

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

AKTIVITY S VYUŽITÍM KONÍ
V OBČANSKÉM SDRUŽENÍ RYZÁČEK

Bakalářská práce

Autor: Eliška Helekalová, rekreologie - pedagogika volného času

Vedoucí práce: Mgr. Rudolf Rozsypal

Olomouc 2014

Jméno a příjmení autora: Eliška Helekalová

Název diplomové práce: Aktivity s využitím koní v Občanském sdružení Ryzáček

Pracoviště: Katedra rekreologie

Vedoucí diplomové práce: Mgr. Rudolf Rozsypal

Rok obhajoby: 2014

Abstrakt:

Bakalářská práce se zabývá hiporehabilitačním oborem „aktivity s využitím koní“. Jejím hlavním výstupem je sborník aktivit a her, používaných v „aktivitách s využitím koní“ v Občanském sdružení Ryzáček. Práce zařazuje pojem do animoterapie, hiporehabilitace, volného času a zážitkové pedagogiky. Dále blíže představuje „aktivity s využitím koní“ z hlediska jejich cílů, cílových skupin a podmínek.

Klíčová slova: aktivity s využitím koní, hiporehabilitace, animoterapie, volný čas

Souhlasím s půjčováním bakalářské práce v rámci knihovních služeb.

Author's first name and surname: Eliška Helekalová

Title of master thesis: Equine assisted activities in the Civic Association Ryzáček

Department: Department of Recreology

Thesis Supervisor: Mgr. Rudolf Rozsypal

The year of presentation: 2014

Abstract:

The bachelor thesis deals with hiporehabilitative discipline “equine assisted activities“. Its main output is a set of activities and games used in “equine assisted activities“ in the Civic Association Ryzáček. Thesis covers the concept to animotherapy, hiporehabilitation, leisure time and experiential pedagogy. Furthermore, it represents closer “equine assisted activities“ in terms of their aims, target groups and conditions.

Keywords: horse assisted activities, hiporehabilitation, animotherapy, leisure time

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně, s odbornou pomocí Mgr. Rudolfa Rozsypala, uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a řídila se zásadami vědecké etiky.

V Olomouci dne _____

podpis

Děkuji Mgr. Rudolfu Rozsypalovi za pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracování diplomové práce. Velké poděkování patří i Aleně Fritscherové, zakladatelce a jednatelce občanského sdružení Ryzáček, za poskytnutí cenných rad a potřebných materiálů.

1. ÚVOD

Podnětem k psaní práce na toto téma je moje pracovní působnost v Občanském sdružení Ryzáček. Vzhledem k oboru studia rekreologie-pedagogiky volného času, je toto téma k oboru velmi blízké. „Aktivity s využitím koní“ ovlivňují životní styl lidí a rozvíjí jejich osobnost po všech stránkách.

Hlavním činitelem je zde právě kůň, který se již od pradávna stal člověku společníkem při práci i při trávení volného času. V současné době je kůň často využíván ke sportovnímu jezdeckví. Pro mnoho jezdců je bohužel kůň jakýmsi sportovním náčiním, které použijí a odloží zpět do stáje. Kůň je, ale i něčím víc. Při správném přístupu je možné s koněm budovat vztah, vzájemně se učit a rozvíjet.

„Aktivity s využitím koní“ využívají interakce koně s člověkem k sociálně-osobnostnímu rozvoji člověka. V „aktivitách s využitím koní“ nejsou lekce jezdeckví, ale největší podíl má práce s koněm ze země a péče o něj.

„Aktivity s využitím koní“ není pojem zahrnující všechny aktivity s koňmi, které si laik představí, nýbrž obor hiporehabilitace.

Nejznámější oborem hiporehabilitace je hipoterapie, jakožto léčebné cvičení na koni. Jednou z dalších složek jsou právě „aktivity s využitím koní“, které jsou primárně zaměřeny pro osoby se znevýhodněním, ať už zdravotním či sociálním.

V hiporehabilitačním centru Občanské sdružení Ryzáček jsou využívány i jako kvalitní volnočasová aktivita pro osoby bez znevýhodnění, jako jsou školní a podobné kolektivy, dále v programech příměstských táborů nebo jako individuální volnočasová aktivita pro rodiny s dětmi.

Přestože konkrétních aktivit je v tomto oboru hiporehabilitace mnoho, nejsou nikde zaznamenány ve větším množství. Proto jsem se rozhodla tyto aktivity kategorizovat a popsat ve sborníku aktivit a her.

Obsah

| | | |
|--------|--|----|
| 1. | ÚVOD | 6 |
| 2. | PŘEHLED POZNATKŮ | 9 |
| 2.1. | ZAŘAZENÍ POJMU „AKTIVITY S VYUŽITÍM KONÍ | 9 |
| 2.2. | ANIMOTERAPIE | 9 |
| 2.3. | HIPOREHABILITACE (HR) | 11 |
| 2.3.1. | Česká hiporehabilitační společnost..... | 11 |
| 2.3.2. | Dělení hiporehabilitace | 12 |
| 2.4. | VOLNÝ ČAS | 13 |
| 2.5. | ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA..... | 14 |
| 2.6. | HRA | 16 |
| 2.7. | SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKA, SOCIÁLNÍ PRÁCE, SOCIÁLNÍ PEDAGOGIKA | 17 |
| 2.8. | AKTIVITY S VYUŽITÍM KONÍ..... | 20 |
| 2.8.1. | Indikace a kontraindikace | 20 |
| 2.8.2. | Cíle AVK | 20 |
| 2.8.3. | Základní formy AVK..... | 22 |
| 2.8.4. | Základní metody používané při aktivitách s využitím koní..... | 22 |
| 2.8.5. | Techniky AVK..... | 23 |
| 2.8.6. | Středisko a tým pro AVK | 24 |
| 2.8.7. | Výběr koně pro AVK..... | 26 |
| 2.9. | KOMUNIKACE S KONĚM..... | 27 |
| 2.9.1. | Přirozená komunikace (natural horsemanship)..... | 27 |
| 2.9.2. | Kůň jako prostředek zpětné vazby | 30 |
| 2.10. | OBČANSKÉ SDRUŽENÍ RYZÁČEK | 31 |
| 3. | CÍLE..... | 35 |

| | | |
|-----|---|----|
| 4. | VÝSLEDKY | 36 |
| | AKTIVITY S VYUŽITÍM KONÍ – SBORNÍK AKTIVIT A HER..... | 37 |
| 6. | DISKUZE | 70 |
| 6. | ZÁVĚR | 71 |
| 7. | SOUHRN | 72 |
| 8. | SUMMARY | 73 |
| 9. | REFERENČNÍ SEZNAM | 74 |
| 10. | PŘÍLOHY | 77 |

2. PŘEHLED POZNATKŮ

2.1. ZAŘAZENÍ POJMU „AKTIVITY S VYUŽITÍM KONÍ

Aktivity s využitím koní je český pojem definovaný a používaný Českou hiporehabilitační společností (ČHS). Jedná se o jednu z disciplín hiporehabilitace, která je součástí animoterapie.

Aktivity s využitím koní (AVK) je obor hiporehabilitace, metoda speciální pedagogiky, sociální pedagogiky a práce, využívající prostředí určeného pro chov koní a práci s nimi, kontaktu s koněm a interakce s ním jako prostředku k motivaci, aktivizaci, výchově a vzdělávání lidí se zdravotním nebo sociálním znevýhodněním nebo se specifickými potřebami (Česká hiporehabilitační společnost).

