

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské výchovy



Škola v přírodě s prvky hipoterapie pro ZŠ Vrbátky

Bakalářský projekt

Autor: Michaela Krejčířiková

Vedoucí práce: Mgr. Milena Öbrink Hobzová, Ph.D.

Olomouc 2023

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářský projekt na téma *Škola v přírodě s prvky hipoterapie pro ZŠ Vrbátky* vypracovala samostatně a uvedla všechny použité zdroje.

V Olomouci dne

.....

Michaela Krejčířiková

Poděkování

Ráda bych poděkovala paní Mgr. Mileně Öbrink Hobzové, Ph.D. za pomoc při psaní bakalářského projektu, za trpělivost a odborné vedení. Dále bych chtěla poděkovat své rodině a přátelům za podporu při studiu.

Obsah

Úvod.....	1
1 Hipoterapie.....	Chyba! Záložka není definována.
1.1 Rozdělení hipoterapie	3
1.2 Vliv hipoterapie na člověka	4
1.3 Vliv na osobnost	6
2 Historie hipoterapie.....	7
2.1 Hipoterapie v praxi	8
2.2 Nasedání a sesedání	9
2.3 Korektní sed na koni.....	10
2.4 Postup hipoterapie	11
2.5 Terapeutické polohování na koni	12
2.6 Chyby při realizaci hipoterapie.....	13
2.7 Bezpečnostní opatření při vykonávání hipoterapie	14
3 Hiporehabilitační kůň.....	15
3.1 Hiporehabilitační kůň pro fyzioterapii a ergoterapii	16
3.2 Hiporehabilitační kůň pro činnost v psychiatrii, psychologii a v pedagogické a sociální praxi	17
3.3 Výcvik hiporehabilitačního koně.....	18
3.4 Zátěž koně při hiporehabilitaci	20
3.5 Požadavky na vzdělání hipoterapeutických pracovníků.....	21
3.5.1 Požadavky na terapeuta ve fyzioterapii a ergoterapii.....	21
3.5.2 Požadavky na instruktora při hiporehabilitaci v pedagogické a sociální praxi ..	21
3.5.3 Požadavky na terapeuta při hipoterapii v psychiatrii a psychologii.....	21
3.5.4 Požadavky na instruktora paradrezury a paravoltiže.....	22
3.6 Česká hiporehabilitační společnost	23
4 Projekt škola v přírodě s prvky hipoterapie	24
4.1 Škola v přírodě.....	25
4.2 Legislativa školy v přírodě	26
4.3 Podmínky pro účast dětí na škole v přírodě	27
4.4 Povinnost školy vztahující se k organizaci školy v přírodě.....	28
4.5 Základní škola Zdeny Kaprálové.....	29
4.6 SWOT analýza ZŠ Zdeny Kaprálové	30
4.7 Rekreační středisko Koně Řídeč.....	31

4.8	První den školy v přírodě.....	32
4.9	Druhý den školy v přírodě.....	34
4.10	Třetí den školy v přírodě	36
4.11	Čtvrtý den školy v přírodě.....	39
4.12	Pátý den školy v přírodě	42
5	Závěr.....	43
	Použitá literatura	44
	Seznam příloh.....	47

ÚVOD

Bakalářský projekt s názvem *Škola v přírodě s prvky hipoterapie pro ZŠ Vrbátky* je zaměřen na hipoterapii a vše kolem ní spojené. Ať už se jedná o samotný výcvik koní pro tuto činnost, či vysvětlení, jakým způsobem mohou koně, ale i jiná zvířata pomáhat lidem s handicapem v poúrazových stavech nebo v posunutí důvěry u duševně handicapovaných lidí. Všechny výše zmíněné aspekty hipoterapie budou v bakalářském projektu rozebrány.

Kůň jako takový je už od pradávna považován za symbol síly, krásy, elegance, svobody a také za symbol něčeho nedosažitelného. Zřejmě proto se ho snažili lidé domestikovat. Kůň nepřináší užitek jen handicapovaným lidem, ale i lidem, kteří žádným handicapem netrpí. Jízda na koni poskytuje uvolnění, díky kterému se člověk může alespoň na chvíli oprostít od veškerých starostí a vnímat pouze volnost a svobodu. Říká se, že nejkrásnější pohled na svět je z koňského hřbetu.

Kůň má velmi vzácnou schopnost zrcadlit naše emoce, což znamená, že čím více bude jezdec psychicky vyrovnaný, tím více bude vyrovnaný i kůň. Díky tomu se člověk na koni učí kontrolovat své pocity. Zmínky o hipoterapii můžeme dohledat již za dob filozofa Marca Aurelia. Léčebná metoda za pomoci koně přetrvala i po tak dlouhé době až dodnes. Handicapovaní lidé, kteří netrpí žádnou závažnější formou mentálního postižení, se mohou velmi účinně začleňovat do společnosti díky široké škále tzv. „parasportů“. Mezi tyto sporty patří např. parajezdeckví dělící se na paradrezuru, paravoltiž, paravozatajství, paraparkur a parawestern. Veškerým zmíněným sportům se mohou handicapovaní věnovat jak rekreačně, tak i závodně.

Škola v přírodě je pro děti velkým přínosem z hlediska duševní a fyzické pohody. Pobyt má pozitivní vliv na stmelování kolektivu třídy. Děti se vzájemně lépe poznají, učí se spolu komunikovat a kooperovat při nejrůznějších aktivitách. Nabývají tak velmi důležité schopnosti, které si zafixují do budoucna. Hlavním cílem projektu je však prohloubení vztahu k přírodě a zvířatům. Pobyt na škole v přírodě je v dnešní době, kdy většina dětí žije ve městech a do přírody zavítají sporadicky, vítanou změnou prostředí. Cílem je zpestřit dětem školní rok a výukové hodiny, zlepšit jejich tělesnou kondici a zvýšit samostatnost. Dalším cílem pro děti je porozumět, zapamatovat si a následně aplikovat dovednosti získané během pobytu v přírodě.

Obsahově je projekt rozdělen do několika částí. V první části jsou obsaženy informace o hipoterapii, druhá část se věnuje hipoterapeutickým koním a pracovníkům, kteří terapeutickou činnost provádějí. Poslední část je zaměřena na samotný projekt školy v přírodě. Projekt se skládá z aktivit pro děti a harmonogramu činností na jednotlivé dny.

1 HIPOTERAPIE

Hipoterapie je nejvíce rozšířenou metodou animoterapie. Jedná se o metodu léčebné rehabilitace, kdy kůň svým pohybem pozitivně působí na handicapovaného člověka. Název hipoterapie pochází z řečtiny *hippos – kůň, therapie – léčba*.

„Kůň slouží jako terapeutický prostředek díky trojrozměrnému pohybu svého těla (frontální, sagitální, horizontální). Při něm dochází k ustavičnému střídání napětí a uvolňování těla pacienta, který je tak nucen se neustále přizpůsobovat pohybové sinusoidě koňského hřbetu, a to i při své naprosté pasivitě.“ (Pipeková, Vítková 2001, s. 132).

Pacient se neustále musí snažit sladit svůj pohyb s koněm a provádět balanční cviky. Celá rehabilitace je vedena fyzioterapeutem a hipologem, který má za úkol připravit a ovládat koně během celého procesu podle závažnosti handicapu daného člověka. Doporučovaná délka pro terapii je uvedena v odborné literatuře: (Hollý, Hornáček 2005).

Hipoterapie je nejvíce využívána u těchto zdravotních diagnóz:

- **oblast ortopedie**

- vrozené malformace končetin;
 - anomálie páteře a hrudníku;
 - stavy po zlomeninách končetin;
 - amputace;

- **oblast neurologie**

- roztroušená mozkomíšní skleróza;
 - svalové atrofie a dystrofie;
 - dětská mozková obrna (Pipeková, Vítková 2001, s. 132).

1.1 Rozdělení hipoterapie

Hipoterapie se dělí do tří základních odvětví:

- hipoterapie;
- pedagogicko-psychologické ježdění;
- sportovní ježdění handicapovaných.

Hipoterapie

V tomto pojetí se hipoterapie chápe jako „*Cílené využití práce s koněm, vožení se na koni a ježdění (hipických aktivit), ale hlavně multidimenzionálního pohybu koně na zmírnění nebo odstranění příznaků onemocnění pohybového aparátu*“. (Hollý, Hornáček 2005, s. 19). Jedná se tedy o ježdění na koni, jež pomáhá handicapovaným s jejich fyzickou stránkou postižení.

Pedagogicko-psychologické ježdění

Metoda pedagogicko-psychologického ježdění se využívá k dosažení pozitivního účinku na lidskou psychiku. Jak už bylo zmíněno v úvodu, jízda na koni má blahodárný vliv na lidskou psychiku. „*Pedagogicko-psychologické ježdění definujeme jako využívání práce s koněm, vožení se na koni a ježdění na koni jako pedagogické a psychologické médium k dosažení pozitivních změn v chování dětí a mládeže, nebo ke zmírnění nebo odstranění příznaků duševní choroby či mentálního handicapu*.“ (Hollý, Hornáček 2005, s. 19).

Sportovní ježdění handicapovaných

Hlavním smyslem sportovního ježdění handicapovaných je sociální začlenění se handicapovaných lidí do určitého sportu. V tomto případě se jedná o tzv. „parajezdectví“.

1.2 Vliv hipoterapie na člověka

Vlivů, které působí na člověka při jízdě na koni, je mnoho a všechny tyto vlivy se dají třídit do různých kategorií. Jednou z kategorií je dělení dle faktorů působících na člověka při hipoterapii. Tyto faktory jsou:

- **specifické** – nevyskytují se v jiných rehabilitačních metodách;
- **nespecifické** – vyskytují se i v jiných rehabilitačních metodách;
- **psychosociální**.

Specifické faktory

Jedním ze specifických faktorů, který v hipoterapii působí na člověka, je krok koně. Krok koně je trojdimenzionální a jezdec se mu při jízdě musí přizpůsobit. Proto je tento prvek řazen do specifických faktorů, jelikož ho v žádné jiné rehabilitační metodě nenajdeme. Jízda na koni simuluje chůzi člověka ve vzpřímené poloze. „*Hipoterapie je rehabilitační metoda, která fyziologickou chůzi koně ovlivňuje patologickou chůzi člověka. Hipoterapie je metoda, která nabízí pacientovi živé protězy.*“ (Hollý, Hornáček 2005, s. 35). Jelikož pohyb koně není zcela pravidelný kvůli případným nerovnostem terénu, po kterém kůň jde, dochází k tomu, že pacient se neustále musí přizpůsobovat a nedochází tak ke stereotypnímu návyku.

