prostředků z jiných krajů, popřípadě je nutno použít pomoc podle § 22 zákona nebo zahraniční pomoci,

c) je nutné složky při společném zásahu v místě zásahu koordinovat velitelem zásahu za pomoci štábu velitele zásahu a místo zásahu rozdělit na sektory a úseky, nebo

d) společný zásah složek vyžaduje koordinaci na strategické úrovni podle § 2 písm. c).

Vyhlášení zvláštního stupně poplachu poplachového plánu kraje oznamuje operační a informační středisko kraje hejtmanovi. Stejným způsobem nebo na základě rozhodnutí velitele zásahu se vyhlášení zvláštního stupně poplachu poplachového plánu kraje oznamuje starostovi dotčené obce s rozšířenou působností.

Po vyhlášení zvláštního stupně poplachu poplachového plánu kraje operační a informační středisko kraje povolává a nasazuje síly a prostředky z kraje, koordinuje pomoc se sousedními kraji a informuje o vyhlášení zvláštního stupně poplachu poplachového plánu kraje generální ředitelství. Obdobným způsobem koordinuje pomoc operační a informační středisko generálního ředitelství.

6.4 Varování obyvatelstva

V každé obci či větším městě existuje trvalé riziko MU. Těmto rizikům společnost předchází včasným a správným varováním, ať už se jedná např. o únik radiace z jaderných elektráren v okolí Dukovan či Temelína nebo únik chemikálie z cisterny, která projíždí centrem města. Varování dle zákona o integrovaném systému a o změnách některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů uvádí, že zabezpečuje varování hasičský záchranný sbor kraje a podle ustanovení „...zajišťují varování osob před hrozícím nebezpečím obecné úřady.“ (Zákon č. 239/2000 Sb.).

Varovné signály

V České republice se využívají tři základní signály, které varují obyvatelstvo v dané oblasti. Jedná se o všeobecnou výstrahu, požární poplach a zkušební tón.

Všeobecná výstraha – jedná se o kolísavý tón, jehož trvání je 140 sekund v intervalu čtyři sekundy zapnutý a tři sekundy vypnutý. Tento signál je jediný a platný pro varování obyvatelstva, který je na závěr doplněn verbální informací upřesňující o jakou MU se jedná.

Požární poplach – tento signál je vyhlášen přerušovaným tónem sirény po dobu 1 minuty v intervalu 25 sekund trvalý tón, 10 sekund přestávka a 25 sekund trvalý tón. Požární poplach slouží pouze pro svolání jednotky sboru dobrovolných hasičů v obci.

Zkušební tón – jedná se o trvalý tón trvajícím 140 sekund, který slouží ke zkoušce jednotného systému varování a vyzoomění, který se provádí každou první středu v měsíci ve 12.00 hodin. Tento signál je proveden pomocí elektronických sirén, které jsou na konci doplněny verbální informací.

Činnost obyvatelstva po vyhlášení všeobecné výstrahy

Každý občan po zaznění všeobecné výstrahy by měl vědět, jak má reagovat. Proto vydala HZS ČR publikaci Ochrana obyvatelstva, kde jsou na straně 36 uvedena doporučení občanům, jak se při této všeobecné výstraze mají zachovat:

- Respektovat varovné a tísňové informace a ukázněně reagovat na pokyny záchranných složek.
- Respektovat a snažit se získávat informace z oficiálních zdrojů (rozhlas, televize, verbální informace z koncových prvků varování, obecní úřad, zaměstnavatel, apod.).
- Nerozšiřovat poplašné a neověřené zprávy.
- Zbytečně netelefonovat, zejména na čísla tísňového volání.
- Uvědomit si, že největší hodnotu má lidský život a zdraví a až potom majetek.
- Nepodceňovat vzniklou situaci, nepropadat panice.
- Pomáhat zejména dětem, starým, nemocným, smyslově a pohybově handicapovaným příbuzným a lidem v sousedství.

Pokud nejde zjevně o povodeň či zemětřesení, platí následující zásady chování po zaznění sirény:

- Okamžitě se ukryt v nejbližší budově, při cestě automobilem zaparkovat a pak se ukryt.
- Zavřít dveře a okna.
- Zapnout rádio nebo televizi či poslouchat, zda nejsou předávány informace jinou cestou (místní obecní či závodní rozhlas, sirény, mobilní prostředky záchranných složek).

Tato doporučení jsou informativního charakteru a mají poskytnout jednoduché postupy, jak se občané mají chovat v dané situaci tak, aby byly následky co nejmenší.

Improvizovaná ochrana

Při vzniku MU, kdy občané nebudou moci použít prostředky individuální ochrany, si budou muset pomoci sami. A to tím, že si budou muset vytvořit improvizované ochranné prostředky z dostupného materiálu. Může se jednat o různé oděvné součástky nebo výrobky z PVC jako je pláštěnka či igelitové pytle. Tyto dostupné prostředky by měly zakrývat celý povrch těla, měly by být dobře utěsněné tak, aby žádná část těla nebyla odkryta. Pro lepší ochranu je dobré kombinovat více ochranných prostředků. Improvizovaná ochrana se používá pro přesun občanů při vzniku MU k evakuaci na bezpečná místa nebo k překonání zamořeného prostoru. Tyto prostředky se po překonání zamořeného prostoru likvidují složkami IZS.

6.5 Evakuace

Evakuace je spojená s MU a krizovými situacemi, které vedou k zabránění nebo zmírnění negativních dopadů na život a zdraví občanů. Evakuace osob se používá tehdy, když ochranu obyvatelstva nelze zabezpečit jiným účinnějším způsobem. Dle Vyhlášky Ministerstva vnitra č. 380/2002 Sb., k přípravě a provádění úkolů ochrany obyvatelstva se tím zabývá část čtyři, kdy evakuaci popisuje jako souhrn organizačních a technických opatření zabezpečujících přemístění osob, zvířat a věcných prostředků v daném pořadí priority z míst ohrožených mimořádnou událostí do míst, ve kterých je zajištěno pro osoby náhradní ubytování a stravování (nouzové přežití), pro zvířata ustájení a pro věcné prostředky uskladnění.

Rozdělení evakuace

Evakuaci lze rozdělit z hlediska rozsahu a opatření na objektovou a plošnou. Na základě doby trvání se evakuace člení na krátkodobou a dlouhodobou, a v neposlední řadě podle způsobu řízení se evakuace dělí na samovolnou a řízenou. Při samostatném vyhlášení dlouhodobé evakuace je potřeba si připravit tzv. evakuační zavazadlo, které by mělo obsahovat trvalé potraviny, lahev s vodou, spodní prádlo - vše na tři dny. Dále ešus či jinou nádobu na přípravu jídla, příbor, kapesní nůž, šití, zápalky, svíčku, hygienické potřeby, mobilní telefon, svítilnu, osobní doklady, léky, hry, apod. Evakuaci obyvatelstva řídí složky IZS pracující podle krizových plánů, které obsahují souhrn opatření a postupů k jejich řešení.

Ukrytí obyvatelstva

Ukrytí obyvatelstva můžeme definovat jako opatření sloužící k ochraně proti účinkům a následkům velkých chemických radioaktivních havárií.

V době studené války mohli občané tehdejšího Československa při válečném nebezpečí použít **stálé úkryty**, které se nacházely převážně v podzemních částech staveb nebo byly samostatně stojící. Tyto úkryty se rozlišovaly podle toho, jakou ochranou disponovaly. Jednalo se o stále tlakově odolné úkryty, stálé tlakově neodolné úkryty nebo ochranné systémy podzemních staveb.

V dnešní době by se při vzniku MU nejspíše využívaly **improvizované úkryty** velkého rozsahu, ať už by se jednalo o chemické či radioaktivní havárie. Jedná se o uzavřené místnosti v budově s možností poslechu rozhlasu či televize. Při výběru těchto úkrytů je zapotřebí dodržovat zásady výběrů těchto míst, která jsou odlišná pro chemické a radioaktivní havárie. Při úniku nebezpečných chemických látek by se místnost měla nacházet nejlépe ve vyšších patrech a na odvrácené straně od místa nehody. Při úniku radioaktivních látek a ionizujícího záření by se místnost měla nacházet nejlépe ve středové, suterénní nebo sklepní části domu s minimálním počtem oken, dveří a jiných větracích otvorů.

Kroupa ve svém článku uvádí další nezbytná opatření ke snížení průniku nebezpečné látky do místnosti:

- vypnout, uhasit a utěsnit veškerou ventilaci v bytě - klimatizace, větrací systémy, topidla, digestoře, světlíky,

- utěsnit sebemenší otvory - klíčové dírky, otvory pro poštu apod.,
 - okna zavřít a dobře utěsnit různými druhy samolepících těsnících pásek, tmely,
 - záclony i závěsy namočit do vody nebo do roztoků pro improvizovanou ochranu.
- (Kroupa, 2014).

6.6 Pedagogické pojetí obrany státu

V dnešní době je obrana státu zařazena v RVP pro základní školy, který vyšla v platnost 1. září 2013, a to jako příprava občanů k obraně státu. Tento obsah přípravy občanů k obraně státu je začleněn do vzdělávacích oblastí "Člověk a jeho svět", "Člověk a společnost", "Člověk, stát a právo" a „Člověk a jeho zdraví.“ Gymnázia toto téma mají zařazeno v oblasti „Výchova ke zdraví“ a ostatní střední školy „Vzdělání pro zdraví“. Cílem přípravy obrany státu je podle usnesení vlády České republiky z 1. dubna č. 220, kdy byla schválena Koncepce přípravy občanů k obraně státu 2019–2024, kde se uvádí na straně 27, že „...u žáků je utvářen pozitivní hodnotový systém opřený o historickou zkušenost a ovlivňován jejich postoj k obraně státu a k ochraně fyzického i duševního zdraví, životů, životního prostředí a majetku při krizových situacích vojenského charakteru.“ Dále tato koncepce zmiňuje, že lektor při výuce v této oblasti na základních školách má brát ohled na věk, vědomosti, dovednosti, schopnosti, postoje a hodnoty pro osobní rozvoj žáků, které jsou dále rozvíjené v průběhu středního vzdělávání.

Na základních školách je POKOS zaměřena zejména na zdravotnickou přípravu, přípravu k civilní ochraně a přípravu k sebeobraně a vzájemné pomoci v krizových situacích vojenského i nevojenského charakteru. Ministerstvo obrany vydalo publikace Příprava občanů k obraně státu: Příručka pro učitele základních a středních škol, kde pedagogové můžou získat základní informace o současném bezpečnostním prostředí, o výhodách členství ČR v mezinárodních bezpečnostních a politicko-vojenských organizacích a o principech obrany státu. Také podává informace o členění ozbrojených a sil a jejich úkolech při zajišťování obrany státu a při řešení krizí nevojenského charakteru. Včetně povinností občanů ČR ve vztahu k obraně státu, které vyplývají z platných právních norem. Tato příprava je sestavena tak, aby v rámci jednotlivých oborů vzdělání rozvíjela občanské a právní vědomí žáků a studentů, posilovala jejich smysl pro osobní i občanskou odpovědnost, motivovala je k aktivní a kvalitní účasti na životě demokratické společnosti v souvislosti s plněním úkolů obrany státu. Základní školy, ale i střední školy připravují své žáky a studenty na jejich

budoucí život a to tím, že u nich rozvíjejí klíčové kompetence. Takže povinnost občana při obraně státu spadá do občanské kompetence.

6.7 Povinnosti občana při obraně státu

Rámcově vzdělávací program (dále jen RVP) se zabývá vzděláváním dětí a mládeže. Vymezuje závazné rámce pro jednotlivé etapy vzdělávání. V RVP nacházíme v různých okruzích a předmětech pojem povinnosti občana při obraně státu a vyhlášení MÚ. Jelikož v dnešní době chybí na pedagogických fakultách oborové studium tohoto předmětu, tak Ministerstvo obrany České republiky sekce obranné politiky a strategie vydalo pro učitele základních a středních škol příručku. Jsou v ní popsány základní informace o obraně státu a povinnosti, které mají občané České republiky ve vztahu k obraně vlasti. Touto problematikou se zabývá zákon č. 222/1999 Sb., o zajišťování obrany České republiky. Vyplývá z něho, že v míru je příprava k obraně státu pro většinu populace dobrovolná, povinně se provádí v rámci základního a středního vzdělání i v rámci jině státem uznané vzdělávací činnosti.

Příprava občanů je především zaměřená na zdravotnickou přípravu, přípravu k civilní obraně, zájmovou činnost, která je spojená s technickým a sportovním zaměřením, ale také na přípravu obyvatelstva k sebeobraně a vzájemné pomoci a další činnosti spojené s branností. Cílem tohoto vzdělávání je dosáhnout takového stavu, aby každý občan byl připraven a cítil spoluodpovědnost za obranu státu.