AVK je kvalitní volnočasová a terapeutická aktivita pro děti, mládež a dospělé. Rozvíjí motorické dovednosti, osobnostně-sociální vývoj, vede k aktivnímu životnímu stylu a rozvíjí klíčové kompetence.

Hlavní cílovou skupinou jsou klienti se zdravotními a sociálními znevýhodněními. Pozitivní vliv má i na osoby bez znevýhodnění. Velmi dobře může sloužit i jako doplňková aktivita školních vzdělávacích programů a průřezových témat.

Nedílnou součástí programů AVK je využívání zážitkové pedagogiky, jejíž prostřednictvím jsou realizovány cíle AVK. Právě díky koni, jakožto silnému motivačnímu prostředku, dochází k prožívání situací, které jsou následně převedeny do zkušenosti.

2.2. ANIMOTERAPIE

„Animoterapie je definována jako léčba pomocí zvířat a zahrnuje péči o ně, dotýkání, hlazení, kontakt s nimi, komunikaci přes zvíře. Využívá interakce člověka a zvířete k této činnosti speciálně vycvičeného“ (Jiskrová, Casková, Dvořáková, 2010, 10).

Animoterapie se diferencuje na základě rozlišných cílů.

„V rukou odborníka se specifickým zaměřením a cíli se animoterapie mění v plnohodnotnou metodu podpory léčby. Stejný odborník se ale může rozhodnout, že zatímco u jednoho klienta se bude intenzivně věnovat naplňování konkrétních léčebných cílů, jinému prostě přijde udělat radost. Jde tedy o to, co od této metody

čekáme a jak k ní budeme přistupovat“ (<http://www.animoterapie.cz/aaa-aat-aae-aacr.htm>).

Na základě rozdílných cílů se animoterapie dělí na více metod.

AAT (animal assisted therapy) *zvířaty asistovaná terapie*. Terapie probíhá formou záměrných kontaktů speciálně cvičeného zvířete s klientem pod vedením profesionálního terapeuta. Cílem je zlepšení zdravotního stavu klienta.

AAE (animal assisted education) *zvířaty asistovaná výchova*. Hlavním zaměřením intencionálního kontaktu člověka (žáka) a zvířete je zlepšení podmínek vzdělávání a motivace učení se. Vhodné pro osoby se specifickými vzdělávacími potřebami.

AACR (animal assisted crisis respond) *zvířaty asistovaná krizová intervence*. Zvířata jsou využívána jako součást intervence osob, které se ocitly v krizových a stresových situacích, jako jsou oběti katastrof, násilných činů, uživatelé návykových látek apod.

AAA (animal assisted activities) *zvířaty asistované aktivity*. Spočívají v přirozeném kontaktu zdravého člověka a zvířete. Cílem není léčba, nýbrž zlepšení kvality života (Dohnal, Karásková, 2011).

V knize Animoterapie, Nerandžič (2006, 128) animoterapii rozděluje ve vztahu ke koním na „**EAT – equine assisted therapy** (léčení prostřednictvím koní)

EAL – equine assisted learning (učení prostřednictvím koní)

EAP – equine assisted psychotherapy (psychoterapie prostřednictvím koní)

EFP – equine facilitated psychotherapy (podpůrná psychoterapie s koňmi)

Hippotherapy (léčebný tělocvik na koni)“.

Pro lepší představu uvádím rozdíl mezi EAT a EAL vysvětlený na stránkách zahraniční organizace EAGALA-Equine Assisted Growth And Learning Association (http://www.eagala.org/Information/What_Is_EAP_EAL).

EAP je silný a efektivní terapeutický přístup, který má neuvěřitelný vliv na jednotlivce, mládež, rodiny a skupiny. Řeší různé duševní nemoci a potřeby lidského rozvoje, včetně

otázek chování, poruchy pozornosti, zneužívání návykových látek, poruchy příjmu potravy, deprese, úzkost, problémy ve vztazích a komunikačních potřeb.

EAL je podobný EAP, ale je zde větší důraz na učení, vzdělávání a vzdělávací cíle jednotlivců i skupin.

Zařazení pojmu aktivity s využitím koní (AVK) do mezinárodní terminologie

Je zřetelné, že pojmy týkající se animoterapie se velmi prolínají. Z prostudovaných materiálů a vlastní zkušenosti bych AVK tedy zařadila následovně. V souvislosti s animoterapií obecně můžeme AVK zařadit do AAA, AAT a AAE. Záleží na konkrétní cílové skupině a cílech aktivit. V souvislosti s terminologií týkající se konkrétně koní můžeme AVK zařadit do EAT a EAL. Opět záleží na konkrétních cílech a skupině.

2.3. HIPOREHABILITACE (HR)

Zastřešující a nadřazený název pro všechny aktivity a terapie v oblastech, kde se setkává kůň a člověk se zdravotním nebo sociálním znevýhodněním nebo se specifickými potřebami.

Slovo hiporehabilitace je pojem složený z řeckého slova „hippos“, což znamená „kůň“, a z latinského slova „re-habilitis“, znamenající „znovu schopný“ (Hollý, Hornáček, 2005).

2.3.1. Česká hiporehabilitační společnost

Česká hiporehabilitační společnost založila oficiální webové stránky, na kterých je veřejnosti profesionální i laické k dispozici mnoho informací a materiálu.

Česká hiporehabilitační společnost (ČHS) byla založena v roce 1991 jako dobrovolné, nezávislé a nepolitické občanské sdružení, jehož smyslem je šíření rehabilitace prostřednictvím koně, včetně psychoterapeutického přístupu, integrace a sportovního vyžití osob se zdravotním znevýhodněním/specifickými potřebami. ČHS sdružuje fyzioterapeuty, ergoterapeuty, lékaře, logopedy, psychology, zdravotní sestry, sociální pracovníky, pedagogy i jezdecké instruktory, všechny ty, kteří pracují s koňmi ve zdravotnictví, sociální sféře, pedagogice a parasportu. Významnou složku členské základny společnosti tvoří klienti a jejich rodinní příslušníci.

Cílem činnosti je prosazovat a udržovat odborné provádění metody, školit pracovníky, zajišťovat vydávání odborné literatury, sloužit jako informační databáze a zprostředkovat kontakt mezi jednotlivci, pomáhat při zakládání hiporehabilitačních středisek a při výměně zkušeností mezi centry již fungujícími. ČHS navazuje a udržuje kontakt s příslušnými odbornými organizacemi v Čechách i na mezinárodní úrovni a rozvíjí kontakty se společnostmi podobného zaměření (<http://www.hiporehabilitace-cr.com/vse-o-chs/uvodni/>).

ČHS je přidruženým členem HETI (dříve FRDI-Federation of Riding for the Disabled International). FRDI sdružuje organizace, sdružení a asociace, provádějící aktivity a terapie pomocí koně, z celého světa (Jiskrová, Casková, Dvořáková, 2010).

2.3.2. Dělení hiporehabilitace

Oficiální slovník České hiporehabilitační společnosti (<http://www.hiporehabilitace-cr.com/vse-o-chs/oficialni-slovník-chs/>) dělí a definuje jednotlivé obory hiporehabilitace.

Hipoterapie (HT) pro širokou veřejnost je specifická léčebná rehabilitační metoda prováděná s písemným souhlasem lékaře. Terapie probíhá na koni se speciálním výcvikem pod vedením fyzioterapeuta či ergoterapeuta. Jedinečnost této terapie spočívá ve využití trojrozměrného pohybu hřbetu koně v kroku.