Nespecifické faktory

U nespecifických faktorů se využívají proprioceptivní podněty, což např. znamená působení tělesného tepla zvířete na člověka. Mezi tyto faktory patří:

- taktilní kožní stimulace – jedná se o konkrétní místo dotyku pacienta se zvířetem, sedlo by během terapie nemělo být použito, aby byl faktor funkční, jelikož sedlo zamezuje přímému kontaktu s tělem koně;
- vliv tepla – tělesná teplota koně se pohybuje okolo 38 °C, působí na svaly pacienta a tím je uvolňuje;
- cvičení proti odporu – dochází k němu díky gravitaci působící během pohybu koně na člověka;
- podpůrné reakce – jedná se o procvičování kloubů pacienta střídáním jízdy se třmeny a bez třmenů. Při jízdě se třmeny se pacient o ně snaží zapřít a díky tomu se klouby procvičují;
- obranná reakce proti pádu – balanční cvik, při kterém pacient pracuje se svojí rovnováhou a těžištěm, dochází tak k procvičování obranné reakce;

- labyrintové reflexy – cvik, při němž se pacient položí na koně napříč na svůj trup; při chůzi koně dochází k pohybům podobným kolébání, pacienta tím uvolní a dochází k naprosté relaxaci;
- bederní hluboké posturální reflexy – cvičení pomáhá při reedukaci chůze, jelikož při jízdě na koni se neustále střídavě přetáčí pánev pacienta;
- vytahování zkrácených tkání – díky pohybu koně se neustále mění poloha člověka a tím se zkrácené tkáně procvičují. (Hollý, Hornáček 2005; Jiskrová, Casková, Dvořáková 2010).

1.3 Vliv na osobnost

Hipoterapie v neposlední řadě působí na psychiku člověka. Ovlivňuje sebevědomí jak nízké, tak i nadměrné (kůň obranně reaguje na nevhodné chování pacienta), intelektové schopnosti, různé úzkosti, či komunikaci. *„Sebevědomí a sebeuvědomování klienta ovlivňuje už samotný sed na kráčejícím koni; když klient vidí svět shora, ovládá ho, „je v sedle“ a řídí svůj vlastní osud. U nechodících pacientů se pocit sebevědomí upevňuje pocitem prožívání první „chůze“.“* (Hollý, Hornáček 2005, s. 41).

2 HISTORIE HIPOTERAPIE

Nejstarší dochované zmínky o hipoterapii jsou Galenovy spisy. Dále se k využití koně pro léčebné metody zmiňoval filozof Marcus Aurelius (121–180 n. l.). Jeho lékařem byl Galenos z Pergamonu (130–199 n. l.), který napsal výše zmiňované Galenovy spisy. Historie hipoterapie podle písemných záznamů souvisí s územím Slovenska, jelikož zde Marcus Aurelius hipoterapii prováděl. Jeho působení se nejspíše předávalo dál, neboť nedaleko místa, kde se usadil, leží Psychiatrická nemocnice Hronovce, ve které hipoterapii provádějí.

Mezi další významné osobnosti, jež využívaly koně jako prostředek k upevnění zdraví, patří Marie Terezie (1717–1780) a T. G. Masaryk (1850–1937). Masaryk se jezdeckví věnoval až do osmdesáti let věku.

V Česku se hipoterapie začala rozvíjet od roku 1947 při léčbě dětí s dětskou obrnou a postupně se metoda začala rozšiřovat do mnoha léčeben. (Lantelme–Faisan, V. 2021).

2.1 Hipoterapie v praxi

Při praktickém provádění hipoterapie je zapotřebí hned několik osob s různou odborností.

Lékař je v hipoterapii důležitou složkou z důvodu výběru pacientů, kteří léčebnou metodu potřebují. Lékař se také podílí na návrhu léčebného plánu pacienta společně s rehabilitačním pracovníkem. Obrovskou výhodou je osobní zkušenost lékaře s jízdou na koni. Nejlépe tak porozumí působení rehabilitační metody na pacienta.

Rehabilitační pracovník je nejdůležitější osobou při provádění hipoterapie. Tento pracovník by měl mít v oboru určitou odbornost a praktické zkušenosti s jízdou na koni. Celou terapii má za úkol řídit. *„Jeho úlohou je navodit korektní sed pacienta a podle potřeby ho korigovat. Má citlivě vést pacienta ke správným pohybům na koni, aby se sladil s jeho pohybem.“* (Hollý, Hornáček 2005, s. 63).

Psycholog, psychiatr, psychoterapeut, léčebný, speciální a sociální pedagog se věnují psychoterapeutické, speciálně-pedagogické a socioterapeutické sféře v hipoterapii. Jejich úkolem je podněcování pozitivních emocí u pacienta a s tím spojené sociální začlenění. Tito pracovníci si vytváří terapeutický plán a následně jej konzultují se zákonnými zástupci pacienta.

Pomocník při terapii pomáhá pacientům nasedat a sesedat z koně a chránit pacienta před případným pádem. Pomocník musí být seznámen s poučením o bezpečnostních opatřeních.

Hipolog před samotnou terapií koně připraví a následně koně vede. Hipolog musí mít kurz hipoterapie a odborné znalosti jako trenér. (Jiskrová, Casková, Dvořáková 2010; Hollý, Hornáček 2005; Velemínský, M. a kol. 2007).

2.2 Nasedání a sesedání

V běžném jezdeckví se na koně nasedá vždy z levé strany koně, přičemž u hipoterapie tomu tak není. Při terapii se mohou u nasedání využívat obě strany koně. Pacient, který trpí jen lehkým zdravotním postižením, se postaví čelem k boku koně. V případě nasedání z levého boku koně pacient vloží levou nohu do třmenu sedla (při jízdě bez sedla se nohou zapře o nastavenou ruku pomocníka). Poté se pacient chytá sedla, či madel a vytahuje se na hřbet koně. Jakmile jednou nohou stojí ve třmenu, druhou nohu přenáší přes hřbet a lehce dosedá do sedla. Pokud má pacient vážnější postižení a nedokáže se do sedla dostat sám, či s asistencí pomocníka, je zapotřebí využít speciálních pomůcek, např. rampu pro invalidní vozík, z které se pacient za pomoci pracovníků přenesse na hřbet koně. Sesedání z koně je stejné jako nasedání nýbrž v obráceném pořadí. *„Po sesednutí je dobré zařadit fázi klidu, aby se dosažený výsledek stabilizoval bez rušivých momentů. Ideální je, když se využijí různé relaxační techniky v lehu na zádech. Je třeba zdůrazňovat dýchání bránicí.“* (Hollý, Hornáček 2005, s. 68; Česká hiporehabilitační společnost 2015, s. 11–12).

2.3 Korektní sed na koni

Korektní sed znamená správné držení těla při jízdě na koni. Korektním sedem se rozumí sed obkročmo na hřbetě koně, pánev je podsazená, tělo je vzpřímené, ramena jsou spuštěná, lokty se dotýkají těla, hlava je narovnaná a kolena se dotýkají trupu koně. Při sedu je důležitá zátěž na obě sedací kosti kvůli stabilitě. Ukazatelem správného sedu je, že ucho, rameno, kyčel a pata pacienta se nachází ve stejné linii. *„Když je těžiště koně i jezdce v jedné linii, o což se snaží nejen jezdec, ale i kůň, protože tehdy je pohyb obou nejekonomičtější a nejpříjemnější, dochází k nejefektivnějšímu přenášení pohybových stimulů ze hřbetu koně přes sedací oblast pacienta na celé jeho tělo a probíhá neoptimálnější pohybový dialog kůň–jezdec.“* (Hollý, Hornáček 2005, s. 73). Korektní sed se bohužel mnoha pacientům nedaří provést z důvodu nejrůznějších postižení, např. postižení centrálního nervového systému.

2.4 Postup hipoterapie

Jakmile pacient sedí na koni, fyzioterapeut zkontroluje korektní sed pacienta a případně jeho sed upraví, aby byl nasměrovaný na společnou těžnici s koněm. Jezdce zkontroluje ze všech úhlů a ujistí se, že jeho hlava, ramena, lokty a nohy jsou v jedné linii. Fyzioterapeut pacienta upozorňuje na případné chyby v sedu a ten si následně sed upravuje sám podle instrukcí fyzioterapeuta. Tímto se také testují schopnosti pacienta, jak sám aktivně dokáže reagovat na výše zmíněné instrukce. Po ujištění, že pacient disponuje korektním sedem, hipolog pobídne koně do kroku. Fyzioterapeut neustále kontroluje jezdce, jak je schopen se dostat do rytmu chodu a do společné těžnice s koněm. Dále sleduje jeho pravidelné dýchání a schopnost samostatné úpravy sedu při jízdě. *„Při hipoterapii je cílem dosáhnout aktivní, korektní, stabilizovaný sed s rukama volně visícíma vedle trupu nebo položenýma na stehnech, protože v této pozici je ovlivnění postury nejefektivnější.“* (Hollý, Hornáček 2005, s. 75). Pacienti, kteří nedokážou ze zdravotních důvodů sami sedět a držet hlavu, vyvstává otázka, zda terapii provádět formou polohování na hřbet koně, nebo provádět terapii za pomoci asistovaného sedu s fyzioterapeutem.

2.5 Terapeutické polohování na koni

Ze všeho nejdříve se musí zhodnotit zdravotní a emocionální stav pacienta. Dále hraje významnou roli jeho věk a stádium vývoje. Po zhodnocení se následně mohou vybírat vhodné stimulační polohy na koni.