EMPIRICKÁ ČÁST

7 Metodologie

Metodologie je souhrn metod o určité vědě, ale i nauka o metodách, jež se využívá k vědeckému bádání. Pro tuto diplomovou práci jsem zvolil kvantitativní výzkum z důvodu získání informací od velkého vzorku respondentů ve věku 11 až 16 let. Praktická část diplomové práce je rozdělena do dvou částí. První část poskytuje vstupní informace o znalostech žáků a studentů na základních a středních školách a druhá část je tvořena metodickými modely pro základní a střední školy.

7.1 Hlavní cíl

Hlavním cílem této diplomové práce je vytvoření několika metodických modelů pro výuku POKOS ve školách, které budou moci využít příslušníci AČR potažmo lektoři, kteří budou přednášet na vybraných základních a středních školách. Pro vytvoření těchto metodických modelů bylo potřeba zjistit aktuální stav vědomostí žáků a studentů na vybraných školách, ale také metody, které školy používají při POKOS.

Na začátku tohoto projektu POKOS jsem se setkal s různými lidmi z řad rodičů, vojáků a pedagogů, od kterých jsem získal mnoho rozmanitých názorů na toto téma. Někteří z rodičů zastávají názor, že toto problematika je v dnešní době míru zcela zbytečná a zastaralá. Druhá část by POKOS zařadila do učebních osnov jako samostatný předmět. Při rozhovorech s pedagogy a samotnými řediteli z různých základních a středních škol jsem zjistil, že novodobým pedagogům chybí znalosti a zkušenosti v oblasti POKOS. Je to dáno tím, že tato problematika se na pedagogických fakultách nevyučuje. Proto ministerstvo obrany vytvořilo příručku pro učitele viz kapitola 1. Tato příručka dle některých pedagogů pouze seznamuje učitele s danou problematikou, ale nic víc. Neposkytuje žádné metodiky, jak toto téma uchopit. Proto ředitelé škol využívají přednášek a ukázek pro základní a střední školy, které nabízí ministerstvo obrany s příslušníky AČR. Tak, aby školy naplnily požadavky RVP.

7.2 Dílčí cíle

Dílčí cíle, které jsem si stanovil, mi pomohly dosáhnout hlavního cíle diplomové práce a to je vytvoření metodických programů v armádním projektu POKOS. Proto jsem si stanovil níže uvedené dílčí cíle:

- Vytvořit dotazník pro žáky základních a středních škol.
- Provést vyhodnocení těchto dotazníků.

7.2.1 Dotazníkové šetření

Pro tento výzkum jsem si zvolil metodu dotazníkového šetření. Dotazník označil P. Gavora (2000) jako „*způsob písemného kladení otázek a získávání písemných odpovědí*“ (Chráška, 2016, s. 158). Stav výuky na téma POKOS lze ve školách z pohledu učitelů a ředitelů škol sledovat ve výsledcích šetření České školní inspekce. O kvalitě výuky se lze přesvědčit i průzkumem mezi žáky a studenty. Proto jsem provedl průzkum tohoto tématu na vybraných základních a středních školách v Libereckém, Ústeckém a Královehradeckém kraji.

V praktické části diplomové práce vyhodnotím průzkum, který byl realizován v období od 17. února do 7. března 2020 mezi žáky a studenty 6. – 9. ročníků základních škol a 1. a 2. ročníků středních škol. Průzkumu se účastnilo 204 žáků a 70 studentů z více než 14 tříd bez rozlišení pohlaví. Otázky pro tento průzkum v mém vytvořeném dotazníku, byly vybrány z jednotlivých témat, která se týkají obrany státu. Na těchto školách jsem zvolil metodu dotazníku, který obsahoval 12 uzavřených otázek a 2 otázky polootevřené. U tohoto dotazníku byli tazateli jednotliví učitelé daných škol. Výsledky dotazníku byly zpracovány statistickými metodami.

Na začátku výzkumu jsem si stanovil tyto cíle:

- Zjistit jaké znalosti mají žáci, kteří prošli instruktáží vojáků AČR, i těch, kteří instruktáží neprošli v oblasti přípravy obyvatelstva k obraně státu.
- Zjistit zda žáci vědí jakou formou je vyučována ochrana člověka za mimořádných okolností na jejich školách.
- Zjistit jaké metody používají pedagogové při výuce, která je spojena s POKOS.

7.2.3 Vyhodnocení výsledků šetření vybraných škol

1. Jaké máme krizové stavy?

A	Stav nebezpečí, Nouzový stav, Stav ohrožení státu, Válečný stav.
B	Stav nebezpečí, Stav ohrožení státu.
C	Žádné nemáme.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 1	Celkový počet žáků 29	%	Celkový počet žáků 26	%	Celkový počet žáků 16	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	25	86	21	81	11	69	33	97
B	1	3	3	11	3	19	1	3
C	3	11	2	8	2	12	0	0

Tabulka 2 – Výsledky 1. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 1	Celkový počet žáků 55	%	Celkový počet žáků 71	%	Celkový počet žáků 33	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	34	62	42	59	21	64	37	93
B	13	24	15	21	8	24	2	5
C	8	14	14	20	4	12	1	2

Tabulka 3 – Výsledky 1. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

V otázce č. 1 měli žáci základních škol, kteří prošli školením vojáků z povolání, o třetinu lepší výsledky. Pohybovali se mezi (62% až 86%) nežli žáci, kteří tímto školením neprošli (59% až 62%). Výsledky na středních školách byly vyrovnané. Je to dáno tím, že studenti středních škol již mají větší všeobecný rozhled než děti na základních školách.

2. Jaká je zkratka Severoatlantické aliance?

A	EU
B	OSN
C	NATO

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 2	Celkový počet žáků 29	%	Celkový počet žáků 26	%	Celkový počet žáků 16	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	2	7	0	0	1	6	0	0
B	12	41	13	50	6	38	2	6
C	15	52	13	50	9	56	32	94

Tabulka 4 – Výsledky 2. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 2	Celkový počet žáků 55	%	Celkový počet žáků 71	%	Celkový počet žáků 33	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	5	10	2	3	0	0	0	0
B	25	45	14	20	14	42	6	15
C	25	45	55	77	19	58	34	85

Tabulka 5 – Výsledky 2. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

Otázka č. 2 byla pro žáky základních škol obtížná. Pletou se jim zkratky OSN a NATO. Úspěšnost všech základní škol je přibližně 50%, výjimka byla u 8. tříd, které neprošly školením VZP. Úspěšnost u těchto 8. tříd byla 77%. Bylo to dáno tím, že žáci z jedné z těchto 8. tříd probírali tuto látku týden před daným testem v předmětu občanská výchova.

Střední školy měly opět podobné výsledky s malým rozdílem u školy, která prošla školením AČR.

3. Jaké základní informace nahlásíte při mimořádné situaci na tísňovou linku (150, 158, 155, 112)?

A	Kdo volá, co se stalo, kde se to stalo.
B	Jméno svědků na místě neštěstí.
C	Jméno matky za svobodna.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 3	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	29	100	26	100	15	94	34	100
B	0	0	0	0	1	6	0	0
C	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabulka 6 – Výsledky 3. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 3	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků 33	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	54	98	71	100	32	97	40	100
B	1	2	0	0	1	3	0	0
C	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabulka 7 – Výsledky 4. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

U otázky č. 3 správně odpověděla většina žáků základních škol. Žáci ve všech třídách dosáhli skoro 100% úspěšnosti, kromě některých jedinců ze 7. třídy a z 9. třídy základních škol. Obě střední školy měly 100 % úspěšnost bez toho, zda prošly školením AČR nebo ne. Jedná se o všeobecné předání informace, které žáci správně vyhodnotili.

4. Při zranění osoby či v ohrožení života zavoláme na jakou linku?

A	160
B	138
C	155

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 4	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	0	0	0	0	0	0	0	0
B	0	0	0	0	0	0	0	0
C	29	100	26	100	16	100	34	100

Tabulka 8 – Výsledky 4. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 4	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	0	0	0	0	0	0	0	0
B	0	0	0	0	0	0	0	0
C	55	100	71	100	33	100	40	100

Tabulka 9 – Výsledky 4. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

Na otázku č. 4 znali žáci správnou odpověď. Ve všech třídách, ať už na základních či středních školách, byla 100% úspěšnost. Je to dáno tím, že se základními telefonními čísly tísňového volání (155,158, 150 nebo 112) se žáci seznamují na prvním stupni základních škol.

5. Co uděláte, když zazní varovný signál?

A	Jdu si lehnout.
B	Půjdu dělat domácí úkol.
C	Neprodlene se ukryjeme, zavřeme dveře a okna, zapneme rádio a televizi.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 5	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	0	0	0	0	0	0	0	0
B	0	0	0	0	0	0	0	0
C	29	100	26	100	16	100	34	100

Tabulka 10 – Výsledky 5. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 5	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	0	0	0	0	0	0	0	0
B	1	2	0	0	0	0	0	0
C	54	98	71	100	33	100	40	100

Tabulka 11 – Výsledky 5. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

Na otázku č. 5 všichni žáci a studenti odpověděli správně. Měli 100% úspěšnost. Kromě 7. třídy, kdy žák omylem zaškrtnl písmeno B. Do této otázky jsem vložil vtipné odpovědi tak, aby se žáci uvolnili a pobavili.

6. Co je evakuace?

A	Rychlé hašení elektrických spotřebičů v kuchyni.
B	Rychlé přemístění osob k večeři.
C	Přemístění osob, zvířat, předmětů kulturní hodnoty z míst ohrožených mimořádnou událostí.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 6	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	0	0	0	0	0	0	0	0
B	1	3	0	0	0	0	0	0
C	28	97	26	100	16	100	34	100

Tabulka 12 – Výsledky 6. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 6	Celkový počet žáků	%	Celkový počet žáků 71	%	Celkový počet žáků	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	0	0	1	2	0	0	0	0
B	1	2	0	0	0	0	0	0
C	54	98	70	98	33	100	40	100

Tabulka 13 – Výsledky 6. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

U otázky č. 6 skoro všichni žáci a studenti odpověděli správně, kromě jedinců ze 7. tříd a 8. třídy, kteří špatně zaškrtili písmeno A nebo B. Tato úspěšnost byla ovlivněná definicemi odpovědí u A a B, které jsou na první pohled nesmyslné. Proto žáci a studenti vybrali správnou odpověď C.

7. Co je mimořádná událost?

A	Škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činností člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací.
B	Všechny události, při kterých nejsou ohroženi lidé.
C	Všechny vlivy, které neohrožují záchranné práce.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 7	Celkový počet žáků 29		Celkový počet žáků 26		Celkový počet žáků 16		Celkový počet studentů 34	
	7. třída	%	8. třída	%	9. třída	%	Střední škola	%
A	25	87	24	92	13	81	34	100
B	3	10	1	4	1	6	0	0
C	1	3	1	4	2	13	0	0

Tabulka 14 – Výsledky 7. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 7	Celkový počet žáků 55		Celkový počet žáků 71		Celkový počet žáků 33		Celkový počet studentů 40	
	7. třída	%	8. třída	%	9. třída	%	Střední škola	%
A	48	87	67	94	31	94	40	100
B	6	11	3	4	2	6	0	0
C	1	2	1	2	0	0	0	0

Tabulka 15 – Výsledky 7. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

U otázky č. 7 byly odpovědi žáků ze základních škol vyrovnané. Jejich správné odpovědi se pohybovaly (mezi 81% až 94%). Obě střední školy měly 100 % úspěšnost. U této otázky nebyl zaznamenán žádný rozdíl, zda žáci a studenti prošli nebo neprošli školením AČR.

8. Jak se ihned dozvíte o mimořádné události?

A	Z novin a časopisů.
B	Z místního rozhlasu a z vozidel POLICIE.
C	Z Facebooku.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 8	Celkový počet žáků 29	%	Celkový počet žáků 26	%	Celkový počet žáků 16	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	2	7	0	0	1	6	2	6
B	25	86	25	96	15	94	31	91
C	2	7	1	4	0	0	1	3

Tabulka 16 – Výsledky 8. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 8	Celkový počet žáků 55	%	Celkový počet žáků 71	%	Celkový počet žáků 33	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	4	7	7	10	2	6	1	3
B	49	89	59	83	31	94	39	97
C	2	4	5	7	0	0	0	0

Tabulka 17 – Výsledky 8. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

U otázky č. 8 měli respondenti ze základních a středních škol podobné výsledky. Správné odpovědi se pohybovaly mezi (83% až 97%). Našli se i tací žáci a studenti, kteří zaškrtnuli odpověď A i C. To vypovídá o tom, jaký vliv mají v dnešní době sociální sítě a masmédiá.