Parajezdectví je obor hiporehabilitace, dříve pod názvem Sportovní ježdění hendikepovaných. Jezdec se zdravotním nebo sociálním znevýhodněním nebo se specifickými potřebami se s ohledem na svoje postižení za použití speciálních pomůcek či změněné techniky jízdy učí aktivně jezdit na koni, voltížním cvikům nebo vede koně v zápřeži, eventuálně se zúčastňuje sportovních soutěží.

Psychoterapie pomocí koní (PPK) je oborem hiporehabilitace a je součástí komplexních léčebných postupů, které jsou poskytovány ve zdravotnických službách. PPK k léčbě pacientů/klientů využívá specifickou triádu terapeut-kůň-pacient/klient. Léčba je založena na působení psychologickými prostředky s využitím koně a jeho specifických vlastností jako koterapeuta v psychoterapeutickém procesu k pozitivnímu ovlivnění duševního stavu pacienta/klienta.

Aktivity s využitím koní (AVK) je metoda speciální pedagogiky, sociální pedagogiky a práce, využívající prostředí určeného pro chov koní a práci s nimi, kontaktu s koněm a interakce s ním jako prostředku k motivaci, aktivizaci, výchově a vzdělávání lidí se zdravotním nebo sociálním znevýhodněním nebo se specifickými potřebami.

2.4. VOLNÝ ČAS

Hájek (2004) popisuje volný čas jako dobu, která člověku umožňuje svobodnou volbu činnosti. Každý si tuto činnost volí sice omezeně, avšak není omezována osobními či společenskými povinnostmi. Jedinec ji vykonává dobrovolně a má z ní příjemné zážitky a pocit uspokojení.

Podle Pávkové, Hájka a Hofbauera (2002) je ze zdravotního hlediska volný čas důležitý pro zdravý tělesný a duševní vývoj. Z pedagogického pohledu pak volný čas napomáhá k rozvoji osobnosti a sociálních vztahů.

H. W. Opaschowsky (in Vážanský, 2001) předložil přehled osmi stěžejních potřeb uspokojovaných ve volném čase:

- Rekreace – potřeba zotavení, osvěžení, zdraví.
- Kompenzace – potřeba vyrovnání, rozptýlení a potěšení.
- Edukace – potřeba poznání a dalšího učení.
- Kontemplace – potřeba uvědomění si sama sebe.
- Komunikace – potřeba kontaktu, sdělení a družnosti.
- Integrace – potřeba kolektivního vztahu a společnosti.
- Participace – potřeba sociálního sebepojetí, spoluúčasti na dění.
- Enkulturation – označení procesu, jehož prostřednictvím si člověk v průběhu svého života osvojuje kulturu dané společnosti.

Vážanský (2001) označuje rekreaci, kompenzaci, edukaci a kontemplaci za individuální cílové funkce, zatímco komunikaci, integraci, participaci a enkulturationi řadí mezi spíše všeobecné funkce.

Kavanová a Chudý (2005) mezi funkce volného času řadí i

- seberealizaci – v oblasti potřeb, zájmů, sebeuplatnění, sebehodnocení,
- socializaci – osvojení sociálních způsobilostí, komunikace, návyků,
- prevenci – prevence negativních forem chování (kriminalita, drogová závislost).

Pávková, Hájek, Hofbauer (2002) uvádí, že volný čas dětí a mládeže má z pedagogického hlediska dva úkoly:

1. Výchova ve volném čase – smysluplné aktivity rekreační i výchovně-vzdělávací
2. Výchova k volnému času – seznámení a orientace jedince v nabídce volnočasových aktivit, která mu pomůže najít zájmovou činnost poskytující seberealizaci a uspokojení.

Důležitou funkcí výchovy mimo vyučování je sociální funkce. „Výchovně-vzdělávací zařízení mají možnost v době mimo vyučování vyrovnávat rozdíly mezi nestejnými materiálními a psychologickými podmínkami v rodinách“ (Pávková, Hájek, Hofbauer, 2002, 44).

Z prostudování těchto funkcí volného času, dle různých autorů, je evidentní, že aktivity s využitím koní jsou plnohodnotnou volnočasovou aktivitou. Všechny zmíněné funkce naplňuje a působí tedy k pozitivnímu rozvoji osobnosti.

2.5. ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA

Aktivity s využitím koní ve svých programech využívají metodu zážitkové pedagogiky. Prostřednictvím prožitku, zážitku a jeho převedení do zkušenosti, je pozitivním prostředkem záměrného působení na rozvoj osobnosti.

Pro odborné vymezení pojmu použiji citaci z časopisu Gymnasion, zabývající se právě zážitkovou pedagogikou.

Pod označením „zážitková pedagogika“ tedy budeme rozumět teoretické postavení a analýzu takových výchovných procesů, které pracují s navozováním, rozbořením a reflexí prožitkových událostí za účelem získání zkušeností přenositelných do dalšího života. Cíle takových výchovných procesů mohou být vytyčovány a dosahovány v různorodém prostředí (školním i mimoškolním, přírodním i kulturním), v rozmanitých sociálních skupinách (diferencovaných věkem, sociálním statutem, profesním

postavením či dalšími demografickými faktory) a naplňovány nejrůznějšími prostředky (hrami všech typů, modelovými situacemi, tvořivostními a dramatickými dílnami, besedami a diskusemi, fyzicky i psychicky náročnými výzvolnými situacemi, sebepoznávacími i k týmové spolupráci směřujícími aktivitami). Pro zážitkovou pedagogiku je prožitek vždy pouhým prostředkem, nikoliv cílem. Cílem pro ni zůstává starořecký výchovný ideál, všestranný rozvoj k harmonii směřující osobnosti. Zážitková pedagogika umožňuje v konfrontaci s jinými lidmi, se sebou samým i s přírodním a kulturním okolím uvědomovat si autenticitu své existence, být sám sebou jako celistvý, nikoliv na konzumní obstarávání zaměřený (Jirásek, 2004, 15).

Souhrnem nejznámějších prostředků (Hanuš, Chytilová, 2009), kterých zážitková pedagogika využívá, jsou:

- prožitek
- motivace
- okamžitá aplikace poznatku
- okamžitá zpětná vazba
- dramaturgie
- skupinová dynamika
- rozšiřování individuální zóny komfortu
- Csikszentmihalyiho stav plynutí
- Gardnerova teorie vícečetných inteligencí
- hra
- evaluace

Jak již bylo řečeno, zážitková pedagogika využívá prožitku, jehož znaky jsou:

- **Nenahraditelnost v lidském životě.** Zaměřuje se na jednotlivou jedinečnou událost, ohraničenou časově i prostorově.
- **Jedinečnost prožitku** spočívá v nemožnosti nahradit jeden za druhý, v nemožnosti nahradit jednu událost za druhou v touze po totožném vyznění v člověku.
- **Individuálnost prožitku.** Každý z nás prožívá danou situaci jinak, podle svého, na základě individuálně rozvinutých složek osobnosti a dřívějších zkušeností.

- **Intencionálnost prožitku.** Prožitek je neoddělitelný od svého obsahu, sounáležitost prožívajícího jedince a prožívané události.
- **Nepřenositelnost** z jednoho individua na druhé. Prožitek je ryze individuální záležitost (Hanuš, Chytilová, 2009, 13).