U pacientů s těžkým postižením centrální nervové soustavy se ze začátku terapie využívá poloha na trupu pacienta napříč na koňském hřbetě. Pozice se cvičí nejdříve na koni, který stojí, a postupně se přechází ke cvičení v kroku koně. Tato poloha se začala hojně využívat u kojenců a batolat, u kterých je zřejmé nějaké postižení. U polohy kolmo na hřbetě koně dochází k simulaci plazení a lezení dítěte, což jsou jedny z prvních vývojových etap pohybu. Terapie u batolat a kojenců se nazývá stimulační polohování na koni. (Pipeková, Vítková 2001; Hollý, Hornáček 2005).

Dále se využívá metoda podélného polohování na trupu pacienta. Opět nejdříve na stojícím koni, poté proti směru jeho chůze a až následně ve směru chodu koně. Pacient se opírá vleže o lokty, nebo celé paže natahuje před sebe, čímž se pomalu dostává do polohy správného držení těla.

Další terapeutickou polohou je poloha na boku pacienta. Používá se k podpoření vývojové fáze otáčení u dětí a lze ji aplikovat třemi způsoby. U prvního způsobu dítě leží na boku, u druhého způsobu leží na boku a je fixováno loktem ruky, u posledního způsobu dítě leží taktéž na boku a opírá se o napnutou paži.

U pacientů, kteří nemají příliš závažná postižení a mohou sami stát, se využívá pozice, kde pacient stojí na hřbetu koně, a tím se imituje stání na nestabilní ploše. (Pipeková, Vítková 2001; Hollý, Hornáček 2005).

2.6 Chyby při realizaci hipoterapie

Hollý a Hornáček (2005) uvádějí nejčastější chyby při realizaci hipoterapie z pozice rehabilitačního pracovníka:

- pasivita;
- rehabilitační pracovník nedbá na optimální sed;
- rehabilitační pracovník nepřeruší terapii pro korekci sedu;
- rehabilitační pracovník nepřeruší terapii z důvodu únavy pacienta;
- neupravuje práci hipologa při rychlém kroku koně;
- přílišné fixování pacienta, což zamezuje přenos pohybu z koně na pacienta;
- fixace pacienta za pánev;
- nevyužívání terapeutického polohování;
- nedostatečné, nebo naopak přílišné fixování přepadávající hlavy pacienta;
- akceptace nevhodného oděvu nejen pacienta, ale i terapeuta, či pomocníka;
- při polohování na zádech nedochází k fixaci ramenního kloubu (Hollý, Hornáček 2005, s. 91).

2.7 Bezpečnostní opatření při vykonávání hipoterapie

K vykonávání hipoterapie je zapotřebí písemného souhlasu pacienta. V případě nezletilých dětí souhlasu jejich zákonného zástupce. V neposlední řadě je vyžadováno úrazové pojištění jak od pacientů, tak i od pracovníků, kteří se na hipoterapii podílí. Pracovníci by měli být pojištěni na škody způsobené jejich nedbalostí. Za celkovou léčbu u pedagogicko-psychologického a psychoterapeutického ježdění odpovídají psycholog, léčebný pedagog, či psychoterapeut. U sportovního ježdění handicapovaných vede tuto činnost hipolog, nebo trenér.

Co se týče vhodného oděvu pacientů při hipoterapii, pacient by měl mít dlouhé pokud možno přiléhavé kalhoty. Horní část oděvu by měla být, z důvodu kontroly korektního sedu, také přiléhavá. Jezdecká přilba je povinná jen tehdy, pokud se jedná o jízdu v terénu. Při jízdě na jízdárně, kde je měkké podloží, přilba povinná není. Při jízdě na koni se sedlem a třmeny je důležité, aby měl pacient obuv s nízkým podpatkem. Předchází se tak uvíznutí nohy ve třmenu v případě pádu z koně. Tento problém se dá vyřešit i tím, že se při terapii použijí bezpečnostní třmeny s mřížkou zabraňující zaseknutí nohy ve třmenu. (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023; Hollý, Hornáček 2005, s. 111).

3 HIPOREHABILITAČNÍ KŮŇ

Každý kůň, který hiporehabilitaci provádí, musí mít složené specializační zkoušky pro hiporehabilitaci. Při výběru vhodného koně není upřednostňováno žádné konkrétní plemeno. Podle informací České hiporehabilitační společnosti jsou nejvíce zastoupena plemena užitkových koní (teplokrevníci a chladnokrevníci). Nejmenší zastoupení naopak mají plemena: český teplokrevník, slovenský teplokrevník, starokladrubský kůň, slezský norik, shetlandský pony či minihorse.

„Dle Řádu na ochranu zvířat při veřejném vystoupení koní – při hiporehabilitačních činnostech organizovaných Českou hiporehabilitační společností, smí pracovat v hiporehabilitaci pouze klisny a valaši, hřebci se používat nesmí.“ (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023).

U koně vhodného pro hiporehabilitaci je velmi důležitý věk, jelikož dle řádu České hiporehabilitační společnosti, smí tuto činnost vykonávat pouze koně starší pěti let (kvůli určité vyzrállosti koně). Dalším požadavkem jsou charakterové vlastnosti koně. U specializačních zkoušek se vyžaduje klidná, vyrovnaná povaha, kladný vztah k lidem a dotykům po celém těle, a pasivní postoj k různým rušivým a zvukovým projevům pacientů.

V dřívějších dobách byli k hiporehabilitaci používáni koně vyřazení ze stájí kvůli jejich špatnému zdravotnímu stavu. Především se jednalo o kulhání, či problémy se hřbetem. V dnešní době je to nepřípustné. Špatný vzorec chůze koně způsobený zdravotními problémy se přenáší na pacienta a jeho stav se může ještě více zhoršit. (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023; Česká hiporehabilitační společnost 2017, s. 9).

3.1 Hiporehabilitační kuň pro fyzioterapii a ergoterapii

Hlavním kritériem při výběru koně pro fyzioterapii a ergoterapii je především stavba těla a dokonalý vzorec chůze, jenž se přenáší na pacienta. *„Pro HTFE je základním požadavkem při výběru koně korektní exteriér s vynikající mechanikou pohybu v kroku, kvalitní pohyb hřbetu při zachování pružnosti hřbetu pod handicapovaným klientem, dále dobrý charakter ve vztahu k člověku a přiměřený temperament (vhodné jsou neurotypy sangvinik a flegmatik).“* (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023; Jiskrová, I., Casková, V., Dvořáková, T. 2010).

3.2 Hiporehabilitační kůň pro činnost v psychiatrii, psychologii a v pedagogické a sociální praxi

Pro tuto činnost je důležitým aspektem charakter koně z hlediska vztahu k lidem, správná mechanika pohybu a zdravotní stav koně. Důležitý je také temperament, jelikož se v hiporehabilitační činnosti využívají koně s různými temperamenty. *„Protože se v terapii a aktivitách využívá interakce člověk – kůň, zajímá nás i postavení v sociální hierarchii stáda koní, jeho dominance nebo submisivita, které mohou odrážet chování a reakce koně jako zrcadlo ve vztahu k člověku.“* (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023).

3.3 Výcvik hiporehabilitačního koně

Při výcviku koně pro hiporehabilitaci je rozdíl, zda pracujeme s mladým, nebo již starším příježděným koněm. U mladého koně je výcvik delší a náročnější. Mladý kůň nemá zažitá určitá návyky a téměř žádné zkušenosti. Naopak starší příježděný kůň bude na výcvik reagovat snáze, má jistá návyky a mnoho věcí již umí. Problémem mohou být jeho zlozvyky, které je zapotřebí odbourat.

V obou případech se musí s výcvikem postupovat pomalu, aby si kůň zvykl na nový režim. Ze začátku se doporučuje trénink dvakrát týdně a postupně se práce přidává. U mladých koní je vhodné výcvik provádět za účasti staršího, již vycvičeného koně. Velmi důležité je na koně při výcviku „netlačit“, aby si mohl na novou práci zvyknout a výcvik se mu nezprotivil.

Celý výcvik se skládá ze čtyř hlavních forem:

- „práce ze země;
- práce pod sedlem, práce na dvou lonžích a lonžování;
- práce potřebná pro vykonávání hiporehabilitace;
- záprah a těžký tah.“ (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023).

Práce ze země

Práce ze země slouží k prohlubování vztahu a důvěry mezi koněm a trenérem. Jedná se o práci v kruhové ohradě na lonži (dlouhé vodítko, které je upevněno na ohlávce koně). Práci ze země se kůň učí kladnému vztahu k lidem všeobecně. Díky tomu následně nebude mít problém s pacienty při rehabilitaci.

Práce pod sedlem, práce na dvou lonžích, lonžování

Tato práce je důležitá pro fyzickou kondici koně a pro správně nasvalený hřbet. Práce pod sedlem znamená, že na koni jede trenér a koně cvičí. Provádí se na jízdárně i v terénu. Lonžování znamená výcvik koně bez jezdce nejčastěji v kruhové ohradě na lonži. Práce na dvou lonžích se využívá ke spolehlivosti koně při vedení zezadu.

Práce potřebná pro vykonávání hiporehabilitace

Pro výcvik k vykonávání hiporehabilitace je důležité, aby se kůň naučil stát klidně při jakémkoliv ošetřování, sedlání a uzdění. Dále pak se musí naučit stát klidně u nakládací rampy a čekat, až se pacient usadí na hřbet. V neposlední řadě se učí nereagovat negativně

na případné rušivé podněty, které mohou během rehabilitace nastat. Jedná se např. o zvukové projevy pacienta, či používání pomůcek při léčebném procesu (míčky).

Zápřah a těžký tah

Zápřah se využívá v hiporehabilitaci jako psychoterapeutický prvek pro zpestření celé rehabilitace jak pro koně, tak i pro pacienty. Pro chladnokrevná plemena koní je zápřah důležitý z hlediska toho, že si mohou dokazovat svou sílu. (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023; Hermannová, Münichová, Nerandžič 2014; Roštínský 1995).

3.4 Zátěž koně při hiporehabilitaci

„Hledisko zatížení koní v hiporehabilitaci je velmi důležitým faktorem ovlivňujícím výkonnost koně, jeho upotřebitelnost a jeho schopnost snášet nároky kladené na něj v rámci hiporehabilitace.“ (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023).