9. Co se dá považovat za improvizovanou ochranu jedince?

A	Jednoduché pomůcky, které najdeme doma (pláštěnky, brýle, čepice atd.).
B	Ochranná maska, kterou si zakoupíme v obchodě.
C	Vitamín X.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 9	Celkový počet žáků 29	%	Celkový počet žáků 26	%	Celkový počet počet žáků 16	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	21	73	21	81	16	100	33	97
B	7	24	5	19	0	0	1	3
C	1	3	0	0	0	0	0	0

Tabulka 18 – Výsledky 9. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 9	Celkový počet žáků 55	%	Celkový počet žáků 71	%	Celkový počet žáků 33	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	43	78	62	87	29	88	40	100
B	11	20	9	13	4	12	0	0
C	1	2	0	0	0	0	0	0

Tabulka 19 – Výsledky 9. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

Na otázku č. 9 odpověděla správně převážná část respondentů. Většina žáků i studentů na základních i středních školách ví, co je improvizovaná ochrana, a v případě vzniku mimořádné události ví jak ji použít. Úspěšnost na tuto odpověď byla mezi (73% až 100%). Při rozhovorech s řediteli škol jsem se dozvěděl, že některé školy provádí s žáky evakuaci s improvizovanou ochranou. U škol, kde probíhalo školení AČR, byla žákům a studentům ukázána improvizovaná ochrana.

10. Jak improvizovaně ochráníme dýchací cesty?

A	Zavřít ústa a dýchat nosem.
B	Překrýt nos a ústa navlhčenou tkaninou.
C	Zhluboka dýchat.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 10	Celkový počet žáků 29	%	Celkový počet žáků 26	%	Celkový počet počet žáků 16	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	2	7	1	4	0	0	3	9
B	25	86	24	92	16	100	31	91
C	2	7	1	4	0	0	0	0

Tabulka 20 – Výsledky 10. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 10	Celkový počet žáků 55	%	Celkový počet žáků 71	%	Celkový počet žáků 33	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	10	18	3	4	1	3	0	0
B	42	76	64	90	31	94	39	97
C	3	6	4	6	1	3	1	3

Tabulka 21 – Výsledky 10. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

Na otázku č. 10 správně odpovědělo více žáků a studentů. Jejich úspěšnost se pohybovala mezi (76% až 100%). Je tu nepatrná lepší úspěšnost u škol, kde probíhalo školení AČR, při němž vojáci prakticky předváděli žákům jak improvizovanou ochranu celého těla, tak i ochranu dýchacích cest.

11. Jakou podobu má varovný signál „všeobecná výstraha“ v České republice?

A	Kolísavý tón sirény po dobu 140 sekund.
B	Přerušovaný tón sirény po dobu 60 sekund.
C	Nepřerušovaný tón sirény po dobu 200 sekund.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 11	Celkový počet žáků 29		Celkový počet žáků 26		Celkový počet žáků 16		Celkový počet studentů 34	
	7. třída	%	8. třída	%	9. třída	%	Střední škola	%
A	14	48	22	85	5	31	22	65
B	5	17	1	4	6	38	7	20
C	10	35	3	11	5	31	5	15

Tabulka 22 – Výsledky 11. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 11	Celkový počet žáků 55		Celkový počet žáků 71		Celkový počet žáků 33		Celkový počet studentů 40	
	7. třída	%	8. třída	%	9. třída	%	Střední škola	%
A	27	49	40	56	22	67	28	70
B	11	20	11	16	4	12	5	12
C	17	31	20	28	7	21	7	18

Tabulka 23 – Výsledky 11. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

Otázka č. 11 byla těžší a potvrdilo se to u všech vybraných škol. Úspěšnost u základních a středních škol, ve kterých probíhalo školení AČR, se pohybovala mezi (31% až 81%). A u škol, kde toto školení neproběhlo, tam se úspěšnost správných odpovědí pohybovala mezi (49% až 70%). Důvodem, proč tato otázka byla pro některé respondenty těžší, je, že výstražný tón, který trvá 140 sekund, mohou slyšet pouze každou první středu v měsíci a všeobecnou výstrahu (kolísavý tón) ještě neslyšeli.

12. Jaký je správný postup sebeochrany při úniku nebezpečných chemických látek?

A	Nepřibližovat se k místu havárie a vzdálit se do bezpečné vzdálenosti po směru větru od místa havárie.
B	Nepřibližovat se k místu havárie a vyhledat úkryt v nejbližší možné budově, nejlépe ve vyšších patrech a na straně odvrácené od havárie, zavřít a utěsnit dveře, okna a další otvory a vypnout klimatizaci.
C	Jít k místu havárie a volat o pomoc.

Odpovědi u škol, které prošly instruktáží AČR:

Otázka č. 12	Celkový počet žáků 29	%	Celkový počet žáků 26	%	Celkový počet žáků 16	%	Celkový počet studentů 34	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	4	14	2	8	1	6	1	3
B	25	86	24	92	14	88	33	97
C	0	0	0	0	1	6	0	0

Tabulka 24 – Výsledky 12. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR

Odpovědi u škol, které neprošly instruktáží AČR:

Otázka č. 12	Celkový počet žáků 55	%	Celkový počet žáků 71	%	Celkový počet žáků 33	%	Celkový počet studentů 40	%
	7. třída		8. třída		9. třída		Střední škola	
A	9	16	6	8	3	9	0	0
B	44	80	64	80	28	85	40	100
C	2	4	1	2	2	6	0	0

Tabulka 25 – Výsledky 12. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR

U otázky č. 12 se správné odpovědi pohybovaly u všech tříd mezi (80% až 100%). O něco lépe na tom byly školy, které prošly školením AČR. Vojáci při přednáškách řekli žákům a studentům k této tematice pár příkladů, které by mohly nastat.

13. Jakým způsobem je na vaší škole vyučována ochrana člověka za mimořádných událostí? V této otázce můžete vybrat více odpovědí současně

- a) jako samostatný předmět
- b) formou projektu zaměřeného na ochranu člověka za mimořádných událostí
- c) jako součást jiného předmětu (uveďte v jakém)
- d) není vyučována

Tato otázka mi měla objasnit, zda žáci mají povědomí o předmětech, které jsou spojené s ochranou člověka v mimořádných událostech. Většina žáků základních škol, kteří neprošli školením AČR, zvolila odpověď d). Ale našli se jedinci, kteří zvolili odpověď b) a c), u které napsali, že ochrana člověka se vyučovala v občanské výchově, v informatice, v přírodopise, ve fyzice a hlavně v chemii, kdy dělali s učiteli pokusy.

U tříd, které prošly školením AČR, se často objevovaly odpovědi a), b) a c). Odpověď a) a b) měli žáci spojenou s projektem POKOS. Odpověď c) byla stejná i u škol, kde AČR nedělala školení.

Studenti střední školy bez školení AČR nejvíce označili pouze odpovědi b) a c). Projekt měli spojený s chemií, biologií, ale také se zeměpisem. V dotaznících studenti uvedli, že tuto látku probírali na základních školách.

Třídy středních škol, které se účastnily projektu POKOS, odpověděly b) a c). Jednotlivé projekty měly spojené s jednotlivými předměty jako předchozí školy a navíc žáci uvedli armádní projekt POKOS.

14. Podtrhněte, jakou metodou probíhala výuka Přípravy občanů k obraně státu ve vaší škole? V této otázce můžete vybrat více odpovědí současně

Metody slovní: vysvětlování, přednáška, práce s textem, rozhovor

Metody názorně demonstrační: předvádění a pozorování, práce s obrazem, instruktáž

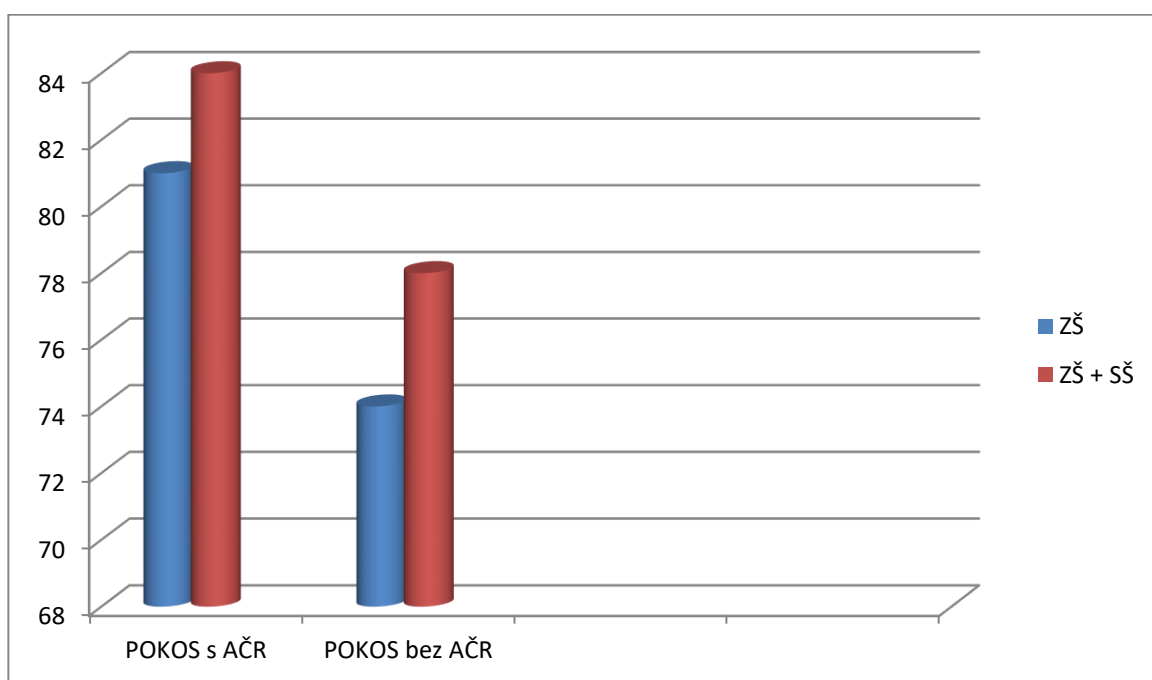
Metody praktické: vytváření dovedností, napodobování, experimentování

Jiné metody.....

Všichni respondenti, kteří vyplnili otázku 13, odpovídali i na otázku 14, zbytek to nevyplňoval. V této otázce žáci a studenti uvedli všechny odpovědi, kromě jiných metod. Touto otázkou jsem dostal informaci, že pedagogové, kteří pracují s žáky a studenty, používají rozličných metod při výuce, která je spojena s tematikou POKOS.

Shrnutí

Výsledky znalostí žáků a studentů, kteří se neúčastnili armádního projektu POKOS, jsou přibližně o 10% horší než výsledky jejich vrstevníků na školách, které projektem prošly viz graf 1. Z rozhovorů s řediteli škol jsem se dozvěděl, že výuka POKOS probíhá převážně formou frontální výuky ve třídách, i když někteří pedagogové využívají znalosti a zkušenosti, jež získali na základních, středních a vysokých školách při branné výchově a branných dnech, které probíhaly ještě před rokem 1989. V dnešní době chybí učitelům materiální vybavení a zkušenosti, které vojáci získali dlouholetou praxí, ať už ze zahraničních operací nebo při různých cvičeních, která probíhají na národní či mezinárodní úrovni. Ředitelé škol by také uvítali, kdyby předmět POKOS byl samostatně přednášen na vysokých školách tak, aby budoucí pedagogové měli pojem o tom jak vyučovat ochranu obyvatelstva v mimořádných situacích.



Graf č. 1 – Celkové výsledky testů – uzavřené výsledky

Informace získané z dotazníků mi pomohly udělat si přehled o znalostech, které žáci a studenti mají v oblasti POKOS. Jaké metody a formy výuky mohou použít při zpracování jednotlivých metodických programů pro žáky ze základních škol.

8 Metodické modely k projektu POKOS

Předchozí části této práce ukázaly, jak mám co nejlépe vypracovat metodické modely pro celou základní školu. Jednotlivé modelové programy jsou zaměřené na vojáky AČR a IZS. POKOS v režii AČR se skládá většinou ze čtyř stanovišť tzv. stanoviště zdravotní, kterou zabezpečují zdravotní instruktoři, stanoviště sebeobrany, za kterou odpovídají instruktoři bojových sportů, a stanoviště ochrany obyvatel v mimořádných událostech, jež zabezpečují vojáci s chemickou odborností, a přednáška s veteránem zahraniční mise. Čas na jeden školicí blok je přibližně 45 až 90 minut.

Cíle jednotlivých programů budou uvedeny v jednotlivých modelových programech, které budou pro všechny ročníky základní školy, dle publikace *Příprava občanů k obraně státu: Příručka pro učitele základních a středních škol*. 2. Vydání viz kapitola 1. Metodické modely budou vypracovány v podobě písemných příprav.