V souvislosti s prožitkem je pro zážitkovou pedagogiku typické „zakotvení prožitku do jeho širších souvislostí, znalost a analýza cílů navozovaných souvislostí, cílené vyvolání záměrného prožitku, zpracování prožitku, převedení prožitku do zkušenosti“ (Hanuš, Chytilová, 2009,18).

2.6. HRA

Prostředkem volnočasové, sociální a zážitkové pedagogiky často bývá hra. Právě hrám používaných v AVK je věnována druhá část této bakalářské práce.

Hry „mohou působit na rozvoj všech stránek osobnosti a podle svého charakteru ovlivňují biologický, psychický i sociální rozvoj jedince. Podněcují pohybovou aktivitu, umožňují nenásilné získávání zkušeností, nových poznatků, dovedností a rozvíjení schopností. Většinou jsou doprovázeny kladnými city, přinášejí vzrušení a radost, umožňují odreagování napětí a negativních emocí. Podílejí se na vytváření charakterových a volních vlastností. Protože probíhají většinou ve skupinách nebo ve dvojicích, mají též významnou úlohu při socializaci (Pávková, Hájek, Hofbauer, 2002, 92).

Podle výchovných cílů můžeme hry dělit do následujících kategorií (Hrkal, 2007, 11):

1. **Hry na rozvoj intelektu.** Rozvíjejí paměť, smyslové vnímání, pozornost, důvtip, logické myšlení, taktiku, strategii, kombinační schopnosti atd.
2. **Hry na rozvoj tvořivosti.** Rozvíjejí představivost, fantazii, originální a netradiční postupy apod.
3. **Hry na rozvoj sociálních dovedností.** Rozvíjejí komunikaci, zaujímání rolí, improvizaci, kooperaci, týmovou spolupráci, zodpovědnost, altruismus, empatii aj.
4. **Hry na rozvoj motoriky a pohybových dovedností.** Rozvíjejí rychlost, sílu, vytrvalost, obratnost.

5. **Hry na rozvoj vůle.** Rozvíjejí trpělivost, sebeovládání, psychickou vytrvalost, odvahu.

6. **Hry na rozvoj sebepojetí.** Rozvíjejí poznání sebe sama, překonání sebe sama, sebedůvěru a samostatnost, bourají předsudky a psychické bariéry.

Hry můžeme dělit a klasifikovat podle nejrůznějších kritérií (Franc, 2007)

podle prostředí:

- outdoorové
- hry do místností
- hry do města

podle pravidel:

- strukturované – mají jasná pravidla
- málo strukturované nebo nestrukturované – mají jasně dané prostředí a motivaci, samotný průběh je potom na účastnících

2.7. SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKA, SOCIÁLNÍ PRÁCE, SOCIÁLNÍ PEDAGOGIKA

V definici AVK je uvedeno, že se týká metod speciální a sociální pedagogiky a práce. Pokládám tedy za vhodné uvést jejich definice.

Speciální pedagogika

Pipeková (1998) označuje speciální pedagogiku za významnou pedagogickou disciplínu orientovanou na výchovu a vzdělávání, na pracovní a společenské možnosti zdravotně a sociálně znevýhodněných osob.

„Předmětem péče speciální pedagogiky je zdravotně, příp. sociálně znevýhodněný jedinec, který potřebuje podporu v oblasti výchovy, vzdělávání, při pracovním a společenském uplatnění“ (Pipeková, 1998, 23).

Podle Renotierové (2006,14)

cílem speciální pedagogiky v praxi je vychovávat, vyučovat a vzdělávat jedince se speciálními potřebami tak, aby se nejen vnitřně vyrovnali se svým postižením (poruchou, omezením, narušením, defektem, znevýhodněním), ale aby se přes všechna individuální omezení dokázali včlenit do pracovního procesu a do globální společnosti.

Sociální pedagogika

Univerzita Palackého v Olomouci (<http://www.cmtf.upol.cz/skupiny/zajemcum-o-studium/bakalarske-a-magisterske-studium/studijni-obory/obor/socialni-pedagogika/>) popisuje sociální pedagogiku následovně:

Sociální pedagogika v širším pojetí se zabývá otázkami výchovného procesu a výchovnými oblastmi s důrazem na vliv prostředí. Jedná se především o výchovné působení v oblastech mimo vyučování (mimoškolní zařízení) a ve volném čase nejen u jedinců, kteří jsou ohroženi sociální exkluzí.

Sociální práce

„Je odborná disciplína, která speciálními pracovními metodami, na profesionálním základě pečuje o člověka. Je to nápravná činnost, která brání vzniku sociálního zla a rozvíjí sociální klady. Má represivní a preventivní ráz“ (Goldmann, 2001, 8).

Na internetových stránkách časopisu Sociální práce uvádí poslání a cíle sociální práce.

Sociální práce je teoretickou i praktickou disciplínou vycházející z mnoha vědních oborů. Využívá poznatků psychologie, sociologie, ekonomie, práva, pedagogiky, lékařství a jiných vědních disciplin. Vzhledem k této své multiparadigmatičnosti dosud nebyla jednoznačně definována. Přes svou šíři záběru je však její úkol jasně vymezitelný: je jím snaha řešit na profesionální úrovni problémy lidí nacházejících se v obtížných životních situacích.

Zákon č. 564/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání.

Hiporehabilitační centra pracují především s klienty se specifickými potřebami, zdravotně oslabenými či hendikepovanými.

Pro rozlišení jednotlivých postižení a znevýhodnění uvádím výňatek ze zákona zákon č. 564/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání.

§ 16 Vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami

(1) Dítětem, žákem a studentem se speciálními vzdělávacími potřebami je osoba se zdravotním postižením, zdravotním znevýhodněním nebo sociálním znevýhodněním.

(2) Zdravotním postižením je pro účely tohoto zákona mentální, tělesné, zrakové nebo sluchové postižení, vady řeči, souběžné postižení více vadami, autismus a vývojové poruchy učení nebo chování

(3) Zdravotním znevýhodněním je pro účely tohoto zákona zdravotní oslabení, dlouhodobá nemoc nebo lehčí zdravotní poruchy vedoucí k poruchám učení a chování, které vyžadují zohlednění při vzdělávání.

(4) Sociálním znevýhodněním je pro účely tohoto zákona

- a) rodinné prostředí s nízkým sociálně-kulturním postavením, ohrožení sociálně-patologickými jevy,
- b) nařízená ústavní výchova nebo uložená ochranná výchova, nebo
- c) postavení azylanta a účastníka řízení o udělení azylu na území České republiky podle zvláštního právního předpisu.“

2.8. AKTIVITY S VYUŽITÍM KONÍ

Na dalších stranách práce se již budu zabývat aktivitami s využitím koní, jako hiporehabilitačním oborem, a budu specifikovat jejich cíle a cílové skupiny.

2.8.1. Indikace a kontraindikace

Česká hiporehabilitační společnost definuje indikace a kontraindikace v AVK.

Indikací pro AVK je mnoho. AVK jsou zaměřeny na široké spektrum cílových skupin, které zahrnují jak osoby se zdravotním znevýhodněním, podle definice Mezinárodní klasifikace funkčních schopností, disability a zdraví, tak osoby se specifickými potřebami nebo sociálním znevýhodněním. V rámci pedagogických aktivit se AVK může zúčastnit prakticky kdokoli, jehož zdravotní a psychický stav nebrání bezpečnému provádění AVK.