Při hiporehabilitaci nedochází u koní k velkému zatížení z fyzického hlediska, nýbrž z psychického. Z toho důvodu se kůň může hiporehabilitaci věnovat jen určitou dobu za den. Při hipoterapii v psychiatrii a psychologii jsou to maximálně dvě hodiny denně, při fyzioterapii a ergoterapii maximálně čtyři hodiny denně, přičemž se musí dodržovat dvouhodinová přestávka po dvou hodinách práce. U hiporehabilitace v pedagogické a sociální praxi se může kůň práci věnovat maximálně tři a půl hodiny. Délka jednotlivé práce s klienty, kterou je kůň schopen psychicky zvládnout, se vztahuje k závažnosti jejich postižení.

Pacienti s mentálním postižením: kůň je schopen pracovat maximálně hodinu a půl za podmínky, že po půl hodině práce je dodržena hodinová přestávka.

Pacienti se specifickými poruchami chování: délka lekce by měla trvat maximálně dvě hodiny s dvouhodinovou přestávkou po hodině práce s klientem.

Ostatní pacienti/klienti: maximální doba práce je tři a půl hodiny s půlhodinovou přestávkou po každé odježděné hodině.

Doporučuje se, aby měl kůň po vykonané práci dostatečný odpočinek, jelikož je pro něj strávený čas s pacientem velmi psychicky vyčerpávající. Odpočinek by měl trvat nejméně dvě hodiny v blízkosti ostatních koní nejlépe venku ve výběhu. Jednou týdně by mělo být koni poskytnuto celodenní volno na potřebnou regeneraci. (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023; Rynešová–Černá 2011).

3.5 Požadavky na vzdělání hipoterapeutických pracovníků

3.5.1 Požadavky na terapeuta ve fyzioterapii a ergoterapii

Terapeut ve fyzioterapii a ergoterapii by měl mít vzdělání v oboru fyzioterapeut, nebo ergoterapeut. Dále musí mít úspěšně absolvovaný jeden ze specializačních kurzů s názvy: Příprava pro speciální činnost rehabilitačních pracovníků v metodice hiporehabilitace, Hiporehabilitace (spadající pod Národní centrum ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů Brno), Hipoterapie (spadající pod Českou hiporehabilitační společnost), či Hipoterapie ve fyzioterapii a ergoterapii (pod záštitou České hiporehabilitační společnosti).

Pokud terapeut vykonává svou činnost v rané péči (děti mladší tří let), je podmínkou absolvování specializačního kurzu, který je zaměřen na vývojovou kineziologii. Zapotřebí je také nejméně dvouletá praxe v dětské rehabilitaci a specializační kurz Hipoterapie v rané péči.

3.5.2 Požadavky na instruktora při hiporehabilitaci v pedagogické a sociální praxi

Instruktor by měl mít nejméně středoškolské vzdělání s maturitou, pedagogické vzdělání s jakýmkoliv zaměřením či stupněm, nebo vzdělání v jiném oboru s doplněním pedagogického minima. Dále může mít vzdělání v oborech: asistent pedagoga, sociální pracovník, pracovník v sociálních službách, nebo vzdělání v jiné zdravotně-sociální oblasti. Variantou vzdělání k vykonávání této činnosti jsou zoterapeutické obory vystudované na vysoké škole, či obor psycholog, lékař a jiný terapeut s akreditovaným psychoterapeutickým výcvikem. Posledními možnostmi odbornosti jsou: kurz Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění pod Masarykovou Univerzitou Brno, kurz Aktivity s využitím koní, který patří pod Českou hiporehabilitační společnost a kurz Hiporehabilitace v pedagogické a sociální praxi patřící opět pod Českou hiporehabilitační společnost. Minimální věk instruktorů vykonávající tuto činnost je osmnáct let.

3.5.3 Požadavky na terapeuta při hipoterapii v psychiatrii a psychologii

Minimální věk terapeuta je dvacet jedna let a pro vykonávání terapeutické činnosti je požadováno minimálně středoškolské vzdělání s maturitou. Studium musí být se zaměřením v oblasti psychologie, psychiatrie, adiktologie, etopedie, či zdravotní sestra s minimálně dvouletým akreditovaným psychoterapeutickým výcvikem, nebo absolvované dva roky víceletého psychoterapeutického výcviku.

Jinými možnostmi studia jsou specializační kurzy: Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění (Masarykova univerzita Brno), Psychoterapie pomocí koní nebo Hipoterapie v psychiatrii a psychologii (Česká hiporehabilitační společnost).

3.5.4 Požadavky na instruktora paradrezury a paravoltiže

Trenér paradrezury musí mít úspěšně složenou a platnou licenci jezdeckví České jezdecké federace a je doporučeno absolvovat kurz Cvičitel jezdeckví pro handicapované.

Instruktor paravoltiže potřebuje k vykonávání této funkce licenci jezdeckví České jezdecké federace. Dále jsou vyžadovány lonžérské zkoušky (lonžér koně), absolvované pod Českou jezdeckou federací, nebo pod Českou hiporehabilitační společností. Instruktorům se také doporučuje absolvovat pracovní semináře týkající se paravoltiže, které pořádá Česká hiporehabilitační společnost. (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023).

3.6 Česká hiporehabilitační společnost

Česká hiporehabilitační společnost, dříve pod názvem Československá hiporehabilitační společnost, byla založena roku 1991. Pod vedením společnosti je registrováno třicet sedm středisek. Jejím ústředním sídlem je v současné době Mendelova univerzita v Brně. Hlavním cílem společnosti je posunovat kupředu kvalitu hiporehabilitační činnosti poskytovanou handicapovaným lidem, usiluje o odborné vzdělání svých pracovníků a dbá na to, aby hiporehabilitační koně měli adekvátní způsobilost k vykonávání této práce. Mezi členy, kteří pracují pro organizaci, můžeme zařadit fyzioterapeuty, ergoterapeuty, psychology, či trenéry jezdeckví. V době, kdy u nás hiporehabilitace teprve začínala, se vyskytl mylný názor o tom, že danou činnost může vykonávat jakýkoliv kůň, který má klidnou povahu. Kvůli tomu byli k terapii využíváni vyřazení koně ze stájí se zdravotními problémy, což mohlo pacientům spíše ublížit než pomoci. (Česká hiporehabilitační společnost, 2015–2023; Lantelme–Faisan, V. 2021).

4 PROJEKT ŠKOLA V PŘÍRODĚ S PRVKY HIPOTERAPIE

Tento projekt je určen pro žáky Základní školy ve Vrbátkách a bude situován v obci Řídeč nedaleko Šternberka. V Řídeči se nachází rekreační středisko se stájemi, kde se uskutečňují tábory a zájmové kroužky pro děti. Dospělí mohou v tomto středisku využít nabídku výuky jízdy na koni nebo vyjížďky do terénu.

Cíl projektu: cílem projektu je seznámit děti se základy hipoterapie, veškerou prací a péčí o koně a naučit je samostatnosti a zodpovědnosti.

Doba trvání: 5 dní (pondělí až pátek).

Věková kategorie dětí: 12 let (6. třída).

Počet dětí: 15.

Učitelský dozor: jako dozor dětí pojedou na školu v přírodě 2 učitelé.

Počet koní k dispozici: 16.

Organizační forma vyučování: skupinová výuka, individuální výuka, hromadná výuka.

Metody výuky: výklad, pozorování, instruktáž, vysvětlování.

Financování: každé dítě si pobyt na škole v přírodě hradí samo (respektive zákonní zástupci dětí).

Cena pobytu: Celková cena pobytu pro jedno dítě činí 7 350 Kč. V ceně je zahrnuta doprava autobusem tam i zpět, celodenní strava a pitný režim, náklady na provoz stáje a krmení koní, náklady za práci trenérů, ubytování a ostatní náklady (kreslicí materiál, psací potřeby, odměny ve formě sladkostí, diplomy atd.).

4.1 Škola v přírodě

Škola v přírodě je forma výuky, při které dochází k ozdravnému působení na děti vzhledem k tomu, že vyučování probíhá v přírodě. Vyučování v přírodě má tři základní hlediska: zdravotní, vzdělávací a výchovné.

Zdravotní hledisko – pobyt v přírodě na čerstvém vzduchu, dostatečný pohyb a změna prostředí, to vše ovlivňuje děti jak v psychické, tak i ve fyzické oblasti jejich zdraví.

Vzdělávací a výchovné hledisko – jelikož se děti nachází v přírodě, vytváří si k ní určitý vztah, vnímají její krásu a tím získávají estetické cítění. Díky různorodým společným aktivitám se děti učí kooperace mezi sebou a dochází tak ke stmelování celého kolektivu. Žáci se na škole v přírodě naučí více samostatnosti, v mnoha věcech se musí spolehnout sami na sebe. (Metodický portál RVP.cz, 2009–2012; Pavlíková 2007).

4.2 Legislativa školy v přírodě

Pobyt dětí na škole v přírodě se musí řídit predepsanou vyhláškou č. 224/2005 Sb. Níže jsou uvedeny zákony, které se vztahují k organizaci škol v přírodě.

- *Zákon 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon).*
- *Zákon 471/2005 Sb., o ochraně veřejného zdraví.*
- *Vyhláška MŠMT ČR č. 48/2005 Sb., o základním vzdělávání a některých náležitostech plnění povinné školní docházky.*
- *Vyhláška Ministerstva zdravotnictví ČR č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti.*
- *Vyhláška Ministerstva zdravotnictví ČR č. 148/2004 Sb., kterou se mění vyhláška č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti.*
- *Vyhláška MŠMT ČR č. 107/2005 Sb., o školním stravování, • Vyhláška MŠMT ČR č. 64/2005 Sb., o evidenci úrazů dětí, žáků a studentů.*
- *Vyhláška MŠMT ČR č. 108/2005 Sb., o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních.*
- *Vyhláška MZ č. 410/2005 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých.*
- *Metodický pokyn dne 22. prosince 2005 č. j.: 37 014/2005–25 k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy. (Metodický portál RVP.cz, 2009–2012).*

4.3 Podmínky pro účast dětí na škole v přírodě

Dle §8–11 zákona 471/2005 Sb. ustanovuje, že na školu v přírodě může být vysláno dítě pouze za těchto podmínek:

- *„Dítě, které je zdravotně způsobilé k účasti na ní a podrobilo se stanoveným pravidelným očkováním nebo má doklad, že je proti nákaze imunní nebo že se nemůže očkování podrobit pro trvalou kontraindikaci.“*
- *„Dítě také nesmí jevit známky akutního onemocnění, a ve 14 kalendářních dnech před odjezdem do školy v přírodě nepřišlo do styku s osobou nemocnou infekčním onemocněním nebo podezřelou z nákazy ani mu není nařízeno karanténní opatření.“*
(Metodický portál RVP.cz, 2009–2012).