8.1 Devítiletý cyklus programů POKOS pro ZŠ

I. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
Cíle vyučovací hodiny: <ul style="list-style-type: none">• Kognitivní - žák samostatně vyjadřuje své myšlenky, nápady, pocity k danému tématu.• Afektivní - žák prožívá radost z prováděných aktivit.• Psychomotorické - žák zvládá základní pohybové dovednosti.	
Motto: Jaký je voják?	
Biblický text: „ <i>Má-li nějaký král táhnout do boje, aby se střetl s jiným králem, což nezasedne nejprve k poradě, zda se může s deseti tisíci postavit tomu, kdo táhne s dvaceti tisíci? Nemůže-li, vyšle poselstvo, dokud je protivník ještě daleko, a žádá o podmínky míru.</i> “ (Lk 14, 31-32)	
Čas: 45 - 90 min	Počet instruktorů: 2
Prostředí: třída, tělocvična, hřiště	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: molitanový míček, lano na přetahování, tvrdé kartičky ve velikosti pohlednice, pro každé dítě vojenskou čepici, hvězdičky (nemusí být), matematická úloha.	
Program: <p>Jakou mají děti představu vojáka? Paní učitelka kreslí na tabuli postavu vojáka podle popisu dětí. Je možné ukázat obrázky s vojenskou tematikou. Vidíme, jak voják vypadá, ale jaký by měl být? Děti jmenují vlastnosti.</p> <p>Vy ještě vojáky několik let nemůžete být, až v 18 letech, ale můžete pěstovat vlastnosti, které voják potřebuje.</p> <p>Voják by měl být (vlastnosti píšeme na tabuli):</p> <p>Přesný – Na tabuli nakreslíme terč, děti se do něho střelují křídou (míčkem, houbou).</p> <p>Silný – Vytvoříme skupiny (trojice, čtveřice) a přetahujeme se lanem.</p> <p>Obratný – Vytvoříme dráhu bojovníka (podlez stůl, přeskoč přes židli, vyskoč a co nevyšší se dotkni stěny, pět/deset dřepů)</p>	

Trpělivý – Hradní stráž umí stát v pozoru klidně i hodinu bez hnutí. Dokážete to jednu minutu? Vysvětlit postoj „Pozor“ a změřit čas. V průběhu této aktivity si děti nasadí vojenskou čepici.

Mezi vojáky jsou ale i tací, kteří dělají úplně jiné věci, zdánlivě běžné, které bychom možná nečekali. Takže jsou vojáci, kteří se starají o počítače, kreslí mapy, píšou do novin nebo se starají o peníze. Musí tedy umět počítat. Dám vám proto domácí úkol: domluvit se s paní učitelkou a zadat dětem nějakou matematickou úlohu s vojenskou tematikou, podle znalostní úrovně dětí (například velitel A se má utkat s velitelem B...)

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

II. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
Cíle vyučovací hodiny: <ul style="list-style-type: none"> • Kognitivní - žák umí na konci hodiny definovat, kdo je buddy. • Afektivní - žák prožívá radost z prováděných aktivit a spolupracuje s ostatními. • Psychomotorické - žák zvládá základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci. 	
Motto: Výcvik, vzdělání, výchova	
Biblický text: „Což jste zapomněli na slova, jimiž vás Bůh povzbuzuje jako své syny: „Synu můj, podrobuj se kázni Páně a neklesej na mysl, když tě kárá. Koho Pán miluje, toho přísně vychovává, a trestá každého, koho přijímá za syna.‘ Podvolujte se jeho výchově; Bůh s vámi jedná jako se svými syny. Byl by to vůbec syn, kdyby ho otec nevychoval? Jste-li bez takové výchovy, jaké se dostává všem synům, pak nejste synové, ale cizí děti. Naši tělesní otcové nás trestali, a přece jsme je měli v úctě; nemáme být mnohem víc poddáni tomu Otci, který dává Ducha a život? A to nás naši tělesní otcové vychovávali podle svého uvážení a jen pro krátký čas, kdežto nebeský Otec nás vychovává k vyššímu cíli, k podílu na své svatosti. Přísná výchova se ovšem v tu chvíli nikdy nezdá příjemná, nýbrž krušná, později však přináší ovoce pokoje a spravedlnost těm, kdo jí prošli.“ (Žid 12, 5-11)	
Čas: 45 min	Počet instruktorů: 2
Prostředí: třída, tělocvična, hřiště	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: šátky na oči, barevné šátky nebo fáborky, horolezecké provázky, horolezecké lano, tři židle	
Program: <p>Heslo Montessori: Pomoz mi, abych to dokázal sám.</p> <p>Dětem připomeneme, jak stát v pozoru a proč se v pozoru stojí (Proto, aby vojáci slyšeli rozkaz, aby se rozkaz nemusel říkat vícekrát, ale jen jednou...).</p> <p>Kde jsi, buddy?</p> <p>Vojáci nejsou nikdy sami. Vždy vytvářejí alespoň dvojice, které se vzájemně podporují,</p>	

pomáhají si, starají se jeden o druhého. Takovému kamarádovi se říká BUDDY. My si nyní vyzkoušíme jak prověřit právě to spolehnutí se, vzájemnou důvěru.

Děti utvoří dvojice. Postaví se proti sobě na určitou vzdálenost. Polovina si zaváže oči a na povel druhá polovina začne volat jméno nebo přezdívku svého buddyho. Žák se zavázanýma očima musí po hlase dojít až ke svému buddymu. Role se pak otočí.

Běh zraněných

Představme si situaci, kdy se ocitnou vojáci v boji. To je vždycky velice náročná situace nejen pro jednotku, ale i pro každého člena jednotky. Může se stát, že někteří vojáci jsou zranění.

Vymyslíme nějakou ne příliš komplikovanou trasu, vedeme ji přes velice jednoduché překážky, spíše symbolické obtížnosti. Třidu rozdělíme na dvě nebo tři skupiny, které odlišíme například barevnými šátky nebo fáborky. V každé skupině dáme jednomu špunty do uší (ohluchnul), druhému přivážeme provázkem ruku k trupu (je bez ruky), třetího posadíme na židli (je vozičkář), čtvrtému zavážeme oči (oslepl), pátému můžeme uvázat nohu v pase (je bez nohy). Zranění můžeme zdvojit. Dětem nesmíme napovídat. Pouze jim řekneme, že mají jako jednotky co nejrychleji proběhnout celou trasu. Snažíme se přehlédnout případné dotazy na to, jestli trasu musí absolvovat i imobilní. Stále opakujeme jen, že se musí co nejrychleji dostat jako jednotky do cíle. Necháme děti, jestli je napadne vzájemně si pomoci. Pokud zapomenou například na vozičkáře nebo jinak imobilní, pak je necháme celou trasu překonat zpět a o zraněné se postarat a provést či pronést je trasou a nezapomeneme to vyhodnotit v závěrečné reflexi. Vojáci jsou kamarádi a neopustí se, když je někdo z nich zraněný.

Uzly

Kamarádství je jako pevný uzel na laně. A my se společně naučíme nějaký uzel (ambulantní, loďák, dvojitou liščí smyčku, kterou se děti přivážou na jedno lano. Instruktor nebo instruktoři se pak mohou se všemi dětmi přetahovat).

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

III. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
Cíle vyučovací hodiny: <ul style="list-style-type: none"> • Kognitivní - žák respektuje pravidla pohybových her. • Afektivní – žák prožívá radost ze hry. • Psychomotorické - žák zvládá základní pohybové dovednosti. 	
Motto: Rytířské ctnosti	
Biblický text: „ <i>Proto vezměte na sebe plnou Boží zbroj, abyste se mohli v den zlý postavit na odpor, všechno překonat a obstát. Stůjte tedy, opásáni kolem beder pravdou, obrnění pancířem spravedlnosti, obuti k pohotovému službě evangelium pokoje a vždycky se štítem víry, jímž byste uhasili všechny ohnivé střely toho Zlého. Přijměte také, přilbu spasení a, meč Ducha, jímž je slovo Boží.</i> “ (Ef 6, 13-17)	
Čas: 45 - 90 min	Počet instruktorů: 2
Prostředí: třída, tělocvična, hřiště	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: horolezecké lano, dvě tenčí cca 15m lanka, kužely nebo koberečky, 1m dlouhé tyče, růže, obrázek rytíře nebo dokonce brnění (nebo třeba rytířskou přilbu)	
Program: <p>Na začátku hodiny si s dětmi povídáme o rytířích. Představíme jim rytířský kodex, tedy vlastnosti, které každý správný rytíř pěstuje.</p> <p>Statečnost – odvaha v boji; Loajalita – věrnost pánovi a zemi; Štědrost – nehromadit bohatství; Zdvořilost – galantnost a ohleduplnost k ženám; Čest – plnění závazků; Víra – hájení a šíření křesťanské víry.</p> <p>Dnes se vojáci řídí mezinárodním humanitárním právem – tedy že v boji si také nemohou dělat, co chtějí. Například nemohou nepřítele, kterého zajmou, mučit. Také se řídí etickým kodexem, který je položen na pěti sloupech: odpovědnost, obětavost, odvaha, věrnost a čest. (Karaffa, 2007. s. 5-6)</p>	

My budeme mít tuto hodinu možnost tyto vlastnosti vyzkoušet v boji.

Zařadíme podle času všechny nebo některé z následujících aktivit. Dbáme zvýšené pozornosti. Mezi aktivitami se snažíme děti na chvíli zklidnit a ukáznit. Například tím, že si soupeři podají ruce, nastoupí do řady a je oficiálně vyhlášen vítěz.

Lasery

Legenda: Představme si, že jsme v přísně střeženém území a naším úkolem je vydržet v něm co nejdéle. Toto území je zabezpečeno dvěma laserovými paprsky, kterým se musíme vyhýbat.

Průběh: Na travnaté ploše vyznačíme například z lana čtverec. Děti se mohou pohybovat pouze uvnitř. Dva kolmo na sebe vedoucí provázky, které ovládají na stranách čtverce instruktoři. Chodí podél své hrany. Nejprve pomalu, po čase i rychleji. Děti musí tato lana – lasery – podlézat a přeskakovat. Koho se laser dotkne, musí co nejrychleji ze čtverce ven. Poslední dva nejohroženější vítězí. Aktivitu můžeme zopakovat ještě jednou nebo dvakrát. Pozor na bezpečnost.

Přetah ve čtverci

Svažte lano na obou koncích a položte je na zem tak, aby vytvořilo čtverec. V každém rohu čtverce se připraví k boji několikačlenný tým – jednotka. Úkolem týmů je přitáhnout obrazec k metě vzdálené dva metry od rohu čtverce v úhlopříčném směru. (Zapletal, 1987. s. 444)

Bitva na dvorku

Je to zápas každého s každým. Kdo je nadzdvížen nad zem, takže se žádnou částí těla nedotýká země, musí opustit hrací pole – dvorek. Jednotlivci si mohou vzájemně pomáhat, vytvářet dočasné koalice v obraně i útoku. Při této hře je nutný přísný rozhodčí. Jsou zakázány rány a kopy. Zápas je jen o úchopech. (Zapletal, 1987. s. 425)

Přetlačování tyčí

Použijeme metr dlouhé tyče (ideální jsou z lísky). Pomůžeme dětem vybrat si váhově a silově odpovídající dvojici. Dvě jednotky stojí proti sobě. Dva proti sobě stojící soupeři dostanou tyč. Na znamení se jeden druhého snaží zatlačit na čáru, kterou mají dva metry za zády. (Zapletal, 1987. s. 424)

Minikurz galantnosti

Na závěr zopakujeme dětem rytířský a vojenský etický kodex a vyzdihneme hodnotu zdvořilosti, galantnosti. Jako příklad použijeme květinu, například růži. Vysvětlíme, že květina se nikdy ženě nepodává v papírovém obalu, ne hned ve dveřích, květem nahoru (i když se nosí květem dolů, aby se květina nezlomila), s úsměvem a nějakým hezkým přáním. A je možné samozřejmě ženu po předání třeba i jemně políbit na tvář. Žena na oplátku poděkuje, ke květině přivoní a pochválí ji, protože je projevem úcty a lásky.