Kontraindikovány pro AVK jsou především osoby v akutním stádiu infekčního a horečnatého onemocnění, osoby v akutním stádiu duševního onemocnění, osoby pod vlivem alkoholu, drog a dalších omamných látek, osoby vykazující zjevné známky vlivu léků nadměrně zpomalujících reakce, které negativně ovlivňují spolupráci s terapeutem či koněm, dále organické poruchy vědomí, těžké fáze demence, nezvládnuté alergie na zvířecí alergeny, záněty v akutní fázi, nezhojené dekubity, nedostatečně kompenzovaná epilepsie, zjevná nezvládnutá agrese vůči zvířatům a lidem, nezvládnuté fobie (<http://www.hiporehabilitace-cr.com/co-je-hiporehabilitace/aktivity-s-vyuzitim-koni/indikace-a-kontraindikace-pro-avk/>).

2.8.2. Cíle AVK

Standardy aktivit s využitím koní (Česká hiporehabilitační společnost, 2011, 4) definují poslání a cíle AVK.

Posláním služby AVK je pomáhat uživatelům v oblasti výchovy, vzdělávání a v rozvoji sociálních schopností a dovedností.

Cílem služby AVK je působit v oblasti pedagogiky a sociálních služeb. Využívá při tom motivačního a sociálně aktivizačního působení zvířat na člověka.

Obecné cíle AVK je možné rozdělit do těchto oblastí:

rozvoj sociálních schopností a dovedností

- posílení pozitivních osobnostních vlastností
- spoluvytváření hodnotového systému
- nácvik komunikace
- nácvik schopnosti spolupracovat
- prožití pocitu sounáležitosti (členství ve skupině)

snížení rizika sociálního vyloučení

- navázání nových kontaktů
- posílení kontaktů v rodině
- pomoc při zapojení do běžného života
- aktivizace jedince

rozvoj psychické kondice

- rozvoj kognitivních funkcí
- posílení sebevědomí
- navození pozitivních změn v psychice
- možnost relaxace a odpočinku

pozitivní ovlivnění chování

- zlepšení schopnosti sebekontroly
- zlepšení soběstačnosti

zlepšení zdraví a fyzické kondice

- normalizace svalového napětí
- zlepšení pohybové koordinace a rovnováhy
- rozvoj fyzické kondice
- usnadnění edukačních procesů - zážitková pedagogika
- (AVK lze využít v mnoha edukačních procesech jako motivačního prvku)

pozitivní a smysluplné trávení volného času

Hollý a Hornáček (2005) také uvádí působení koně na osobnost člověka.

- zlepšení sebevědomí a sebeuvědomění,
- úprava emotivity,
- odbourávání úzkosti a strachu,
- tlumení hyperaktivity, antipatie a agresivity,
- zlepšování komunikace a kooperace,
- vytváření pocitu zodpovědnosti, užitečnosti, vztahu k pořádku, vytrvalost a houževnatost,
- podpora kreativity, soutěživosti,
- podpora intelektových funkcí,
- rozvoj sebehodnocení,
- rozvoj samostatnosti, kolektivnosti.

2.8.3. Základní formy AVK

Formami AVK jsou

„individuální AVK – uživatel dosahuje svých individuálních cílů pomocí individuálních aktivit

skupinové AVK – individuální uživatel je zařazen do skupiny a jeho individuálních cílů je dosahováno pomocí skupinových aktivit

týmové AVK – uživatelé jsou součástí týmu, který má stanoven společný cíl“ (Česká hiporehabilitační společnost, 2011, 6).

2.8.4. Základní metody používané při aktivitách s využitím koní

Hollý a Hornáček (2005) definují několik metod:

Metoda psychoterapeutická

Specifická metoda, používaná především u jedinců s psychiatrickou diagnózou. Prostřednictvím této metody si klient vytváří vztah ke koni a buduje k němu důvěru, učí se komunikovat se svým okolím a sdělovat své myšlenky a názory.

Metoda ergoterapeutická

Prostřednictvím ergoterapeutické metody lze klienty směřovat k různorodým dovednostem a rozvíjet jejich schopnosti. Získávají pracovní návyky jako pravidelnost a zodpovědnost za splnění úkolu. Jelikož jsou všechny úkoly směřovány přes koně, klienti si lépe uvědomují, co může jejich zanedbání koni způsobit. Tato metoda je využívána nejlépe ve skupině, ve které se klade důraz na rozvíjení spolupráce.

Metoda rehabilitační

Zaměřená především na uvědomování si polohy svého těla. Rozvíjí rovnováhu, koordinaci pohybů a prožitky z pohybu. Například pro jízdu na koni je nutné uvolnění těla a podvolení se pohybu koně.

Metoda animoterapeutická

Je specifická tím, že slouží pro klienty, kteří mají potřebu pomáhat a starat se o druhé. Díky koním mohou tedy tuto potřebu ventilovat. Pracuje se s emocemi klienta a potřebou pečovat a být opečovávan.

Metoda relaxační

Touto metodou vytváříme příjemnou a pohodovou atmosféru. Můžeme pracovat s dítětem ze země, ale i na koni, chodit na procházky s koněm, cvičit na koni a podobně. Relaxační metody lze začleňovat, pokud je dítě unaveno a necítí se úplně fit.

Ať už používáme jakoukoli metodu, je důležité cílené zaměření, postup od nejjednoduššího po nejsložitější a schopnost přizpůsobit plán momentální situaci. (Hollý, Hornáček, 2005).

2.8.5. Techniky AVK

Aktivity s využitím koní využívá různorodých činností s koňmi. Lekce AVK se může skládat z (Jiskrová, Casková, Dvořáková, 2010):

1. Práce ve stáji:

- Seznámení se s prostředím stáje a prací, která je s chodem stáje a s životem koní spojena.

- Klient se podílí na péči o koně. Buduje si tím úzký vztah k němu, váží si ho a nevnímá ho jen jako prostředek k ježdění.
- Vytváří se pracovní návyky a pocit zodpovědnosti k druhému.

2. Práce s koněm ze země:

- Navázání kontaktu klienta s koněm.
- Návčik vedení koně, postupně složitější povely a úkony.
- Návčik sebezprosaení, soustředění atd.

3. Práce ze sedla:

- Klient sedí na měkké dečce a drží se madel.
- Návčik správného sedu a jednoduchých cvičebních úkonů, případně hry s míčem apod.

4. Aktivní ježdění nebo cvičení voltáže:

- Určeno jen pro klienty, kteří již zvládli základní cvičení.
- Klient se učí vést koně sám.
- Voltáž-gymnastické cvičení na koni, zde se zapojuje více dětí zároveň.

5. Využití her:

- Učení se znalostem a dovednostem prostřednictvím her.
- Pomůcky: hry s míči, kruhy, kužely, šátky, slalom, překážková dráha a mnohé další.

2.8.6. Středisko a tým pro AVK

Hiporehabilitační aktivity s využitím koní mohou provádět neziskové organizace různých právních forem, nejčastěji jsou to však občanská sdružení. Jako forma neziskové organizace mohou žádat o granty a dotace. Organizace může provozovat služby ve vlastním nebo pronajatém areálu. Jsou-li střediska členem ČHS a mají udělen statut Středisko praktické výchovy „splňují nároky na provádění kvalitních služeb pro klienty a uživatele v jednotlivých disciplínách hiporehabilitace a to z hlediska zázemí, vzdělání pracovníků a připravenosti koní. Tato hiporehabilitační střediska jsou doporučována

k odborným praxím v rámci vzdělávacího systému České hiporehabilitační společnosti (dále jen ČHS), ostatních vzdělávacích institucí a také jako střediska kvalitní hiporehabilitační praxe“ (Česká hiporehabilitační společnost, 2013, 1).