Od zákonného zástupce dítěte je vyžadováno písemně potvrdit a odevzdat škole prohlášení o bezinfekčnosti, které nesmí být starší jednoho dne a taktéž doložit potvrzení o zdravotní způsobilosti dítěte vystavené lékařem. (Metodický portál RVP.cz, 2009–2012).

4.4 Povinnost školy vztahující se k organizaci školy v přírodě

Škola, která organizuje tuto akci má povinnost ohlásit měsíc dopředu před začátkem školy v přírodě orgánu ochrany veřejného zdraví následující kritéria:

- termín a místo konání (datum akce, adresa místa konání);
- počet dětí na škole v přírodě;
- potvrzení, že se v objektu konání nachází pitná voda;
- způsob zajištění stravy během celého pobytu;

Školám se doporučuje vypracovat směrnici vztahující se k pořádání zotavovacích akcí v přírodě. Ve vypracované směrnici by měly být obsaženy tyto body:

- Veškeré informace ohledně podmínek účasti na škole v přírodě by měli mít zákonní zástupci dětí stále k dispozici.
- Pedagogové by měli mít stálý přístup k informacím týkajících se činností, které budou na škole v přírodě vykonávány a k postupu jednání při neplánovaných situacích, např. úraz dítěte.
- Ředitel školy řídí a kontroluje pravidla právních předpisů školy a určí podmínky školy v přírodě z pedagogického, pracovněprávního a finančního hlediska.

Právními předpisy, které se vztahují k organizaci školy v přírodě, by se měly řídit všechny typy škol, nehledě na zřizovatele (veřejné školy, církevní školy, soukromé školy). (Puškinová 2014).

4.5 Základní škola Zdeny Kaprálové

Název školy: Základní škola Zdeny Kaprálové a Mateřská škola Vrbátky

Adresa školy: Vrbátky 83, 798 13, Vrbátky

Ředitel školy: Mgr. Michal Vysloužil

Zástupce ředitele: Mgr. Vlasta Hrbatová

Telefon: 582 382 237

E-mail: skolavrbatky@skolavrbatky.cz

Webové stránky: <http://www.skolavrbatky.cz/>

Zřizovatel: Obec Vrbátky (Základní škola Zdeny Kaprálové a Mateřská škola Vrbátky, 2023)

4.6 SWOT analýza ZŠ Zdeny Kaprálové

Silné stránky:	Slabé stránky:
<p>Moderní vybavení školy (interaktivní tabule, nové počítače...)</p> <p>Nová tělocvična přímo v areálu školy</p> <p>Pestrý výběr zájmových kroužků</p> <p>Školní akce (akademie, Den Země, pohár starostů...)</p> <p>Komunikace s dětmi</p> <p>Přátelské prostředí</p>	<p>Školní jídelna – možnost výběru jen jednoho jídla</p> <p>Málo výletů do zahraničí</p> <p>Zastaralé lyžařské vybavení</p> <p>Nedostatek pořádání táborů a škol v přírodě</p>
Příležitosti:	Hrozby:
<p>Zařadit do stravování více druhů jídel</p> <p>Nákup nového lyžařského vybavení</p> <p>Pořádání táborů a škol v přírodě</p> <p>Modernizace výuky (motivace žáků)</p>	<p>Škola stojí u hlavní frekventované silnice (hrozba úrazu žáků)</p> <p>Šikana</p> <p>Špatný prospěch žáků</p> <p>Možný výskyt drogových závislostí u žáků</p>

Z analýzy je zřejmé, že na základní škole chybí pořádání škol v přírodě, z toho důvodu je sepsán tento projekt. Škole se podle analýzy doporučuje nákup nového lyžařského vybavení pro žáky a zařazení kvalitních preventivních programů proti šikaně a užívání drog do výuky. V dnešní době se tyto problémy u žáků hojně vyskytují.

4.7 Rekreační středisko Koně Řídeč

Název: Koně Řídeč (Rekreační středisko Vladimír, z. s.)

Adresa: Řídeč 306, 785 01, Řídeč

Telefon: 603 104 815

E-mail: koneridec@seznam.cz (Koně Řídeč – vyjížďky na koních Vladimír Lorenc, 2023)

Stáj byla založena roku 2000, přičemž nejprve působila v obci Radíkov u Olomouce. V roce 2014 se celá stáj přesunula do Řídeče, kde se celkově nachází šestnáct koní. Stáj nabízí služby pro veřejnost, např.: vyjížďka na koni do terénu (vhodné jak pro zkušené jezdce, tak i pro začátečníky), hipoterapie, výuka jízdy na jízdárně pod vedením zkušeného trenéra, projížďka kočárem (v zimě na saních), několikadenní výlety na koních, letní tábory a jezdecké kroužky pro děti. Tábory se pořádají v osmi turnusech během letních prázdnin. Ubytování je zde poskytováno ve třech trojlůžkových pokojích s vlastní kuchyní a koupelnou. K dispozici je také jeden společenský pokoj pro dvacet osob, nebo stany. Areál je vybaven dvěma grily, ohništěm a veškerým nádobím pro konzumaci jídel. Strava pro děti je tu řešena dovozem z nedaleké restaurace (pětkrát denně jídlo a celodenní pitný režim).

Požadavky na děti při realizaci táborů: věková hranice dětí je od sedmi do osmnácti let, děti nemusí mít žádné jezdecké zkušenosti (tento druh tábora je však fyzicky náročnější než klasické tábory, tudíž je pouze na rodičích, jestli uznají za vhodné své děti na jezdecký tábor poslat). Vzhledem k typu tábora je vhodné dítě úrazově pripojistit. Dále pak je zapotřebí vyplnit formulář s prohlášením o vlastní zodpovědnosti, prohlášení zákonných zástupců, list účastníka a předložit potvrzení od lékaře s kopií průkazu pojištěnce. (Koně Řídeč – vyjížďky na koních Vladimír Lorenc, 2023; Lorencová 2023).

4.8 První den školy v přírodě

9.00 sraz dětí před základní školou ve Vrbátkách

9.30 odjezd žáků autobusovou dopravou

10.30 příjezd do Řídeče

10.30–11.30 ubytování žáků

11.30–12.00 oběd

12.00–13.00 odpolední klid

13.00–13.30 poučení žáků o chování a bezpečnosti během konání školy v přírodě

13.30–14.30 prohlídka celého areálu a seznámení se s koňmi

14.30–15.00 odpolední svačina

15.00–16.30 vyvedení koní z ohrady, ukázka čištění a sedláni koní, přidělení koní jednotlivým dětem, výcvik na jízdárně

Péče o koně a výuka jízdy na koni

Cíl: vytvoření vztahu a důvěry ke koni, učení se zodpovědnosti.

Pomůcky: nástroje na čištění koně, sedlo, podsedlová dečka, uzda, ohlávka, vodítko, jezdecká přilba.

Motivace: pro některé děti může být motivací samotná jízda na koni, nebo také to, že každé dítě bude mít po celou dobu školy v přírodě přiděleného koně, což navozuje dojem, že dítě koně vlastní. „*Nyní se děti naučíte, jak správně o koně pečovat a jak na koni jezdit.*“

Postup: vedoucí (vyškolený trenér) vysvětlí dětem, jak se upevňuje ohlávka na hlavu koně a následně je vyvedou z ohrady. Každé dítě si vezme připravené nástroje na čištění a podle ukázky vedoucích své přidělené koně vyčistí. Dále lektoři vysvětlí sedláni koní a každému dítěti s touto činností pomohou. Poté se přemístí do jízdárny a tam společně nacvičí nasedání, sesedání, korektní sed, rovnováhu během jízdy na koni v kroku a základní pobídky, podle kterých se kůň řídí.

16.30–17.30 výroba jmenovek, které si následně děti mohou upevnit na ohlávku svého koně

Výroba jmenovek

Cíl: spolupráce ve skupině, rozvoj kreativity.

Pomůcky: pastelky, fixy, voskovky, tvrdé papíry, laminovačka, nůžky.

Motivace: každé dítě si na ohlávku svého koně může připevnit své jméno. *„Každý z vás si teď vyrobí jmenovku na svého vlastního přiděleného koně.“*

Postup: každé dítě si vezme papír a na něj napíše jméno nebo namaluje obrázek podle své fantazie. Následně jmenovku vystříhne, zalaminuje a připevní na ohlávku.

17.30–18.00 večerní krmení koní s výkladem

Krmení koní s výkladem

Cíl: děti si vyzkouší, co vše obnáší starost o koně ve smyslu krmení a získávání důvěry ke zvířeti.

Pomůcky: krmení pro koně, nádoby na nabírání krmiva.

Motivace: zkoušení nových věcí, těsný kontakt se zvířetem. *„Děti, teď se naučíte a vyzkoušíte si, jak se koně krmí a dozvíte se, co koně vlastně jedí.“*

Postup: Děti společně s učiteli a trenéry dovedou koně z pastviny do stáje a tam poskytnou jeden z trenérů dětem výklad o krmení koní. Následně si všichni podle instrukcí samotné krmení vyzkouší.

18.00–19.00 večeře

19.00–21.00 hraní deskových her, reflexe celého dne (učitelé formou diskuze vyzvou děti k tomu, aby zhodnotili průběh celého dne, do jaké míry jsou spokojeni s aktivitami, co pro ně bylo náročné a co by chtěly zlepšit)

21.00–22.00 osobní hygiena

22.00 večerka

4.9 Druhý den školy v přírodě

7.00 budíček

7.00–7.30 osobní hygiena

7.30–8.00 snídane

8.00–9.30 svádění koní z pastvin, krmení koní

Svádění koní z pastvin a krmení koní

Cíl: děti si připomenou poznatky z předešlého dne a vyzkouší si nakrmit všechny koně bez asistence trenéra.

Pomůcky: ohlávka, vodítko, krmení pro koně, nádoby pro nabírání krmiva.