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

IV. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
<p>Cíle vyučovací hodiny:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kognitivní - žák porozumí tomu, co mu instruktor říká, a dokáže dané instrukce správně popsat. • Afektivní – žák prožívá konkrétní situaci, kterou mu instruktor připraví. • Psychomotorické - žák rozvíjí základní pohybové dovednosti. 	
Motto: Malý princ – chránit	
<p>Biblický text: „<i>Stále se radujte, v modlitbách neustávejte. Za všech okolností děkujte, neboť to je vůle Boží v Kristu Ježíši pro vás. Plamen Ducha nezhášejte, prorockými dary nepohrdejte. Všecko zkoumejte, dobrého se držte; zlého se chraňte v každé podobě.</i>“ (1 Sol 5, 16-22)</p>	
Čas: 45 min	Počet instruktorů: 2
Prostředí: třída, tělocvična, hřiště	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: kniha Malý princ, noviny, předměty všední potřeby (klíče, karta, noviny)	
<p>Program:</p> <p>Na začátek přečteme úryvek z knihy Malý princ Antoine de Saint Exupéryho:</p> <p>Na planetě malého prince byla jako na všech planetách dobrá tráva i plevel. Tedy z dobrých semen dobrá tráva a ze špatných semen býlí. Ale semena jsou neviditelná. Spí hluboko v zemi, až některému napadne se probudit. Tu se protáhne a k slunci bojácně raší nejprve rozkošný a neškodný malý výhonek. Je-li to ředkvička nebo růže, můžeme je nechat, ať si rostou. Je-li to plevel, musíme ho vytrhnout hned, jak ho rozeznáme. Nu, a na planetě malého prince byla strašná semena... semena baobabů. Půda planety byla jimi zamořena. A pustíme-li se do baobabu příliš pozdě, už nikdy se ho nezbavíme. Zaroste celou planetu. Provrtá ji svými kořeny. A je-li planeta příliš malá a baobabů příliš mnoho, roztrhnou ji.</p>	

„To je věc kázně,“ řekl mi později malý princ. „Když dám ráno do pořádku sebe, musím udělat pořádek na planetě. Je třeba se přinutit a pravidelně vytrhávat baobaby, hned jak je rozeznáme od růží, kterým se moc podobají, když jsou ještě maličké. Je to práce hrozně nudná, ale je velice snadná.“

Jednou mi poradil, abych se to snažil pěkně nakreslit, aby to u nás děti dobře pochopily. „Budou-li jednoho dne cestovat,“ řekl, „může se jim to hodit. Někdy to nevádí, když se práce odloží na později. Ale u baobabů je to vždycky katastrofa. Já ti poznal jednu planetu... Tam bydlel lenoch. Zanedbal tři keře...“

Nakreslil jsem tedy tu planetu podle pokynů malého prince. Nerad dělám mravokárce, ale nebezpečí baobabů je tak málo známé a riziko, kterému se vystavuje ten, kdo by na nějaké planetce zabloudil, je tak velké, že tentokrát dělám výjimku ve své zdrženlivosti a říkám: „Děti, dejte pozor na baobaby!“

Ani my nežijeme ve světě, kde by se lidé měli jen rádi. Žijeme ve světě, ve kterém si umíme mezi sebou udělat tolik bolesti, zlomyslnosti, trápení. Nesmíme dovolit, aby něco zlého vyrůstalo ani ve vlastním srdci, ani v našem bezprostředním okolí. I přesto, že nechceme používat násilí, nesmíme zůstat zcela bezbranní. Musíme se učit bránit sebe a i ty, které máme rádi.

Když vojáci hlídají v zemi, kde je válka, nějakou základnu, stanoví si tři vzdálenosti. Když přijíždí nějaké podezřelé auto nebo přichází nějaký podezřelý člověk, zavolají na něho: „Stůj!“ Když je poslechne, tak od něj zjistí jméno a důvod jeho příchodu. Když první varování nerespektuje, mají druhou linii, když je překročena, tak vydají varovný výstřel. Když ani to nerespektuje, jsou nuceni toho člověka zastavit silou – tedy střelbou. Co kdyby měl na sobě schovanou bombu nebo co kdyby se přiblížil a začal po nich střílet. Podobně máme kolem sebe každý z nás místo, které si chráníme a pouštíme si do něj jen ty, ke kterým máme důvěru, například rodiče nebo kamarády. Když se k nám někdo přibližuje a ohrožuje nás, musíme ho nejprve požádat, aby se vzdálil. Když neposlechne, pak ho žádáme důrazně, když ani to nerespektujeme, musíme se bránit. Když je to viditelně silnější člověk, pak nejlepší obrana je útek. Když se bránit musíte, naučím vás několik triků.

Vysvobození ze škrčení nebo z držení za oblečení v oblasti hrudníku

Agresor stojí proti mně. Drží mne oběma rukama za mikinu (tričko, bundu...). Rozmyslím se, připravím situaci. Rozmyslím, kudy budu utíkat. Oběma rukama zespoda švihem rozdělím násilníkovy ruce a třeba ho strčím do hrudníku a uteču.

Vysvobození z držení za pomoci klíčů nebo třeba karty na oběd

Agresor mne drží rukou za ruku nebo za oblečení. V ruce mohu mít např. kartu na autobus nebo na oběd nebo v kapse nahmatám klíče. Rozmyslím se, připravím situaci. Rozmyslím, kudy budu utíkat. Tímto předmětem jakoby říznu agresora po zápěstí. Agresor se mne pustí a já mám kratičkou chvilku na útěk nebo alespoň odstoupení.

Upnutí pozornosti na podávaný předmět (např. svačina nebo peněženka)

Nějaký agresor po mne chce mou peněženku nebo svačinu. Zhodnotím situaci, že je mi milejší ztratit svačinu nebo těch pár korun, co mám v peněžence. Jednou předpaženou rukou se snažím udržet odstup od agresora. Rozmyslím se, připravím situaci. Rozmyslím, kudy budu utíkat. Podávám mu pomalu onu věc a těsně před tím, než si ji agresor vezme, ji upustím. Agresor se soustředí na věc a ne na mne. A já mám opět chvilku na náskok.

Křik jako zbraň

Silnou zbraní vojáků je hlas. Nejsme příliš zvyklí na sebe křičet. Proto když vojáci nebo policisté jdou do akce proti nějakému špatnému člověku, používají i hlas, kterým si dodávají odvahu a rozhodnost a kterým se snaží onoho člověka překvapit. Můžeme společně zakřičet například: „Stůj!“ Volání přivolá pomoc. Silnější pak než náš hlas je například píšťalka. Proto se doporučuje si píšťalku prát s sebou do přírody, např. do hor. Je možné demonstrativně píšťalku vyzkoušet.

Pomoc kamarádovi

Může se stát, že silnější ubližuje slabšímu. Pokud bychom se rozhodli něco dělat, tak nám k tomu stačí například sešit formátu A4 nebo noviny. K agresorovi přistoupím zezadu. Rozmyslím se, připravím situaci. Rozmyslím, kudy budu utíkat. Pak mu dám noviny nebo sešit před obličej a přes sešit ho chytím za hlavu v oblasti uší a zatáhnu ho nazad. Hlavu si

každý z nás chráníme, je pro nás důležitá. Proto je tento manévr velice účinný. Je nutné však dávat při nácviku pozor a neublížit si zbytečně.

Klidová aktivita na téma asertivita – pejsek v zrcadlové síni

Balada o malém pejskovi, který se dostal do zrcadlové síně. Ze zrcadel na něho koukalo mnoho pejsků. Lekl se, začal štěkat a útočit. Pejskové ze zrcadel udělali totéž a vyplašený pejsek zemřel strachem.

Jeden žák bude představovat pejska, druzí budou dělat pejska v zrcadlech, to znamená, že budou zrcadlit jeho postoje, grimasy, nálady.

Akce vyvolá reakci: kdyby se pejsek začal usmívat, usmívaly by se i všechny jeho odrazy. Klidné, přátelské neagresivní jednání a pevnost postoje může odzbrojit agresora. Nedejme si vnútit způsob chování druhého tím, že na „hrubý pytel hrubou záplatu“.

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

V. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
Cíle vyučovací hodiny: <ul style="list-style-type: none"> • Kognitivní - žák respektuje pravidel pohybu v lese. • Afektivní – žák prožívá radost s pohybu v lese. • Psychomotorické - žák si vyzkouší nové pohybové dovednosti v přírodě. 	
Motto: Voják, příroda a čtyři P	
Biblický text: „ <i>Stále se radujte, v modlitbách neustávejte. Za všech okolností děkujte, neboť to je vůle Boží v Kristu Ježíši pro vás. Plamen Ducha nezhášejte, prorockými dary nepohrdejte. Všecko zkoumejte, dobrého se držte; zlého se chraňte v každé podobě.</i> “ (1 Sol 5, 16-22)	
Čas: 4 hod.	Počet instruktorů: 2
Prostředí: příroda, les	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: horolezecké lano, horolezecká karabina, figurína na kardiopulmonální resuscitaci, dezinfekce, kláda (někde najít v lese), mapa okolí, busola, dvě tyče cca 2 m dlouhé na improvizovaná nosítka, dvě vojenské blůzy nebo bundy nebo mikiny, 3x šátky trojcípé, opasky, turniket, pončo, padáková šňůra, celta, sirky, zapalovač, škrtadlo, lupa	
Program: <p>Vojáci v přírodě zažívají čtyři „P“. V průběhu následující cesty lesem vám je budu postupně prozrazovat a mnohé z vojenských dovedností také každý z nás vyzkouší. V průběhu cesty zařazujeme jednotlivé dovednosti. Je vhodné, aby si instruktoři prošli zamýšlenou trasu a rozvrhli si jednotlivé úkoly.</p> <p>Pohyb: chůze na vzdálenost se zátěží, improvizované slaňování, taktický přesun (šachovnice, ticho), zrychlený přesun (odpoutání se od nepřítele), společné nesení břemena (kláda), orientace (azimut, orientační body, mapa)</p>	

Pomoc: nosítka, KPR, omrzliny, fixace těla nebo končetin

Pobyt: improvizovaný přístřešek, volba místa k nouzovému nocování, oheň

Pozorování: Kolik lidí nás během cesty minulo? Jak byste popsali tu osobu? Měli jsme... (rozcestník křížek, nějakou zastávku, reklamu na ubytování...), umění reflexe, napiš reportáž, report, zprávu.

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

VI. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
<p>Cíle vyučovací hodiny:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kognitivní - žáci vyjadřují myšlenky, nápady, pocity, mínění a úsudky ve smysluplných větách. • Afektivní - žáci prožívají radost ze samotných aktivit. • Psychomotorické - žák rozvíjí řečnické schopnosti a jazykové dovednosti. 	
Motto: PČR	
<p>Biblický text: „<i>Hospodine, zkoumáš mě a znáš mě. Víš o mně, ať sedím nebo vstanu, zdálky je ti jasné, co chci dělat. Sleduješ mou stezku i místo, kde ležím, všechny moje cesty jsou ti známy. Ještě nemám slovo na jazyku, a ty, Hospodine, víš už všechno. Nad mé chápání jsou tyto divy, jsou nedostupné, nestačím na to. Kam odejdu před tvým duchem, kam uprchnu před tvou tváří? Zamírím-li k nebi, jsi tam, a když si ustelu v podsvětí, také tam budeš. I kdybych vzlétl na křídlech jitřní záře, chtěl přebývat při nejzazším moři, tvoje ruka mě tam doprovodí, tvá pravice se mě chopí.</i>“ (Žl 139, 1-4.6-10)</p>	
Čas: 90 min	Počet instruktorů: 3
Prostředí: dvě třídy	Počet dětí: 20 - 30
<p>Pomůcky: vysílačky, mapy, busoly, fiktivní dopis, psací potřeby vzor a formulář policejního hlášení, jízdenka, pramen vlasů, barva na simulaci krve, karty s vlastnostmi policisty</p>	
<p>Program:</p> <p>Program je připravený na způsob escape-game. Instruktor v úvodu představí práci policie a její etický kodex. Z toho vybere jen dětmi pochopitelné vlastnosti, které vypíše na tabuli nebo vystaví ve formě nápisů, aby je děti měly na očích.</p> <p>Etický kodex Policie České republiky</p> <p>Príslušníci Policie České republiky, vědomi si svého poslání, spočívajícího ve službě veřejnosti, založeného na úctě a respektu k lidským právům, vyjadřují následující principy,</p>	

jež chtějí sdílet a dodržovat.

1. Cílem Policie České republiky je

chránit bezpečnost a pořádek ve společnosti, prosazovat zákonnost, chránit práva a svobody osob, preventivně působit proti trestné a jiné protiprávní činnosti a potírat ji, usilovat o trvalou podporu a důvěru veřejnosti.

2. Základními hodnotami Policie České republiky je

profesionalita, nestrannost, odpovědnost, ohleduplnost, bezúhonnost.