Tým se skládá z několika pracovních pozic. Počet pracovníků je vždy stanoven vzhledem ke konkrétní skupině. Tým se skládá z **instruktora pro AVK, asistenta pro AVK a instruktora pro jezdeckví v hiporehabilitaci**. V týmu pro AVK by samozřejmě neměl chybět **cvičitel koní pro hiporehabilitaci**, který koně připravuje po dovednostní stránce.

Požadavky k jednotlivým pracovním pozicím stanovila Česká hiporehabilitační společnost (<http://www.hiporehabilitace-cr.com/co-je-hiporehabilitace/aktivity-s-vyuzitim-koni/tym-avk/>).

► **Požadavky na „Instruktora pro AVK“:**

- VŠ, VOŠ, SŠ vzdělání humanitního zaměření (psychologie, sociální práce, pedagogika), pedagogické minimum, asistent pedagoga, pracovník v sociálních službách
- absolvován kurz „Instruktor pro AVK“ nebo kurz „Léčebné pedagogické a psychologické ježdění na koni“ na MU v Brně
- minimální věk 18 let
- odpovídá komplexně za průběh AVK včetně výběru, přípravy a ošetřování koní, vytváří náplň AVK v návaznosti na individuální cvičební plán uživatele a hodnotí průběh a výsledky služby, odpovídá za maximální možnou bezpečnost všech zúčastněných lidí i zvířat, odpovídá za péči a celkový přístup k hiporehabilitačním koním

► **Požadavky na „Asistenta při AVK“:**

- vzdělání není rozhodující
- pracuje pouze pod dohledem pracovníka, který má vzdělání odpovídající pracovním pozicím „Instruktor pro AVK“
- minimální věk 15 let (zajišťuje doprovodné aktivity v procesu AVK mimo samostatného vodění koní)
- minimální věk 18 let (zajišťuje doprovodné aktivity v procesu AVK včetně samostatného vodění koní)
- podílí se na ošetřování a přípravě hiporehabilitačních koní dle pokynů cvičitele koní, podílí se na průběhu AVK dle pokynů instruktora pro AVK

► **Požadavky na „Instruktora jezdeckví pro hiporehabilitaci“:**

- absolvován kurz „Instruktor jezdeckví pro hiporehabilitaci“ (do doby, než bude možné absolvovat tento kurz, může tuto pozici zastávat pracovník s jiným vzděláním v oblasti chovu a výcviku koní)
- minimální věk 18 let
- zajišťuje chod střediska související s chovem koní, ve spolupráci s instruktorem pro AVK vybírá pro uživatele vhodné hiporehabilitační koně a zároveň vyřazuje koně nevhodné, organizuje a odpovídá za přípravu hiporehabilitačních koní včetně jejich ošetřování, odpovídá za celkovou kondici hiporehabilitačních koní

2.8.7. Výběr koně pro AVK

Nároky na koně jsou v AVK menší než při samotné hipoterapii, při které se zohledňuje, mimo charakter koně, hlavně tělesná konstituce, chody, hřbet a další. V aktivitách s využitím koní i hipoterapii je důležité, aby kůň byl zdravý a psychicky odolný a dobře vycvičitelný. Podle Nerandžiče (2006, 88) „nejdůležitější vlastností terapeutického koně je schopnost být veden, kráčet vedle člověka a plně ho respektovat“.

Hollý a Hornáček (2005, 203) ve své knize shrnují požadavky na koně pro tuto metodu.

Od koně (koní) se požaduje:

- různý temperament,
- dobrý charakter,
- bezpečnost při ošetřování ve stáji a ve výběhu,
- lehká manipulace ze země,
- akceptace začátečnicků v sedle,
- habituace na náhlé podněty ze stran klientů (výskání, křik, náhlé pohyby) a/nebo okolí (provoz, stroje, házení míče, mávání vlajkami), se kterými se bude během práce setkávat, dostatečná psychická odolnost při střídání klientů.

Pro posouzení vhodnosti a připravenosti koně pro hiporehabilitaci vznikly specializační zkoušky pro koně a pony zařazené do hiporehabilitace.

2.9. KOMUNIKACE S KONĚM

2.9.1. Přirozená komunikace (natural horsemanship)

Ve většině hiporehabilitačních středisek probíhá příprava a výcvik koně formou přirozené komunikace (nepřesný český ekvivalent k natural horsemanship). Tento přístup se v posledních letech velmi rychle rozvíjí a ti, kteří se jí zabývají, potvrzují její pozitivní vliv na vztah a komunikaci člověka s koněm. Nejznámějšími zastánci jsou Monty Roberts, Pat Parelli, v Čechách pak Honza Bláha, Míša Kunová, Barbora Mrkvicová a další.

Přirozená komunikace s koněm neboli horsemanship (natural horsemanship) není směrem s přesně určenými pravidly, nýbrž spíše filozofií zacházení s koněm na základě porozumění a pochopení. Vychází z etologie a z pozorování koně v jeho přirozeném prostředí. Principem je pochopení „koňského světa“ a to uvažování, reakce a instinkty koní. Nejpropracovanější metody horsemanshipu zformuloval Pat Parelli. V jeho výcvikovém programu je základem tzv. 7 her, vycházející z principu interakce klisnou a hříbětem. Ta musí, v co nejkratší době, naučit hříbě chodit dopředu, dozadu a do stran. Při tom používá tlak od jemného štípnutí po bolestivé kousnutí. Hraním těchto her podpoříte v koni jeho důvěru ve vás (Casková, Dvořáková, Jiskrová, 2010).

Tyto hry jsou využitelné právě i v terapeutických hrách v AVK.

Principy horsemanshipu podle Parelliho jsou k nalezení v jeho knize a také na spoustě internetových stránek. Pro stručné vysvětlení jeho sedmi her jsem čerpala z <http://www.divokyzapad.wbs.cz/PRIROZENA-KOMUNIKACE.html>

Patt Parelli rozlišuje práci s koňmi na dvě oblasti. Práci ve volnosti a práci na laně. Pro začátek se používá metoda na laně.

Je k ní potřeba:

- provazová ohlávka,
- mrkvová hůlka (carrot stick-sloužící jako prodloužená ruka, nikoli bič),
- 4, 7 nebo 14 metrové lano zakončené tzv. kousátkem (dva volné kousky kůže, simulující koňské kousnutí).

Ze začátku je lepší používat lano kratší k lepšímu napojení a jasnější komunikaci.

Sedm her podle Patta Parelliho

Při hraní sedmi her je potřeba postupovat postupně od základních, a až po jejich zvládnutí přistoupit k další.

1. Přátelská hra

První základní hra. Jde v ní o získání důvěry tj. ukázat koni, že hodlám být jeho přítel, nikoli mu ubližovat. Koně se dotýkáme vodítkem, hůlkou a jinými předměty, z kterých může mít zprvu strach. Tyto úkony se provádí tak dlouho, dokud si kůň není jistý, že se není čeho bát a sám od sebe klidně stojí. Hra se používá kdykoli je kůň bojácný, nebo je potřeba udržet vyváženost mezi partnerstvím a dominancí.