Motivace: předvedení svých znalostí a dovedností. *„Každý z vás si přivede svého koně do stáje a tam ho samostatně nakrmí, jak jste se to učili.“*

Postup: děti společně s učiteli a trenéry dovedou koně z pastviny do stáje a každý sám si svého přiděleného koně nakrmí.

9.30–10.00 dopolední svačina

10.00–12.00 jízda na koni s prvky hipoterapie, úklid

Jízda na koni s prvky hipoterapie

Cíl: seznámení dětí s pojmem hipoterapie a vyzkoušení si některých hipoterapeutických cviků v praxi.

Pomůcky: podsedlová dečka, madla, jezdecká přilba, ohlávka, vodítko.

Motivace: zkoušení nových věcí (cviky na koni). *„Milé děti, dnes si procvičíte tělo díky základním cvikům, které se provádějí při hipoterapii, a vyzkoušíte si, co vše tyto cviky obnáší.“*

Postup: ze všeho nejdříve trenér seznámí děti s problematikou hipoterapie. Vysvětlí, o co se jedná a jak koně pomáhají handicapovaným lidem. Následně si děti nasednou na koně a za pomoci asistentů se řídí pokyny trenéra v provádění cviků (polohování na boku, na trupu přes hřbet koně). Děti mají během provádění cviků za úkol vnímat pohyby koně, jeho tělesnou teplotu a uvědomit si, že právě tohle vše pomáhá při hipoterapii.

12.00–13.00 oběd

13.00–15.00 odpolední klid

15.00–16.30 hledání pokladu v lese

Hledání pokladu v lese

Cíl: orientace v prostoru, znalost práce s mapou a buzolou.

Pomůcky: předem připravená mapa s body, buzola, barevné fáborky, poklad (bedna se sladkostmi).

Motivace: děti namotivujeme tím, že jim povíme příběh o ukrytém pokladu v lese. „*Dnes si, děti, zahrajete na lovce pokladů a budete hledat truhlu, která je ukrytá někde hluboko v tajemném lese.*“

Postup: děti rozdělíme do skupin a seznámíme je s orientací v mapě a s prací s buzolou. Každá skupina dostane mapu a buzolu, podle které budou hledat poklad, který lektoři skryli v lese. Na trase budou také barevné fáborky upevněné na stromech, aby se děti ujistily, že jdou správně.

16.30–17.00 odpolední svačina

17.00–18.00 volná zábava

18.00–19.00 večeře

19.00–20.00 večerní krmení koní

20.00–21.00 večer deskových her, reflexe celého dne (děti budou mít za úkol v diskuzi s učiteli povědět, jak si vedly při hledání pokladu, jak se orientovaly v mapě za pomoci buzoly a zhodnotí, jak se jim vedlo při provádění hipoterapeutických cviků na koni)

21.00–22.00 osobní hygiena

22.00 večerka

4.10 Třetí den školy v přírodě

7.00 budíček

7.00–7.30 osobní hygiena

7.30–8.00 snídane

8.00–9.30 svádění koní z pastvin, krmení koní

9.30–10.00 dopolední svačina

10.00–10.30 projížďka kočárem

Projížďka kočárem

Cíl: aktivita pro zpestření dne, nabytí znalostí ohledně vozatajství.

Pomůcky: kočár, koně, postroj na koně.

Motivace: samotná jízda kočárem je pro děti velkou motivací, jelikož se jedná o nevšední zážitek. „*Nyní se všichni pojedete kočárem přesně tak, jak se kdysi projížděly princezny a princové.*“

Postup: trenér připraví koně a kočár k záprahu. Učitel rozdělí děti do dvou skupin. Mezitím co první skupina pojedou na projížďku, tak druhá skupina se bude věnovat názornému výkladu o postroji, který je potřeba při tažení kočáru. Jakmile první skupina dorazí zpět, děti vystřídají.

10.30–12.00 voltiž

Voltiž

Cíl: seznámení se s gymnastickými cviky ve voltiži, protažení celého těla, práce s rovnováhou.

Pomůcky: voltižní madla, podsedlová dečka, lonž, ohlávka, jezdecká přilba.

Motivace: možnost si vyzkoušet gymnastické cviky na jedoucím koni. „*Ted' si všichni vyzkoušíte, jaké to je být opravdovým gymnastou na koni.*“

Postup: Nejdříve trenér vysvětlí, co voltiž znamená a co všechno obnáší. Děti nasednou na koně a dle instrukcí trenéra si zkusí jednotlivé voltižní cviky. Cvik „roznožení“ spočívá v tom, že nohy jezdce jsou roznožené, v rovné linii – 180° bez pokrčení kolenou. Dalším

cvikem je „výpad“, u kterého je jedna noha pokrčena v kolenu směrem dopředu a druhá noha je napnutá směrem dozadu. (Česká jezdecká federace, 2012).

12.00–13.00 oběd

13.00–15.00 odpolední klid

15.00–18.00 odpolední svačina a výlet na koních do obce Babice, kde je možnost koupání v rybníku

Výlet na koních do obce Babice

Cíl: zdokonalení jízdy na koni, nabývání sebevědomí při jízdě na koni, pobyt na čerstvém vzduchu.

Pomůcky: výstroj na koně, jezdecká přilba, popřípadě chránič páteře, pomůcky na hraní her (míč, badmintonové rakety...).

Motivace: samostatná jízda na koni bez vodiče. *„Dnes pojedeme na výlet na koních a každý si svého koně bude řídit sám, takže už budete jako opravdoví jezdci.“*

Postup: Každé dítě si připraví svého koně a jednomu z vedoucích předá veškeré věci, které budou na výletě potřeba (osušky, plavky, náhradní oblečení atd.). Tyto věci vedoucí převezou doprovodným vozidlem na určené místo výletu. Jakmile budou všechny děti připraveny, nasednou na koně a pojedou v řadě za sebou, přičemž jako první a poslední v řadě pojedou trenéři a budou dbát na bezpečnost dětí. Tempo jízdy bude určovat trenér a pokud to uzná za vhodné, tak si děti zkusí jet i krátký úsek klusem. Po doražení na místo se koně bezpečně uvážou a děti se mohou jít koupat, samozřejmě pod dohledem vedoucích. Děti, které se nebudou chtít koupat, si mohou zahrát různé míčové hry, či badminton. Odpolední svačina bude zajištěna vedoucím, který ji přiveze doprovodným vozidlem. Po příjezdu zpátky do Řídeče děti koně odstrojí, vyčistí a zavedou do ohrady. V případě nepříznivého počasí budou děti pod vedením učitelů sestavovat krabičku poslední záchrany.

Krabička poslední záchrany

Cíl: rozvoj logického myšlení, získání znalostí ohledně přežití v přírodě.

Pomůcky: zápalky, prázdné krabičky od zápalek, špendlíky, knoflíky, hřebíky, náplasti, provázek, gumičky, jehly a nitě.

Motivace: Učitelé si pro děti vymyslí příběh: „*Představte si, že jste se ztratily v hlubokém lese a s sebou máte jen krabičku poslední záchrany. Co by podle vás v této krabičce nesmělo chybět, aby vám pomohla v nesnázích?*“

Postup: Učitelé připraví výše zmíněné pomůcky a odvypráví dětem motivační příběh. Každé dítě si vezme prázdnou krabičku od zápalek a do ní se bude snažit umístit co nejvíce věcí, o kterých si myslí, že jsou důležité k přežití v přírodě.

18.00–19.00 večere formou opékání špekáčků

19.00–21.00 venkovní kolektivní hry, zpěv u táboráku a následná reflexe aktivit a celého dne (děti zhodnotí svůj pokrok v jízdě na koni formou sebehodnotícího dotazníku – co jim jde a v čem se naopak chtějí zlepšit)

21.00–21.30 noční bojová hra – stezka odvahy

Bojová hra – stezka odvahy

Cíl: probuzení odvahy, překonání strachu z neznámého, důvěra ve svůj vlastní instinkt, budování sebevědomí.

Pomůcky: předem připravené kostýmy strašidel, lucerny se svíčkami, tyčinky svítící ve tmě, diplomy za statečnost pro děti, mobilní telefony (přehrávání strašidelných zvukových efektů).

Motivace: adrenalin při vykonávání činnosti, odměna formou diplomu, tajemno. „*Dnes v noci se v lese objevují strašidla, takže se všichni vydáme na stezku odvahy tyto strašidla navštívit.*“

Postup: Učitelé nejdříve připraví trasu, kde se stezka odvahy bude odehrávat – kolem cesty rozmístí lucerny se zapálenými svíčkami a svítící tyčinky. Jakmile se vedoucí, již převlečení v kostýmech, rozmístí podél celé trasy, začnou na svých mobilních telefonech přehrávat strašidelné zvuky a bojová hra může začít. Děti trasou prochází po jednom, či ve dvojicích. Když se přiblíží ke schovanému „strašidlu“ v podobě vedoucího, je vhodné dítě „postrašit“ nečekaným dotykem, nebo ho zvednout do náruče a následně opět položit. V cíli stezky na děti bude čekat další vedoucí v masce, který jim bude předávat diplomy za podstoupenou stezku odvahy.

21.30–22.00 osobní hygiena

22.00 večerka

4.11 Čtvrtý den školy v přírodě

7.00 budíček

7.00–7.30 osobní hygiena

7.30–8.00 snídane

8.00–10.00 výuka přírodopisu, opakování znalostí o hipoterapii

Výuka přírodopisu a opakování znalostí

Cíl: předávání informací dětem, zjištění jejich nabytých vědomostí.

Pomůcky: psací potřeby, předem připravený test týkající se hipoterapie, sešity, okolní příroda.

Motivace: dokázání si svých vlastních postřehů během výuky, snaha o co nejlepší známku. „Napišeme si krátký test, díky kterému zjistíme vaše znalosti v oblasti hipoterapie.“

Postup: Učitel bude mít klasický výklad jako v hodině přírodopisu, děti si budou do sešitů zapisovat poznámky. Po ukončení výkladu učitel dětem rozdá připravený test, který se vztahuje k hipoterapii. Dále bude následovat vyhodnocení testů a známkování (známka se nebude zapisovat do klasifikace žáka), jelikož se nejedná o téma, které je v osnovách výuky na základní škole.