3. Závazkem Policie České republiky vůči společnosti je

prosazovat zákony přiměřenými prostředky s maximální snahou o spolupráci s veřejností, státními a nestátními institucemi, chovat se důstojně a důvěryhodně, jednat se všemi lidmi slušně, korektně a s porozuměním a respektovat jejich důstojnost, uplatňovat rovný a korektní přístup ke každé osobě bez rozdílu, v souladu s respektováním kulturní a hodnotové odlišnosti příslušníků menšinových skupin všude tam, kde nedochází ke střetu se zákony, při výkonu služby jednat taktně, korektně a vhodně uplatňovat princip volného uvážení, používat donucovacích prostředků pouze v souladu se zákonem; nikdy nezacházet s žádnou osobou krutě, nehumánně či ponižujícím způsobem, nést odpovědnost za každou osobu, která byla omezena Policií České republiky na osobní svobodě, zachovávat mlčenlivost o informacích zjištěných při služební činnosti, zásadně odmítat jakékoliv korupční jednání, netolerovat tuto protizákonnou činnost u jiných příslušníků Policie České republiky, odmítnout dary nebo jiné výhody, jejichž přijetím by mohlo dojít k ovlivnění výkonu služby, zásadně se vyhybat jakémukoliv jednání, které by mohlo být střetem zájmů

4. Závazkem vůči ostatním příslušníkům Policie České republiky je

usilovat o otevřenou a partnerskou spolupráci, dbát, aby vztahy byly založeny na základě profesní kolegiality, vzájemné úcty, respektování zásad slušného a korektního jednání; jakékoliv formy šikanování a obtěžování ze strany spolupracovníků či nadřízených jsou vyloučeny, netolerovat ani nekrýt podezření z trestné činnosti jiných příslušníků Policie České republiky a trestnou činnost neprodleně oznámit; stejně tak netolerovat ani jiné jejich protiprávní jednání či jednání, které je v rozporu s Etickým kodexem Policie České republiky. Osobním a profesionálním přístupem příslušníků Policie České republiky je nést osobní

odpovědnost za svoji morální úroveň a svůj profesionální výkon, chovat se bezúhonně ve službě i mimo ni tak, aby důstojně reprezentovali Policii České republiky svým jednáním, vystupováním i zevnějškem.

Každý příslušník Policie České republiky, který jedná v souladu se zákonem a Etickým kodexem Policie České republiky, si plně zaslouží úctu, respekt a podporu společnosti, jejíž bezpečnost chrání i s nasazením vlastního života.

Program vyžaduje dvě třídy. V jedné jsou shromážděni ti, co se chystají, i ti, co úlohu splnili. Ve druhé třídě instruktor naaranžuje místo činu. Děti se rozdělí do skupin po čtyřech nebo pěti. Budou pracovat společně.

Ti, co čekají, mají zadané úlohy z topografie, radiové komunikace a jednoduché hlavolamy. Věnuje se jim jeden instruktor. Na úlohu ve druhé třídě má každá skupinka přesně deset minut. Ani o sekundu více. Po (ne-)splnění úkolu budou sepisovat společně hlášení z informací, které se dozvěděli. K hlášení mají připravený „tahák“. Kreativité instruktora se samozřejmě meze nekladou.

Legenda

Na dveřích třídy nápis s názvem města, vesnice nebo zastávky (X), stopy po zápase, krev, pramen dívčích vlasů, bota, roztrhaný výhružný dopis: „Jestli se mnou nepůjdeš, tak si pro tebe dojdu!“ Jízdenka na autobus s aktuálním datem, hodinou a místem, odkud pachatel přijel (Y). Jízdní řád se spojí z místa Y do X a zpět. Mapa místa s názvy X a Y, Y zakroužkováno (nebo konkrétní ulice, dům) a nadepsáno jméno pachatele (třeba Karel).

Žáci mohou dedukovat například následující příběh. Karel z Y chtěl chodit s Janou, ale ona s ním ne. Když to nešlo po dobrém, rozhodl se ji unést. V pátek poslal Janě dopis, ve kterém jí vyhrožoval. V pondělí ráno odjel autobusem z Y do X. S Janou se popral. Tekla krev. Může být ozbrojený. Pokud platilo to, co napsal v dopise, odtáhne ji na nedaleké skryté místo, kde se už jednou sešli.

Skupina se desátou minutu ohlásí do vysílačky, že vyšetřování je u konce. Oznámi prvotní stručné hlášení kdo, co, kde, kdy, jak, proč... To je také znamením ukončení úkolu. Následuje sepsání hlášení s pravděpodobným příběhem, motivem a dalšími informacemi, které skupina zjistila.

Úlohy k topografii

Orientace v mapě, mapové značky, orientace mapy, azimut, určení vzdálenosti, měřítko, plánování cesty (překážky, vrstevnice...).

Úlohy k radiové komunikaci

Princip radiové komunikace (vysílačka není mobil), způsob komunikace, kódování, výhody a nezbytnost radiové komunikace (v době ohrožení se vypínají mobilní sítě a systém GPS)

Úloha k hlávkám

Během dvou minut napište každý samostatně názvy měsíců tak, jak jsou podle abecedy.

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

VII. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
Cíle vyučovací hodiny: <ul style="list-style-type: none"> • Kognitivní - žák respektuje pravidel pohybu v tělocvičně na hřiště popř. v lese. • Afektivní – žák prožívá radost ze hry a spolupracuje s ostatními. • Psychomotorické - žák zvládá základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci. 	
Motto: HZS	
Biblický text: „ <i>Vždyť silná jako smrt je láska, neúprosná jako hrob žárlivost lásky. Žár její – žár ohně, plamen Hospodinův. Lásku neuhásí ani velké vody a řeky ji nezaplaví. Kdyby za lásku chtěl někdo dávat všechno jmění svého domu, sklídl by jen pohrdání.</i> “ (Pís8, 6-7)	
Čas: 45 - 90 min	Počet instruktorů: 2
Prostředí: tělocvična, hřiště	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: různé předměty pro evakuační zavazadlo i úplně nepotřebné, tělocvičné nářadí, fáborky, další předměty podle tvořivosti a invence instruktora (jízdni řád, dalekohled, lana, prkna, hlavolam...), 4x latě, dva tenisáky nebo míčky na florbal	
Program: <p>Pro téma Mimořádné situace, evakuace... je mnoho metodických materiálů, takže není třeba „objevovat Ameriku“. Přesto si dovolíme nabídnout určitý souhrn aktivit, nebo respektive rámec pro aktivity věnující se této tematice.</p> <p>Jde o to, že složky IZS pracují při fyzické i psychické zátěži. Musí se umět rychle rozhodovat a často improvizovat. Žádná situace není zcela stejná. Za použití nářadí v tělocvičně nebo různých pomůcek jako kladiny, lana, prkna, kameny, lavičky na hřišti nebo v přírodě vytvoříme určitou překážkovou dráhu. Ať už jednotlivě nebo maximálně po trojicích děti probíhají tuto dráhu, na jejímž konci jsou konfrontováni s nějakým úkolem. Například z různých věcí vybrat pět nejdůležitějších jako předměty do evakuačního zavazadla; mají podle jízdniho řádu zjistit, kde jsou a jak je daleko do města, mají se snažit vyřešit případ člověka, který leží v bezvědomí uprostřed silnice; vzpomenout si na čísla tísňového volání; vyřešit nějaký logický problém... Délka dráhy je přizpůsobena prostředí. Pokud jsou k dispozici obličejové masky, mohou je zájemci mít na obličej, aby tak</p>	

simulovali činnost hasičů nebo vojáků – chemiků – při ostrém zásahu. Dráha může být etapová a během trati mohou být jednotlivé úkoly. Kreativně se meze nekladou.

Houpačka

Soutěž dvou dvojic. Každá dvojice dostane dvě latě, které páry drží v rukou na jejich koncích. Ty fungují jako takové kolejnice pro míček. Úkolem dvojic je kutálet míček tam i zpět, aniž by spadl. Kdo míček dostane třikrát tam a zpět vyhrává. Pokud míček spadne, pak ho dvojice zvedne a pokračuje v úkolu. Na závěr instruktor udělá potřebnou reflexi.

Důležité může být poznání, že ten, kdo je zbrklý, dělá chyby, zvláště v týmové spolupráci.

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

VIII. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
<p>Cíle vyučovací hodiny:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kognitivní - žák porozumí tomu, co mu instruktor říká a dokáže dané instrukce správně popsat. • Afektivní – žák prožívá konkrétní situaci, kterou mu instruktor připraví. • Psychomotorické - žák rozvíjí základní pohybové dovednosti. 	
Motto: ZZS + ČČK	
<p>Biblický text: „<i>Hladověl jsem, a dali jste mi jíst, žíznil jsem, a dali jste mi pít, byl jsem na cestách, a ujali jste se mne, byl jsem nahý, a oblékli jste mě, byl jsem nemocen, a navštívili jste mě, byl jsem ve vězení, a přišli jste za mnou.</i>“ Tu mu ti spravedliví odpoví: „<i>Pane, kdy jsme tě viděli hladového, a nasýtily jsme tě, nebo žíznivého, a dali jsme ti pít? Kdy jsme tě viděli jako pocestného, a ujali jsme se tě, nebo nahého, a oblékli jsme tě? Kdy jsme tě viděli nemocného nebo ve vězení, a přišli jsme za tebou?</i>“ Král jim odpoví a řekne jim: „<i>Amen, pravím vám, cokoliv jste učinili jednomu z těchto mých nepatrných bratří, mně jste učinili.</i>“ (Mt 25, 35-40)</p>	
Čas: 45 min	Počet instruktorů: 2
Prostředí: třída, tělocvična, hřiště	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: osobní lékárnička, zdravotnický materiál, instruktážní videa, figurína na KPR	
<p>Program:</p> <p>Představit Zdravotní záchrannou službu, Vodní záchrannou službu, Horskou službu, Báňskou záchrannou službu, Český červený kříž. Důležitost kontaktů (mít v mobilu, všimát si orientačních bodů...). Prezentace osobní lékárničky (výlety, horské túry, pobyty v přírodě, doma).</p> <p>Chování u nehody, pravidla tísňového volání (ukázat, že je možné volat i z telefonu bez SIM), triáž (rozhodnutí komu pomoci jako první).</p>	

Zopakování kardiopulmonální resuscitace (KPR) s nácvikem. Každý ze žáků se vystřídá v srdeční masáži figuríny.

Zástava krvácení (škrtidlo, tlakový obvaz).

Reakce na omdlení (položít na zem na záda, zvednout nohy nahoru, po procitnutí kontakt, doplnění tekutin, čerstvý vzduch).

Reakce na šok, alergickou reakci...

V tomto programu je vhodné střídat teorii a praxi. Záměrem je, aby každý z žáků něco konkrétního vyzkoušel. Zde není nutné vymýšlet jakoukoli dramatizaci, protože jde o nácvik konkrétních život zachraňujících úkonů. Dostupných metodických materiálů je mnoho například u Českého červeného kříže.

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

IX. ročník	
Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět, Člověk a společnost	
Tematický blok: Voják AČR	
Cíle vyučovací hodiny: <ul style="list-style-type: none"> • Kognitivní - žák porozumí vyprávěnému příběhu, který dokáže převyprávět. • Afektivní - žák vnímá a naslouchá vyprávěnému příběhu. • Psychomotorické - žák rozvíjí prostorovou orientaci. 	
Motto: „Nebud’ obyvatelem, staň se občanem!“	
Biblický text: <i>„Konečně, bratří, přemýšlejte o všem, co je pravdivé, čestné, spravedlivé, čisté, cokoli je hodné lásky, co má dobrou pověst, co se považuje za ctnost a co sklízí pochvalu. Čemu jste se u mne naučili, co jste přijali a uslyšeli i spatřili, to činite. A Bůh pokoje bude s vámi.“ (Fil 4, 8-9)</i>	
Čas: 45 min	Počet instruktorů: 2
Prostředí: třída, tělocvična, hřiště	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: barevné zalaminované karty alespoň formátu A4, 15 zrcadel, obrázky labyrintu, psací potřeby, oficiální spot AČR, dataprojektor, PC	
Program: <p>Na příkladu vojáka a armády si můžeme dnes ukázat, že se vyplatí být připraven na situace, které pravděpodobně nenastanou, ale když ano, pak se hodnotí naše nelhostejnost.</p> <p>Promítnout oficiální spot AČR: „Nebud’ obyvatelem, staň se občanem!“</p> <p>Jak své sebe-vědomí a vědomí spolu-zodpovědnosti za svůj život a životy svých blízkých i spoluobčanů podpořit? Výcvikem. Je dobré cvičit nejen tělo, ale i paměť, postřeh... ale i přemýšlet o společnosti, jejíž jsem součástí, o světě, ve kterém žiji, o situacích, které by nastat mohly.</p> <p>Velice zajímavě a otevřeně o tom píše tzv. <i>Doktrína AČR</i>: „<i>Ozbrojený konflikt jakéhokoli typu je krvavá, chaotická a destruktivní záležitost. Neodmyslitelný chaos bojové činnosti je ovlivněn nahodilostí a fikcí, kdy jsou počáteční plány předstíženy a ovlivněny novými událostmi, a proto vyžadují nepřetržitou úpravu. Strach je samozřejmost, dokonce i uvnitř myslí těch, kteří jsou připraveni zvládat jeho podněty. Odvaha a umění vedení boje,</i></p>	

spolu se soudržností jednotky a disciplínou, jsou-li pravidelně cvičeny a testovány během výcviku, jsou nejlepší prevencí proti strachu.“ (DAČR 2013, odst. 0106)

Cooperova teorie předbojové pozornosti – semafor

Lektor postupně ukazuje karty s jednotlivými barvami a vykládá fiktivní příběh. Žáci – pokud je to v jejich věku představitelné – mohou předvádět scénku z autobusu. Samozřejmě lektor může svůj výklad doplnit.