2. Dikobrazí hra

V pořadí druhá hra. Učí koně správně reagovat na určitý tlak-ustoupit mu nebo ho následovat. Princip hry je takový, že působíme nepřetržitým postupně se zesilujícím tlakem a jakmile kůň udělá, o č ho žádáme, přestane tlak působit. Tlak se aplikuje ve čtyřech fázích. Začíná zlehka a zesiluje, dokud kůň nereaguje. K tlaku můžeme použít prsty, lano, mrkvovou hůlku a později i pohled. Při používání tlaku musí být i náš postoj vzpřímený a rozhodný. Po uvolnění tlaku je důležitá i pochvala.

3. Řídící hra

Navazuje na druhou hru a taktéž učí koně reagovat na tlaky, avšak již pouze na psychické. Tlak se naznačuje pohybem těla, poklepáváním hůlky o zem, vodítkem či pohledem. Cílem je naučit koně pohybovat se do všech směrů na neznatelné pomůcky.

4. Jo-jo hra

Je založena na dovednostech z předchozích her a rozvíjí produktivní partnerství mezi majitelem a koněm. Spočívá v tom dokázat koně poslat dopředu a dozadu po přímých liniích. I v této hře se využívá tlaku.

Aby kůň couvl, je potřeba rovnoměrně kmitat vodítkem. Nejprve lehce, a jestliže kůň nereaguje, přidá se na intenzitě až mu to začne být nepříjemné a ustoupí. Jakmile ustoupí, uvolníme tlak a zaujmeme pasivní postoj se skloněnou hlavou. Jestliže k nám kůň nepříjde, rytmickými pohyby přitahujeme v otevřených rukou vodítko.

5. Kruhová hra

Kůň se učí dodržovat na kruhu určité tempo a směr, dokud mu neřekneme něco jiného. Naučí se vykročit a obcházet kruh v kroku, klusu a cvalu. Pokaždé když kůň sám změní tempo, přivoláme ho a vyšleme znovu na kruh. Brzy přijde na to, že jednodušší je zůstat na kruhu. K vyslání koně na kruh používáme znalosti z řídicí hry.

6. Stranová hra

Hra do stran učí koně pohybovat se do stran stejně dobře doleva i doprava. Princip hry spočívá v postupné rytmické stimulaci tlakem střídavě na hlavu a zád'. Ustupování do stran se musí trénovat z obou stran koně.

7. Prostorová hra

Kůň od přírody nemá rád úzké a stísněné prostory. Prostorová hra má za úkol se tohoto strachu ze stísněných prostor zbavit. Princip spočívá v naučení koně procházet omezeným prostorem, například mezi naším tělem a překážkou. Při tréninku této hry se můžeme postavit cca. 4 metry od zdi a vyzvat koně k rozejití určitým směrem. Pokud kůň reaguje panicky, prostor zvětšíme, pokud v klidu prochází, prostor postupně zmenšujeme.

Při komunikaci s koněm rozlišujeme několik zón koně. Vyvoláním tlaku na určitou zónu vyvolá přirozeně určitou reakci.

1. zóna je před nosem koně. Působením na ni, kůň zastaví nebo couvá.
2. zóna je část koně od nosu po kohoutek. Působením na ni kůň ustupuje předkem, tzv. obrat kolem zádi.
3. zóna je část od kohoutku po zad'. Působením na ni ustupuje kůň na stranu.
4. zóna je zad'. Působením na ni kůň ustupuje zádí, tzv. obrat kolem předku.
5. zóna je ocasem koně a slouží k vybuzení pohybu vpřed (Hollý, Hornáček, 2005).

2.9.2. Kůň jako prostředek zpětné vazby

Podle Nerandžiče (2006, 92) „je kůň barometrem osobnosti člověka, s kterým pracuje.“

Práce s koněm vyžaduje od člověka jistou intenzitu vůle a projevu. Jestliže je tato intenzita nedostatečná, kůň nereaguje, je-li naopak příliš velká, kůň se staví do opozice. Toto vyžaduje od člověka sebekontrolu svých emocí a chování.

Nejtěžší část na práci s koněm není kůň samotný. Je to vše o vědomí kdo jsem, vědomí kdo je kůň, a vědomí, co je zapotřebí k spolupráci obou. Koně jsou experti na non verbální komunikaci a čtení těla, podle kterého zjistí naši autenticitu a upřímnost k nim (Mandrell, 2006, 28).

Podíváme-li se, podle jakých kritérií vybírají své vůdce koně, zjistíme nepochybnou podobnost. Vedou ti s osobností, zkušenostmi, vůlí a důstojností, protože jen takoví vůdčové znamenají výrazné zvýšení šancí na přežití pro všechny členy stáda. Pokud se člověk chce stát pro koně vůdcem, musí jej přesvědčit, že tyto vlastnosti má. Nestačí ale diplom, oslňující životopis ani připravená prezentace. Koně intuitivně vnímají naši jistotu, rozhodnost a energii, stejně jako naše vnitřní konflikty, nedostatek jistoty, pochybnosti či povrchní předstírání. Před agresivitou utíkají, na manipulaci odpovídají neochotou a na pasivitu netečností. Reagují na to, kdo jsme, a nezajímá je, kým si myslíme, že jsme.

Člověk stejně jako kůň touží být individualistou a zároveň součástí určité komunity. I v řadě lidských komunikačních situací je přiznávána stěžejní role neverbální komunikaci, ve které jsou koně opravdovými mistry. I zde se můžeme mnohé naučit.

Kůň bezprostředně reflektuje, jak vnímá člověka. Bez hodnocení, odsuzování či znevažování nám dává jednoduchou a přímou odpověď na to, jak na něj působíme. Trpělivě čeká, až k němu promluvíme ne slovy, ale autenticky ze svého srdce, až se staneme důvěryhodným vůdcem a on rád přijme naše vedení (<http://www.fredbednar.cz/home/>).

2.10. OBČANSKÉ SDRUŽENÍ RYZÁČEK



Obrázek 1. Logo Občanského sdružení Ryzáček

Občanské sdružení Ryzáček vzniklo jako nestátní nezisková organizace v roce 2006 a je členem České hiporehabilitační společnosti s uděleným statutem Střediska praktické výchovy. Všichni koně, využívaní ve sdružení, mají úspěšně složeny Specializační zkoušky pro koně a pony zařazené do hiporehabilitace.

Občanské sdružení disponuje momentálně čtyřčlenným stádem koní různých plemen a různorodého charakteru. Díky tomu je možné ke konkrétní skupině klientů přiřadit povahově a tělesně vhodné koně. Koně v o. s. Ryzáček jsou chováni celoročně venku na pastvinách. Koně mají k dispozici několik hektarů pastvin s přístřešky. Tyto výběhy umožňují koním plnohodnotný odpočinek po práci. Výcvik koní probíhá metodou natural horsemanship, a to zejména za účelem bezpečnosti, klidné povahy koní a citlivosti ke klientům.

V areálu je, stejně jako by mělo být v ostatních hiporehabilitačních střediscích, k dispozici bezbariérová místnost sloužící jako klubovna či šatna, sociální zázemí, dále pro samotné programy venkovní i krytá jízdárna a samozřejmě rampa, která slouží pro nasedání na koně.

Výňatek ze stanov Občanského sdružení Ryzáček (2012)

čl. I

Název a sídlo působnosti a charakter sdružení

- 1) Název sdružení: občanské sdružení Ryzáček (dále jen sdružení)
- 2) Sídlo sdružení: Vyšehorky - adresa: Vyšehorky 16,789 85 Líšnice
- 3) Sdružení působí na celém území České republiky. Je právním subjektem a nese odpovědnost za své závazky. Je zřízeno na dobu neurčitou,
- 4) Charakter sdružení - sdružení je občanské sdružení registrované podle zákona č.83/1990Sb. U ministerstva vnitra CR.
- 5) Sdružení je nezávislou, otevřenou, nepolitickou a dobrovolnou organizací.