10.00–10.30 dopolední svačina

10.30–16.00 celodenní výlet na koních do Šternberka

Celodenní výlet na koních do Šternberka

Cíl: zdokonalení jízdy na koni, pobyt v přírodě.

Pomůcky: jezdecká výstroj na koně, jezdecká přilba, (chránič páteře).

Motivace: samostatná jízda na koni po téměř celý den.

Postup: Děti si své koně připraví k jízdě (čištění, sedláni, uzdění). Jakmile budou děti i koně připraveni, vyrazí se na výlet. Opět koně pojedou v řadě za sebou a jako první a poslední pojedou trenéři. Ti v případě jakéhokoliv problému okamžitě zasáhnou. Během cesty bude tempo určovat trenér a bude se snažit celou dobu střídát kroky (krok, klus, popřípadě cval), aby si děti co nejvíce osvojily korektní sed a správné pobízení koně. Na výletě bude samozřejmě zajištěno doprovodné vozidlo vezoucí potřebné věci. Po příjezdu do cíle se koně

zabezpečí uvázáním k pevné konstrukci s dohledem jednoho z trenérů a půjde se do restaurace na oběd. Poté bude čas na odpočinek a následně se pojedou zpět do Řídeče. Během zpáteční cesty se udělá krátká zastávka na odpolední svačinu, kterou zajistí doprovodné vozidlo. Po příjezdu mají děti za úkol koně odstrojit, vyčistit a odvést je na pastvinu. V případě nepříznivého počasí by děti hrály ve společenské místnosti areálu v Řídeči kolektivní hry, jako např. pantomima.

Pantomima

Cíl: zdokonalení dětí v improvizaci a ve spontánnosti.

Pomůcky: papírky s napsanými charaktery, které děti budou předvádět, nádoba na vylosování papírků.

Motivace: sladká odměna pro vítěze, možnost se vžít do předváděné role. „*Představte si, že jste herci a svým divákům musíte zahrát roli beze slov a u toho se snažit, aby roli diváci uhádli.*“

Postup: Učitelé napíší na papírky například různé postavy z pohádek a filmů, umístí je do nádoby a každé dítě si postupně z nádoby bude losovat svoji postavu, kterou bude beze slov imitovat. Ostatní spolužáci budou hádat o jakou postavu se jedná. Každému žáku bude učitel zapisovat body a ten, kdo bude mít nejvyšší počet bodů, vyhraje odměnu v podobě sladkosti.

16.00–17.00 čištění a krmení koní

17.00–18.00 osobní volno, odpočinek

18.00–19.00 večeře

19.00–21.00 soutěž o nejlepší vymyšlený kostým s módní přehlídkou, následná reflexe celého dne (zhodnocení výletu a ranní výuky formou diskuze – klady a zápory, jak byl pro děti zadaný test učitelem náročný)

Soutěž o nejoriginálnější kostým

Cíl: podpora kreativity, fantazie a zručnosti, stmelování kolektivu, kooperace mezi spolužáky.

Pomůcky: prostěradla, vyřazené oblečení (sukně, košile, šaty, kalhoty atd.), zástěry, paruky, sluneční brýle, barevné papíry, fixy, pastelky, nůžky, lepidlo, lepicí páska.

Motivace: výhra v soutěži, prosazení vlastních nápadů, soutěživost dětí. *„Představte si, že jste na módní přehlídce a snažte se vymyslet co nejoriginálnější kostým, který budete prezentovat jako módní návrháři.“*

Postup: vedoucí připraví veškeré pomůcky (oblečení, paruky atd.) a rozdělí žáky do skupin. Každá skupina si určí svého „modela“, pro kterého vymyslí a vyrobí co nejoriginálnější kostým a ten, ho následně bude prezentovat před porotou. Nejlepší kostým vyhraje poukázku na vyjížďku na koni do terénu zdarma.

21.00–22.00 osobní hygiena

22.00 večerka

4.12 Pátý den školy v přírodě

7.00 budíček

7.00–7.30 osobní hygiena

7.30–8.00 snídane

8.00–9.00 svádění koní z pastvin, krmení koní

9.00–9.30 dopolední svačina

9.30–12.00 štafetový závod na koních

Štafetový závod na koních

Cíl: zvládnutí držení rovnováhy, správné pobízení a řízení koně, kooperace mezi žáky.

Pomůcky: výstroj pro koně, jezdecká přilba, barely/sudy, jezdecký bičík, vlajka na odstartování hry.

Motivace: děti namotivujeme tak, že se budeme chovat jako na skutečných závodech (skandování, tleskání).

Postup: vedoucí rozmístí sudy do dvou řad v dostatečné vzdálenosti od sebe, aby nedošlo ke střetu koní z jednotlivých družstev. Na připravené koně si žáci nasednou a lektoři je rozdělí do dvou skupin. Ve skupinách stojí žáci na koních za sebou a ti, kteří stojí v řadě jako první (kapitáni) dostanou štafetu v podobě jezdeckého bičíku. Lektor odstartuje soutěž zamáváním vlajky, kapitáni vyjedou na koních a snaží se kličkovat mezi sudy, aniž by některý shodily na zem. Zpátky ke startu se hráči vrací opět kličkováním mezi sudy a následně předávají štafetu dalšímu soutěžícímu, který celý proces opakuje. Vyhrává ten tým, ve kterém se nejrychleji vystřídali všichni hráči.

12.00–13.00 oběd

13.00–13.30 společné zhodnocení všech dní, sebereflexe dětí metodou diskuze

13.30–14.30 balení věcí, příprava na odjezd

14.30 odjezd autobusovou dopravou

5 Závěr

Tento bakalářský projekt poukazuje na to, že koně hrají velmi důležitou roli při terapii handicapovaných. Teoretická část bakalářského projektu se věnovala historii hipoterapie, praktickému provádění terapie a výběrem vhodných koní a jejich tréninkem pro tuto činnost. Dále pak bylo vysvětleno, jakým způsobem terapie poskytuje pacientům léčebnou pomoc a úlevu od fyzických obtíží. Z projektu je zřejmé, že kontakt s koněm pozitivně ovlivňuje psychiku jak u postižených, tak i u zdravých lidí z hlediska sebedůvěry. Člověk sedící na koni vnímá, že mu kůň věří a ohromuje ho, že tak velké a silné zvíře vychází vstříc jeho pokynům. V dnešní době se stále více hovoří o významu pobytu v přírodě pro zdraví a psychickou pohodu člověka. Tento trend se projevuje i v oblasti vzdělávání, kdy se stále častěji využívají programy škol v přírodě. Bakalářský projekt se zaměřil na rozšíření této myšlenky o prvky hipoterapie. Škola v přírodě umožnila žákům strávit několik dní mimo školní prostředí a naučila je novým dovednostem. Tento program měl pozitivní vliv na fyzické i psychické zdraví žáků, protože pobyt v přírodě snižuje stres a napomáhá regeneraci organismu.

Projektu školy v přírodě a jeho model výuky je důležitý proto, aby děti unikly stereotypu výuky v budově školy, a aby poznávaly a dokázaly ocenit krásu přírody. Děti se naučily samostatnosti, zodpovědnosti, správným hygienickým návykům, respektu ke zvířatům a v neposlední řadě také došlo k socializaci. Škola v přírodě nebyla jen ozdravným pobytem pro tělo, ale i duši, jelikož během pobytu v přírodě děti zapoměly na všechny své starosti a strasti a jen si užívaly přítomného okamžiku se svými spolužáky. Velmi přínosnou věcí je, že díky podobným akcím pořádaných školou, se děti mnohem více dokáží sblížit s učitelem než při klasické docházce do školy. Nachází se totiž v jiném prostředí, kde panuje více uvolněná a „domácí“ atmosféra. Bakalářský projekt ukázal, že kombinace školy v přírodě a hipoterapie může být velmi účinná pro zlepšení zdraví a psychické pohody žáků. Tento program by mohl být implementován do vzdělávacích institucí jako doplněk k tradičnímu vzdělávání.

Použitá literatura

Knížní zdroje:

ČESKÁ HIPOREHABILITAČNÍ SPOLEČNOST, 2015. *Metodika nasedání, sesedání a jištění v hipoterapii* [online]. Česká hiporehabilitační společnost [cit. 21.5.2023]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/produkty/metodika-nasedani-sesedani-a-jisteni-v-hipoterapii/>.

ČESKÁ HIPOREHABILITAČNÍ SPOLEČNOST, 2017. *Specializační zkouška pro koně a pony zařazené do hiporehabilitace – metodika* [online]. Česká hiporehabilitační společnost [cit. 21.5.2023]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/produkty/metodika-pro-specializacni-zkousku-koni/>.

HERMANNOVÁ, Hana, Dana MÜNICOVÁ a Zoran NERANDŽIČ, 2014. *Základy hipoterapie*. Praha: Profi Press. ISBN 978-80-86726-57-1.

HOLLÝ, K., HORNÁČEK, K. 2005. *Hipoterapie, Léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex, 294 s. ISBN 80-7225-190-2.

JISKROVÁ, I., CASKOVÁ, V., DVOŘÁKOVÁ, T. 2010. *Hiporehabilitace*. Brno: Mendelova univerzita, 147 s. ISBN 978-80-7375-390-0.

LANTELME-FAISAN, Věra, 2021. *Historie hiporehabilitace a ČHS*. Hostivice: Baron. ISBN 978-80-88121-66-4.

ROŠTÍNSKÝ, Jaromír, 1995. *Jezdecký slabikář*. 2. vyd. Zlín: Agentura C n S. 115 s.

RYNEŠOVÁ-ČERNÁ, Petra, 2011. *Když kůň léčí duši aneb Metodika hiporehabilitace zaměřená na klienty s duševním onemocněním*. Kněžmost: Direkte, 2011. ISBN 978-80-260-2897-0.

VELEMÍNSKÝ, M. a kol. 2007. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona, 335 s. ISBN 978-80-7322-109-6.

VÍTKOVÁ, Marie a Jarmila PIPEKOVÁ, ed. 2001. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. 2. rozš. vyd. Brno: Paido. ISBN 80-7315-010-7.