Bílá: Mladý muž jede v autobuse. Na uších má sluchátka, přes hlavu kapuci. Nevnímá okolí. Možná v sobě něco řeší, nebo naopak ani neví o světě. Možná je opilý nebo plný opojného jasu nějakého fetu.

Zelená: Druhý mladík jede stejným autobusem. Chatuje. Ale na každé zastávce zvedne oči, a jen ze zájmu se podívá, kdo vystoupil a kdo přistoupil. Ví, kudy právě autobus jede. Kdokoliv by se ho zeptal, jestli autobus zastavuje třeba na zastávce Letná, uměl by odpovědět.

Oranžová: Tento mladík si všimne, že do autobusu nastoupí partička, která se chová hlučně, vulgárně a agresivně. Jejich pozornost směřuje jeden na druhého, ne na okolí. Vnímá je, po očku je sleduje, ale jinak nad nimi více nepřemýšlí.

Červená: Skupinka se však přesune do jeho blízkosti. Začínají komentovat jeho oblečení, mobil, vzhled. Mladík si je spočítá, přemýšlí, kudy by mohl odejít nebo dokonce utéct. Přemýšlí, jak by bylo možné se bránit. V kapse nahmatá klíče od domu a navlékne kroužek na prst. Mobil schová a zavře do kapsy.

Černá: Jeden z agresivní skupinky náhodou v zatáčce upadne na mladíka se sluchátky na uších. Ten se lekne. Nečekal to. Odstrčí ho a tím začíná otevřená agrese. Druhý mladík se prosmykne z autobusu respektive z místa konfliktu ven, protože vyhodnotil, že proti přesile se neubrání.

Nežijeme ve světě, který by byl zcela bezpečný. Je dobré v něm být zorientován. Kdo je připraven, není dlouhodobě paralyzován. Jsou zajímavá hesla vojenských jednotek. Např.: Štěstí přeje připraveným. Pot šetří krev. Těžko na cvičišti, lehký na bojišti.

To, že nám někdy může chvíli trvat, než se zorientujeme, si ukážeme v následující aktivitě.

Překlop perspektivu

Žáci utvoří dvojice. Sednou si na židle tváří k sobě. Jeden si na svá kolena položí např. učebnici, sešit či jinou tvrdou desku, na kterou dostane obrázek labyrintu. Druhý mu podrží zrcadlo tak, aby viděl odrazem obrázek. Na obrázek se může dívat pouze přes zrcadlo. Jeho úkolem je v co nejkratším čase tužkou projet labyrint.

Máme zažité některé stereotypy, které v určitých situacích nefungují. Vítězí ten, kdo se umí adaptovat a kdo z každé situace vytěží něco pozitivního nebo poučného. Celý život se mu tak stává školou, laboratoří, zkušebnou – nemám na mysli jalové hazardování se zdravím, životem nebo materiálními škodami.

Reflexe:

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

8.2 Modelový program POKOS pro SŠ 1. den

Program pro střední školy - přednáškový blok	
Vzdělávací oblast: Vzdělání pro zdraví	
Tematický blok: Voják AČR	
Cíle vyučovací hodiny: <ul style="list-style-type: none">• Kognitivní - student porozumí výkladu instruktora.• Afektivní - student vnímá přednášku a zapojuje se do nácviků dovedností.• Psychomotorické - student rozvíjí orientaci v prostoru, vedení rádiového provozu a obecné zásady poskytování první pomoci.	
Motto: "Štěstí přeje připraveným."	
Čas: 4 hod	Počet instruktorů: 6
Prostředí: učebna, prostory u školy (hřiště, tělocvična)	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: data projektor, PC, osobní lékárnička, zdravotnický materiál, figurína na KPR, 6 ks radiová stanice RF-13 s příslušenstvím, 6 ks map okolí, 6 ks buzol, zavazadlo (batoh s věcmi na 2 dny – spodní prádlo, pláštěnka, náhradní věci na převlečení)	
Program: ZDRAVOTNICKÁ PŘÍPRAVA: První pomoc Na začátku hodiny se instruktor představí a seznámí posluchače s obsahem probírané tematiky. <ul style="list-style-type: none">• Obecné zásady při poskytování první pomoci<ol style="list-style-type: none">a) základní chování ošetřujícího;b) bezpečnost ošetřujícího při poskytování první pomoci;c) základy vyšetření zraněného;d) zavolání odborné lékařské pomoci;e) péčování o zraněného do příjezdu lékaře.• Stavy bezprostředně ohrožující život<ol style="list-style-type: none">a) bezvědomí;b) resuscitace;c) odstranění překážek z dýchacích cest;d) masivní zevní krvácení;e) vnitřní krvácení.	

- **Nejčastější úrazové stavy a jak je řešit**
 - a) poranění hlavy;
 - b) poranění hrudníku;
 - c) poranění břicha;
 - d) poranění páteře;
 - e) poranění končetin;
 - f) ošetření ran.
- **Prostor na případné dotazy či vyzkoušení modelových situací.**

SPOJOVACÍ PŘÍPRAVA: Práce s radiovou stanicí RF – 13

Na začátku hodiny se instruktor představí a seznámí posluchače s obsahem probírané tematiky.

- **Definice:**
 - a) radiový směr;
 - b) radiová síť;
 - c) volací znaky.
- **Příprava k provozu RF - 13**
 - a) naladění na určitý kmitočet;
 - b) navázání spojení v učebně;
 - c) navázání spojení v okolí školy.
- **Prostor na případné dotazy.**

TOPOGRAFICKÁ PŘÍPRAVA: Souřadnicové systémy při používání buzoly, mapy, přijímačů GPS

- **Studium mapy**
 - a) vyhodnocení terénu (taktické a ochranné vlastnosti terénu);
 - b) určení severu na mapě;
 - c) pochod podle azimutu;
 - e) obcházení překážek.
- **Prostor na případné dotazy.**

Závěr: Shrnout výukové bloky, předat instrukce na další den, poděkovat, povzbudit a rozloučit se.

8.2 Modelový program POKOS pro SŠ 2. den

Program pro střední školy	
Vzdělávací oblast: Vzdělání pro zdraví	
Tematický blok: Voják AČR	
Motto: „ Chrabrost je nad počty“	
Cíle vyučovací hodiny: <ul style="list-style-type: none">• Kognitivní - student si uvědomí význam lékárničky a jejího vybavení pro poskytnutí první pomoci.• Afektivní - student prožívá konkrétní situace, které mu instruktoři připraví.• Psychomotorické - student rozvíjí obecné zásady poskytování první pomoci a účinné postupy vedoucí k záchraně života s důrazem na vlastní bezpečnost.	
Čas: 4 hod	Počet instruktorů: 8
Prostředí: neznámý prostor (lesy, skály, rybníky apod.)	Počet dětí: 20 - 30
Pomůcky: osobní lékárnička, zdravotnický materiál, figurína na KPR, 6 černých dýmovic, horolezecký sedák, horolezecká přilba, lano, 6 ks reflexních vest, mapa okolí, buzola, mobilní telefon do týmu.	
Program: <p>Každý student bude mít s sebou zavazadlo (batoh s věcmi na 3 dny – brýle, šátek, spodní prádlo, pláštěnka, náhradní věci na převlečení). Na začátku studenty rozdělíme do tří týmů (cca. 10 osob). Každý z těchto týmů bude převezen na jiné neznámé místo. Jejich úkolem bude zorientovat se v mapě a přesunout se do určitého místa. S celým týmem jde instruktor, který je v roli pozorovatele. Instruktor sleduje práci týmu a úkoly, které plní, a dělá s týmem reflexi. Na cestě plní tým jednotlivé úkoly, které se týkají navázání radiového spojení s operátorem, první pomoci, řešení ochrany v mimořádných událostech.</p> <p>1. tým: Je vysazen na neznámém místě A.</p> <p>1. úkol: zorientovat se v mapě, složit RF 13, provést zkoušku spojení s operátorem a předat mu souřadnice, na kterých se tým nachází. Od operátora dostane tým souřadnice, na které se musí přemístit po vlastní ose.</p> <p>Možné problémy: špatné určení souřadnic v mapě, nenavázání radiového spojení s RF 13 (velká vzdálenost, hustě zastavěná oblast).</p>	

2. úkol: naplánovat nejvhodnější cestu na dané souřadnice.

3. úkol: první pomoc – spadlý horolezec ze skály.

Provedení: U skalního masivu vyběhne hysterický člověk a začne na skupinu křičet, že je tam spadlý člověk, který vydává zvláštní zvuky. Tým se má rozhodnout, co a jak udělá při této události.

Možné varianty, které mohou účastníci využít:

- možnost zastavit projíždějící vozidlo, pokud v místě nějaké jede, a požádat o pomoc.
- možnost poskytnout první pomoc a zavolat operátora RF 13 pro vyrozumění rychlé záchranné služby (dále jen RZS), nebo pokud má skupina telefon (od instruktora), tak zavolat na linku 155 (zdravotnický personál AČR).

Co je potřeba nahlásit při vyrozumění RZS:

- **co se stalo** - je třeba popsat událost, rozsah, počet postižených nebo ohrožených osob.
- **kde se to stalo** - je třeba uvést, pokud je to možné, přesnou adresu nebo popsat místo události. Pokud je třeba, popište i nejvhodnější cestu k tomuto místu. Podstatné je sdělit, kde se událost fyzicky stala a ne kde se právě nacházíte.
- **kdo volal** - je třeba nahlásit také jméno a kontakt na volajícího.

Reflexe: Rozebrat situaci. Jak to viděli účastníci, jak to viděl zraněný a jak to viděl instruktor.

4. úkol: projít zamořeným územím – na určeném místě instruktor zastaví tým a řekne mu, že dostal zprávu od operátora, že se stala mimořádná událost (např. poškozená chemička, velký lesní požár apod.) v místě, kam tým směřuje, a je potřeba se podle toho ochránit improvizovanými pomůckami. Tým se připraví na překonání zamořeného prostoru a pokračuje dál po zvolené cestě. Po nějaké době instruktor zapálí dýmovnice. Tým projde cca 200 m s improvizovanými pomůckami. Na konci kontaminovaného prostoru instruktor týmu oznámí, že prošli zamořeným územím a mohou improvizované pomůcky sundat.

Celková reflexe: Co bylo pro vás obtížné? Co jste během cesty prožili? Co se vám líbilo? Co byste změnili? Co vám chybělo?

2. tým: Je vysazen na neznámém místě B.

1. úkol: zorientovat se v mapě, složit RF 13, provést zkoušku spojení s operátorem a předat mu souřadnice, na kterých se tým nachází. Od operátora dostane tým souřadnice, na které se musí přemístit po vlastní ose.

Možné problémy: špatné určení souřadnic v mapě, nenavázání radiového spojení s RF 13 (velká vzdálenost, hustě zastavěná oblast).

2. úkol: naplánovat nejvhodnější cestu na dané souřadnice.

3. úkol: první pomoc – dopravní nehoda.

Provedení: Na opuštěné cestě je vidět osobní automobil, který vyjel z komunikace a je zaklíněný ve stromu. V osobním automobilu se nachází řidič, který nejeví známky života. Tým se má rozhodnout, co a jak udělá při této události.

Možné varianty, které mohou účastníci využít:

Vytáhnout opatrně řidiče vozidla a poskytnout mu první pomoc a zavolat operátora přes RF 13 pro vyrozumění RZS, nebo pokud má skupina telefon (od instruktora), tak zavolat na linku 155 (zdravotnický personál AČR) co mají dělat.

Co je potřeba nahlásit při vyrozumění RZS:

- **co se stalo** - je třeba popsat událost, rozsah, počet postižených nebo ohrožených osob.
- **kde se to stalo** - je třeba uvést, pokud je to možné, přesnou adresu nebo popsat místo události. Pokud je třeba, popište i nejvhodnější cestu k tomuto místu. Podstatné je sdělit, kde se událost fyzicky stala a ne kde se právě nacházíte.
- **kdo volal** - je třeba nahlásit také jméno a kontakt na volajícího.

Reflexe: Rozebrat situaci. Jak to viděli účastníci, jak to viděl zraněný a jak to viděl instruktor.

4. úkol: projít zamořeným územím – na určeném místě instruktor zastaví tým a řekne mu, že dostal zprávu od operátora, že se stala mimořádná událost (např. poškozená chemička, velký lesní požár apod.) v místě, kam tým směřuje, a je potřeba se podle toho ochránit improvizovanými pomůckami. Tým se připraví na překonání zamořeného prostoru a pokračuje dál po zvolené cestě. Po nějaké době instruktor zapálí dýmovnice. Tým projde cca 200 m s improvizovanými pomůckami. Na konci kontaminovaného prostoru instruktor týmu oznámí, že prošli zamořeným územím a mohou improvizované pomůcky sundat.

Celková reflexe: Co bylo pro vás obtížné? Co jste během cesty prožili? Co se vám líbilo? Co byste změnili? Co vám chybělo?