ZOUHAROVÁ, Kateřina, 2012. *Škola v přírodě hrou*. 1. vyd. Praha: Grada. 190 s. ISBN 978-80-247-3998-4.

Internetové zdroje:

Česká jezdecká federace, 2021. Popis cviků a jejich zařazení do obtížnosti 2021 [online]. [cit. 18.5.2023]. Dostupné z: https://www.cjf.cz/files/stranky/voltizni-pravidla/2021/Voltiz_popis_cviku_2021_FINAL_20210415.pdf.

ČHS. Česká hiporehabilitační společnost, 2015 – 2023 [online]. 2010 [cit. 20.5.2023]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/>.

ČHS. Česká hiporehabilitační společnost, 2015 – 2023. Hiporehabilitace v pedagogické a sociální praxi [online]. [cit. 20.5.2023]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/hiporehabilitace/pro-odborniky/hpsp/>.

ČHS. Česká hiporehabilitační společnost, 2015 – 2023. Hipoterapie ve fyzioterapii a ergoterapii [online]. [cit. 20.5.2023]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/hiporehabilitace/pro-odborniky/htfe/>.

ČHS. Česká hiporehabilitační společnost, 2015 – 2023. Hipoterapie v psychiatrii a psychologii [online]. [cit. 20.5.2023]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/hiporehabilitace/pro-odborniky/http/>.

ČHS. Česká hiporehabilitační společnost, 2015 – 2023. Požadavky na vzdělání terapeutů a instruktorů v hiporehabilitaci [online]. [cit. 20.5.2023]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/hiporehabilitace/pro-odborniky/pozadavky-na-vzdelani-terapeutu-a-instrukturu/>.

ČHS. Česká hiporehabilitační společnost, 2015 – 2023. Hiporehabilitační kůň [online]. [cit. 19.5.2023]. Dostupné z: <https://kone-hiporehabilitace.com/hiporehabilitacni-kun/>.

HUBLOVÁ, Pavlína, 2014. Povinnosti školy. In: Metodický portál RVP.cz [online]. 5.5.2014. [cit. 20.5.2023]. Dostupné z: https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/S/%C5%A0kola_v_p%C5%99%3%ADrod%C4%9B/Povinnosti_%C5%A1koly.

HUBLOVÁ, Pavlína, 2014. Škola v přírodě. In: Metodický portál RVP.cz [online]. 5.5.2014. [cit. 20.5.2023]. Dostupné z: https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/S/%C5%A0kola_v_p%C5%99%C3%ADrod%C4%9B.

Koně Řídeč – vyjížďky na koních Vladimír Lorenc, 2023 [online]. [cit. 19.5.2023]. Dostupné z: <https://koneridec.cz/>.

Mgr.et Mgr. Gošová Věra, 2011. Legislativa ŠvP. In: Metodický portál RVP.cz [online]. 11.5.2011. [cit. 21.5.2023]. Dostupné z: https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%3%bd_lexikon/S/%c5%a0kola_v_p%c5%99%3%adrod%c4%9b/Legislativa.

Mgr.et Mgr. Gošová Věra, 2011. Podmínky účasti dětí na škole v přírodě. In: Metodický portál RVP.cz [online]. 8.5.2011. [cit. 21.5.2023]. Dostupné z: https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%3%bd_lexikon/S/%c5%a0kola_v_p%c5%99%3%adrod%c4%9b/Podm%c3%adnky_%c3%ba%c4%8dasti_d%c4%9bt%c3%ad_na_%c5%a1kole_v_p%c5%99%c3%adrod%c4%9b.

PAVLÍKOVÁ, Martina, 2007. Využití zážitkové pedagogiky na 1. stupni základní školy, Brno. Diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Pedagogická fakulta. Dostupné z: <http://www.vyzkum-mladez.cz/zprava/1403701764.pdf>.

PUŠKINOVÁ, Monika, 2014. Směrnice věnovaná škole v přírodě. Řízení školy. In: Metodický portál RVP.cz [online]. 5.5.2014. [cit. 21.5.2023]. Dostupné z: https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/S/%C5%A0kola_v_p%C5%99%C3%ADrod%C4%9B.

Základní škola Zdeny Kaprálové a Mateřská škola Vrbátky, 2023 [online]. [Cit. 18.5.2023]. Dostupné z: <https://www.skolavrbatky.cz/obecne>.

Informace získané osobním kontaktem:

LORENCOVÁ Veronika, 2023. Interview se spolumajitelkou rekreačního střediska Řídeč. Řídeč 10.5.

Seznam příloh

Příloha 1: Prohlášení o vlastní zodpovědnosti, souhlas se zveřejňováním fotografií

Příloha 2: Přihláška na školu v přírodě

Příloha 3: List účastníka

Příloha 4: Potvrzení ošetřujícího lékaře

Příloha 5: Doporučený seznam věcí na školu v přírodě

Příloha 6: Test ze znalostí v oblasti hipoterapie

Příloha 7: Formulář sebereflexe dětí

Příloha 1

PROHLÁŠENÍ O VLASTNÍ ZODPOVĚDNOSTI SOUHLAS SE ZVEŘEJŇOVÁNÍM FOTOGRAFIÍ (Prohlášení je platné po celý rok 2023 a další návštěvy areálu Koně Řídeč)

Prohlašuji, že jsem si vědom/a, že jezdeckví je rizikový sport, ať už při jízdě samotné nebo práci s koňmi či jinými aktivitami s tím spojenými a pohybu po areálu provozovny Rekreační středisko Vladimír, z. s., které budu provozovat na vlastní nebezpečí. Budu striktně dodržovat bezpečnostní pokyny, zejména u používání bezpečnostních pomůcek jako je helma, bezpečnostní vesta a vhodná obuv. Bezpečnostní pomůcky jsou povinné do 18 let, ale bylo mi doporučeno je používat vždy. Rekreační středisko Vladimír, z. s. nabízí zdarma vypůjčení helem na koně, zbytek vybavení si musí klient donést vlastní.

Udělují souhlas provozovateli k pořizování fotografií a jejich následnému použití k propagaci či umístování na webových stránkách.

Jsem si vědom/a, že návštěvy dětí jsou v průběhu školy v přírodě nevhodné mimo vyhrazený čas – čtvrtek mezi 13 – 15 hodinou. Dále беру na vědomí, že používání telefonů na táboře bude omezeno.

V dne

Jméno a příjmení dítěte:

.....

Jméno a příjmení zákonného zástupce hůlkovým písmem:

.....

Datum a podpis zákonného zástupce:

.....

(Koně Řídeč – vyjížděky na koních Vladimír Lorenc, 2023).

Příloha 2

PŘIHLÁŠKA NA ŠKOLU V PŘÍRODĚ S PRVKY HIPOTERAPIE

Jméno a příjmení dítěte:

Adresa:

Tel.: E-mail:

Rodné číslo: Zdravotní pojišťovna:

Má dítě sjednané úrazové připojištění?

Umí dítě plavat?

Je dítě na něco alergické?

Užívá dítě pravidelně léky? Jaké?

Jezdecké zkušenosti dítěte:

Jméno a příjmení matky dítěte:

Tel.:

Jméno a příjmení otce dítěte:

Tel.:

Kontaktní osoba: Tel.:

E-mail:

Prohlašuji, že uvedené informace jsou pravdivé

.....

Datum a podpis zákonného zástupce

Příloha 3

LIST ÚČASTNÍKA

Prohlášení zákonných zástupců

Prohlašuji, že ošetřující lékař nenařídil dítěti

bytem..... RČ

změnu režimu. Dítě nejeví známky akutního onemocnění: průjem, teplota, kašel, atd.) a okresní hygienik ani ošetřující lékař mu nenařídil karanténní opatření. Není mi známo, že v posledních dvou týdnech přišlo do styku s osobami, které onemocněly přenosnou nemocí. Jsem si vědom právních následků, které by mě postihly, kdyby toto mé prohlášení nebylo pravdivé.

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

Podpis zákonného zástupce

POZOR!!! Výše uvedené prohlášení nesmí být starší jednoho dne!!

.....
Sdělení a upozornění zákonných zástupců dítěte:

Po dobu pobytu na škole v přírodě je možné zákonné zástupce zastihnout na adrese:

.....
Tel.:

Upozorňuji u svého dítěte na:

.....
Prohlašuji, že jsem si vědom/a, že jezdeckví je rizikový sport. Současně sděluji, že je mi známo, že každý účastník školy v přírodě podléhá stanovenému řádu a podrobuje se pokynům vedoucího a učitelů.

Podpis zákonného zástupce:

Příloha 4

POTVRZENÍ OŠETŘUJÍCÍHO LÉKAŘE

Potvrzuji, že dítě: RČ:

JE - NENÍ zdrávo a může - nemůže se zúčastnit školy v přírodě.

.....

Podpis a razítko lékaře

Příloha 5

DOPORUČENÝ SEZNAM VĚCÍ NA ŠKOLU V PŘÍRODĚ

Jezdecké vybavení (jezdecké kalhoty, jezdecká přilba, sportovní obuv)

Volnočasový oděv a obuv na převlečení

Ručník/osuška

Plavky

Batoh

Láhev na pití

Pláštěnka

Opalovací krém (nejlépe s ochranným faktorem 50)

Repelent

Hygienické potřeby

Kapesné

Příloha 6

TEST ZE ZNALOSTÍ V OBLASTI HIPOTERAPIE

Co znamená termín hipoterapie?

Pro koho je hipoterapie určena?

Jaké jsou základní cviky na koni při provádění hipoterapie?

Může činnost hipoterapie vykonávat každý, bez ohledu na jeho odborné znalosti?

Jakou povahu by měl mít kůň, který provádí hipoterapii?

Jaké plemeno koní se v hipoterapii upřednostňuje?

- a) český teplokrevník
- b) shetlandský pony
- c) na plemenu koně nezáleží, hlavní jsou jeho povahové rysy

Příloha 7

FORMULÁŘ SEBEREFLEXE

Co nového ses dnes naučil/a?

Co tě na dnešních aktivitách bavilo/nebavilo?

Jak bys zhodnotil/a svůj pokrok v jízdě na koni?

V čem si myslíš, že by ses mohl/a zlepšit?

V jaké aktivitě si myslíš, že vynikáš?

Jak bys zhodnotil/a celý průběh dne?