3. tým: Je vysazen na neznámém místě C.

1. úkol: zorientovat se v mapě, složit RF 13, provést zkoušku spojení s operátorem a předat mu souřadnice, na kterých se tým nachází. Od operátora dostane tým souřadnice, na které se musí přemístit po vlastní ose.

Možné problémy: špatně určení souřadnic v mapě, nenavázání radiového spojení s RF 13 (velká vzdálenost, hustě zastavěná oblast apod.).

2. úkol: naplánovat nejvhodnější cestu na dané souřadnice.

3. úkol: projít zamořeným územím – na určeném místě instruktor zastaví tým a řekne mu, že dostal zprávu od operátora, že se stala mimořádná událost (např. poškozená chemička, velký lesní požár apod.) v místě, kam tým směřuje, a je potřeba se podle toho ochránit improvizovanými pomůckami. Tým se připraví na překonání zamořeného prostoru a pokračuje dál po zvolené cestě. Po nějaké době instruktor zapálí dýmovnice. Tým projde cca 200 m s improvizovanými pomůckami. Na konci kontaminovaného prostoru instruktor týmu oznámí, že prošli zamořeným územím a mohou improvizované pomůcky sundat.

4. úkol: první pomoc – topící se osoba.

Tým prochází kolem místního rybníka, kde slyší volání o pomoc a vidí topícího se muže. Tým se má rozhodnout, co a jak udělá při této události (jde o čas).

Možné varianty:

- skočit co nejrychleji pro topícího se a vytáhnout ho na souš – provést první pomoc (resuscitaci).

- zavolat operátora RF 13 pro vyrozumění RZS, nebo pokud má skupina telefon (od instruktora), tak zavolat na linku 155 (zdravotnický personál AČR).

Co je potřeba nahlásit při vyrozumění RZS:

- **co se stalo** - je třeba popsat událost, rozsah, počet postižených nebo ohrožených osob.
- **kde se to stalo** - je třeba uvést, pokud je to možné, přesnou adresu nebo popsat místo události. Pokud je třeba, popište i nevhodnější cestu k tomuto místu. Podstatné je sdělit, kde se událost fyzicky stala a ne kde se právě nacházíte.
- **kdo volal** - je třeba nahlásit také jméno a kontakt na volajícího.

Reflexe: rozebrat situaci. Jak to viděli účastníci, jak to viděl zraněný a jak to viděl instruktor.

Celková reflexe: Co bylo pro vás obtížné? Co jste během cesty prožili? Co se vám líbilo? Co byste změnili? Co vám chybělo?

Závěr: Poděkovat, povzbudit, rozloučit se.

ZÁVĚR

Diplomová práce pojednává o využití zážitkové pedagogiky v dotačním programu POKOS. Hlavním cílem této práce bylo vytvoření několika metodických modelů pro výuku POKOS pro 1. až 9. ročník základních škol a také dvoudenních modelů pro střední školy tak, aby si žáci a studenti lépe osvojili a prohloubili danou tematiku. Modely mohou posloužit budoucím lektorům z řad AČR, i samostatným pedagogům, jako inspirace jak vést výuku spojenou s daným tématem.

Teoretická část je rozdělena do šesti kapitol. Práce postupuje od obecného ke konkrétnímu, proto jsou v první kapitole vypsány rešerše publikací zabývajících se danou tematikou tak, abych získal přehled a základní informace o dané problematice. Druhá kapitola se zabývá pojmy, které jsou spojené s AČR, POKOS a zážitkovou pedagogikou. Třetí kapitola pojednává o cílech, principech a zkušenostním učení, které se používají při aplikaci zážitkové pedagogiky. Čtvrtá kapitola je zaměřena na cílové skupiny žáků a studentů z pohledu vývojové psychologie, pro které byly vytvořeny metodické modely. V páté kapitole jsou popsány metody, formy a prostředky zážitkové pedagogiky, které mi pomohly k vypracování výše zmíněným modelů. Šestá kapitola s názvem Příprava obyvatelstva k obraně státu v sobě zahrnuje vše, co je spojeno s mimořádnou událostí, ať už se jedná o fungování a koordinaci IZS, varování obyvatelstva či samotnou evakuaci obyvatel. Tato kapitola v sobě zahrnuje i obranu státu z pedagogického hlediska.

Empirická část je rozdělena do dvou částí. První část poskytuje vstupní informace o znalostech žáků a studentů na vybraných základních a středních školách. Pro získání informací jsem vytvořil vlastní dotazník, který jsem předal jednotlivým ředitelům na školách, kde proběhlo školení POKOS AČR, a na školách, kde problematiku POKOS probrali samotní pedagogové v rámci RVP. V druhé části jsou vytvořeny samostatné metodické modely pro I. a II. stupeň základní školy a dvoudenní program pro střední školy.

Domnívám se, že stanové cíle práce se mi podařilo naplnit, ale zároveň si uvědomuji, že je potřeba na daných modech stále pracovat a doplňovat je o nové poznatky, které získáme zpětnou vazbou od žáků a studentů. Pro mě osobně bylo zpracování t práce velkým přínosem, protože jsem mohl propojit zážitkovou pedagogiku s projektem Příprava občanů k obraně státu tak, aby tyto programy byly funkční a mohly se využívat při výuce.

Seznam zdrojů

Bible: Písmo Svaté Starého a Nového Zákona (včetně deuterokanonických knih) :český ekumenický překlad. vyd. Praha: Česká biblická společnost, 2001. ISBN 80-85810-29-8.

Branná výchova s metodikou: učebnice pro střední pedagogické školy. 4., přeprac. vyd. Praha: SPN, 1988. 334 s. Učebnice pro střední školy (Státní pedagogické nakladatelství).

ČAPÁK, Ivo. *Branná výchova 2 : (Branný systém státu a jednotný systém branné výchovy obyvatelstva ČSSR).* vyd. Brno, 1986. 100 s.

DUBEC, Radek. *Doktrína Armády České republiky.* 3. vyd. Praha: Ministerstvo obrany České republiky - Vojenský historický ústav Praha pro Centrum doktrín VeV - VA Vyškov, 2013. ISBN 978-80-7278-619-0. 156 s.

FRANC, Daniel, Daniela SOBKOVÁ ZOUNKOVÁ a Andy MARTIN. *Učení zážitkem a hrou: praktická příručka instruktora.* vyd. Brno: Computer Press, 2007. 201 s. ISBN 978-80-251-1701-9.

GERHÁT, Ivan. *Příprava občanů k obraně státu: Příručka pro učitele základních a středních škol.* 2. vyd. Praha: Ministerstvo obrany České republiky - Vojenský historický ústav Praha, 2018. 113 s. ISBN 978-80-7278-728-9.

HANUŠ, Radek a Lenka CHYTILOVÁ. *Zážitkově pedagogické učení.* vyd. Praha: Grada, 2009. 192 s. ISBN 978-80-247-2816-2.

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy.* vyd. Praha: Portál, 2008. 239 s. ISBN 978-80-7367-473-1.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu.* 2., aktualizované vydání. vyd. Praha: Grada, 2016. 254 s. ISBN 978-80-247-5326-3.

KALHOUS, Zdeněk. *Školní didaktika.* vyd. Praha: Portál, 2002. 447 s. ISBN 80-7178-253-x.

KOMÍNEK, P. *Branná výchova v systému komunistické výchovy.* vyd. Brno, 1987.

KROUPA, Miroslav. *Chování obyvatelstva v případě havárie s únikem nebezpečných chemických látek: příručka pro orgány státní správy, územní samosprávy, právnické osoby a podnikající fyzické osoby a obyvatelstvo.* vyd. Praha: Ministerstvo vnitra - generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, 2004. ISBN 80-86640-23-x.

- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
- MAŇÁK, Josef a Vlastimil ŠVEC. *Výukové metody*. vyd. Brno: Paido, 2003. 219 s. ISBN 80-7315-039-5.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie organizace*. vyd. Praha: Grada, 2005. 225 s. ISBN 80-247-0577-x.
- NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. 6. vyd. Praha: Portál, 2011. 328 s. ISBN 978-80-7367-910-1.
- PAVLÍK, Luboš. *Branná výchova pro studující učitelství základních a středních škol*. vyd. Praha: SPN, 1981. 113 s.
- PECHÁNEK, Vladimír. *Pedagogická praxe v branné výchově*. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1986. 160 s.
- PELÁNEK, Radek. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. vyd. Praha: Portál, 2008. 205 s. ISBN 978-80-7367-353-6.
- PELÁNEK, Radek. *Zážitkové výukové programy*. vyd. Praha: Portál, 2010. 133 s. ISBN 978-80-7367-656-8.
- PRŮCHA, Jan, ed. *Pedagogická encyklopedie*. vyd. Praha: Portál, 2009. 935 s. ISBN 978-80-7367-546-2.
- PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 2. rozš. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-252-1.
- PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4., aktualiz. vyd. [i.e. Vyd. 5.]. vyd. Praha: Portál, 2008. 328 s. ISBN 978-80-7367-416-8.
- REITMAYEROVÁ, Eva a Věra BROUMOVÁ. *Cílená zpětná vazba: metody pro vedoucí skupin a učitele*. vyd. Praha: Portál, 2007. 173 s. ISBN 978-80-7367-317-8.
- VALIŠOVÁ, Alena, Hana KASÍKOVÁ a Miroslav BUREŠ. *Pedagogika pro učitele*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2011. 456 s. ISBN 978-80-247-3357-9.

ZAPLETAL, M. Velká encyklopedie her: Hry na hřišti a v tělocvičně. vyd. Praha: Olympia, 1987. 629 s.

plk.gšt. Ing. KARAFFA Vladimír, CSc., Příručka vojáka AČR, 2. vyd. Vyškov, Správa doktrín ŘeVD, 2007, 248 s.

ŽÁK, Vojtěch. *Metody a formy výuky: hospitační arch.* vyd. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, 2012. 27 s. ISBN 978-80-87063-61-3.

Seznam použitých internetových zdrojů

Zákon č. 219/1999 Sb., *Zákon o ozbrojených silách České republiky. Zákony pro lidi [online]. [cit. 2020-04-16].* Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1999-219>.

Zákon č. 222/1999 Sb., *Zákon o zajišťování obrany České republiky. Zákony pro lidi [online]. [cit. 2018-04-16].* Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1999-222>.

Zákon č. 239/2000 Sb., *Zákon o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů. Zákony pro lidi [online]. [cit. 2019-04-16].* Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-239>.

Zákon č. 240/2000 Sb., *Zákon o krizovém řízení a o změně některých zákonů (krizový zákon). Zákony pro lidi [online]. [cit. 2019-04-16].* Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-240>.

Vyhláška č. 328/2001 Sb., *Vyhláška Ministerstva vnitra o některých podrobnostech zabezpečení integrovaného záchranného systému. Zákony pro lidi [online]. [cit. 2019-04-16].* Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2001-328>.

Vyhláška č. 380/2002 Sb., *Vyhláška Ministerstva vnitra k přípravě a provádění úkolů ochrany obyvatelstva. Zákony pro lidi [online]. [cit. 2019-04-16].* Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2002-380>.

Seznam obrázků

Obr.1 – Edgar Dále – pyramida učení.....	14
Obr. 2 – Kolbův cyklus učení.....	15
Obr. 3 – stav plynutí.....	17
Obr. 4 – Komfortní zóna.....	18

Seznam tabulek a grafů

Tabulka 1 – Krizové stavy.....	28
Tabulka 2 – Výsledky 1. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	40
Tabulka 3 – Výsledky 1. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	40
Tabulka 4 – Výsledky 2. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	41
Tabulka 5 – Výsledky 2. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	41
Tabulka 6 – Výsledky 3. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	42
Tabulka 7 – Výsledky 4. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	42
Tabulka 8 – Výsledky 4. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	43
Tabulka 9 – Výsledky 4. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	43
Tabulka 10 – Výsledky 5. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	44
Tabulka 11 – Výsledky 5. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	44
Tabulka 12 – Výsledky 6. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	45
Tabulka 13 – Výsledky 6. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	45
Tabulka 14 – Výsledky 7. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	46
Tabulka 15 – Výsledky 7. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	46
Tabulka 16 – Výsledky 8. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	47
Tabulka 17 – Výsledky 8. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	47
Tabulka 18 – Výsledky 9. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	48
Tabulka 19 – Výsledky 9. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	48
Tabulka 20 – Výsledky 10. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	49
Tabulka 21 – Výsledky 10. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	49
Tabulka 22 – Výsledky 11. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	50
Tabulka 23 – Výsledky 11. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	50
Tabulka 24 – Výsledky 12. otázky u škol, které prošly instruktáží AČR.....	51
Tabulka 25 – Výsledky 12. otázky u škol, které neprošly instruktáží AČR.....	51
Graf č. 1 – Celkové výsledky testů – uzavřené výsledky.....	53