čl. 2

Poslání a náplň činnosti sdružení

- 1) posláním sdružení je zájmová činnost členů sdružení poskytovat služby v oblasti
hiporehabilitace, napomáhat integraci zdravotně postižených do společnosti a vytvořit kladné prostředí vhodné pro rozvoj dovedností zdravotně postižených osob.
- 2) Činnosti sdružení musí odpovídat poslání sdružení,
- 3) Náplň činnosti sdružení je hlavní zájmovou činností, která je neúplatná,
Hlavní zájmovou činností je:
 - hiporehabilitace
 - dobrovolná pomoc ve prospěch postižených
 - zapojení do života v regionu
 - spolupráce s jinými neziskovými organizacemi
 - podpora členů sdružení v souladu s cíli sdružení
 - volnočasové aktivity, které pomáhají začlenit handicapované do společnosti
 - preventivní ježdění zdravých osob

- práce s dětmi a mládeží
- práce s rodiči
- vzdělávací aktivity

Programy AVK v o. s. Ryzáček

Ryzáček nabízí AVK osobám se znevýhodněním i bez znevýhodnění.

AVK pro znevýhodněné klienty

Nejčastěji AVK pro znevýhodněné klienty probíhá formou pravidelné skupinové terapie. V AVK pro znevýhodněné klienty je ideální počet kolem 5 klientů. Tyto terapie ve sdružení navštěvují děti a mládež ze speciálních škol, dětských domovů a dále dospělí z denních stacionářů apod. U každé skupiny jsou formulovány jiné cíle, na základě individuálních potřeb, možností a schopností klientů.

AVK pro klienty bez znevýhodnění

U tohoto typu AVK bych nemluvila o terapii jako takové, ale především o kvalitní volnočasové aktivitě, zajišťující aktivní trávení volného času. I v této formě AVK dochází k důležitému osobnostnímu rozvoji.

Nabídky těchto aktivit využívají především základní i střední školy, zájmové kluby i individuálně rodiny s dětmi. V o. s. Ryzáček je tato forma nabízena pod programovým názvem „Ahoj, já jsem kůň“. Program pro kolektiv je zpravidla dvouhodinový s možností prodloužení. Program pro rodinu s dětmi se nabízí v půlhodinové až hodinové variantě. Aktivity s využitím koní jsou i náplní příměstských táborů, pořádaných Ryzáčkem.

Obecná metodika AVK v o. s. Ryzáček

- Obeznamení týmu s cílovou skupinou,
- stanovení cílů a aktivit pro cílovou skupinu.

První setkání s klienty

- Vyplnění přihlášky o poskytování služby AVK nebo prezenční listiny,
- seznámení se s klienty,

- seznámení klientů se zásadami bezpečnosti,
- provedení klientů areálem,
- samotný průběh AVK,
- rozloučení,
- pro pravidelnou skupinu stanovení cílů pro příště a zápis do dokumentace sdružení.

Druhé, třetí atd. setkání

- Uvítání, zjištění nálady a složení skupiny,
- vyplnění prezenční listiny,
- průběh AVK,
- rozloučení,
- stanovení cílů pro příště a zápis do dokumentace organizace.

Každé lekci AVK předchází příprava koně pro program. Ta zahrnuje rozhýbání koně prací ze země a případné lehké očištění koně. Programu dále předchází kontrola potřebných pomůcek.

Podle počtu a charakteru klientů je předem stanoven počet koní a pracovníků a náplň lekce. Při každé lekci AVK se program přizpůsobuje aktuálnímu naladění, složení a možnostem skupiny.

Zodpovědnost za klienta má při samotné aktivitě s koněm lektor. Při volném pohybu po areálu sdružení má zodpovědnost za klienta pečující osoba.

3. CÍLE

Hlavním cílem práce je vytvoření sborníku aktivit a her v hiporehabilitačním oboru-aktivitách s využitím koní, které jsou využívány v programech Občanského sdružení Ryzáček.

Dílčí cíle:

- Zařazení pojmu aktivity s využitím koní do pedagogických a terapeutických oborů.
- Obecný popis animoterapie a hiporehabilitace.
- Souhrn poznatků o aktivitách s využitím koní.
- Představení Občanského sdružení Ryzáček.

4. VÝSLEDKY

Výsledkem práce je vytvoření sborníku aktivit a her v aktivitách s využitím koní. K jeho vytvoření jsem čerpala z aktivit, realizovaných v programech AVK v Občanském sdružení Ryzáček. Na základě asistence, případně vedení aktivit, jsem posuzovala jejich cíle, dopad, vhodnost pro určité cílové skupiny a navrhovala jejich úpravu a kategorizaci ve vytvářeném sborníku. Aktivity jsem konzultovala s vedoucí programů AVK v o. s. Ryzáček, Alenou Fritscherovou (osobní konzultace v průběhu zimy a jara 2014).

Pro kategorizaci aktivit a her ve sborníku jsem prostudovala klasifikace her v následujících knihách:

- Zlatý fond her – Hrkal J., Hanuš R.
- Velká encyklopedie her – Zapletal M.
- Hry do kapsy – Hermochová S., Neuman J.
- Učení zážitkem a hrou – Franc D., Martin A., Zouňková D.

Po jejich prostudování a srovnání a zvážení potřebnosti jednotlivých popisů, jsem vytvořila vlastní šablonu popisu aktivit v následujícím sborníku. Mnou sestavená klasifikace aktivit ve sborníku zohledňuje cílovou skupinu, cíl, motivaci, pomůcky, počet lektorů, koní a klientů. Dále popisuje samotný průběh aktivity, její možné varianty a doplňuje popis o poznámky a informaci, zda dané aktivitě předchází jiná. Věk a čas nejsou uvedeny z důvodu relevantnosti vůči jednotlivým cílovým skupinám.

AKTIVITY S VYUŽITÍM KONÍ – SBORNÍK AKTIVIT A HER

Jak pracovat se sborníkem

Aktivity uvedené ve sborníku jsou používány Občanským sdružením Ryzáček, které je členem České hiporehabilitační společnosti a splňuje požadavky pro provoz hiporehabilitačního střediska.

Sborník je určen pro organizace nebo jednotlivce, zabývající se hiporehabilitací, aktivitami s využitím koní nebo s tímto oborem plánují začít.

Výcvik koní v o. s. Ryzáček probíhá metodou natural horsemanship. S touto metodou se pracuje i v jednotlivých aktivitách, je tedy nutná zkušenost s principy horsemanshipu.

Hry a aktivity využívané při AVK, uvedené na následujících stranách, nejsou míněny jako striktní manuál. Ačkoli jsou vysvětlovány jako skupinové, jsou využitelné i pro jednotlivce. Každou aktivitu je třeba zvážit, zda je využitelná pro konkrétní skupinu klientů a zapadá do cílů, které jsme si pro tuto skupinu stanovili.

K jednotlivým aktivitám je zapotřebí vždy zvážit počet lektorů a asistentů, na konkrétní skupinu, za účelem dodržení bezpečnostních zásad, kterými se organizace řídí.

Aktivity jsou seřazovány posloupně od jednoduchých po složitější, u kterých jsou již vyžadovány předchozí zkušenosti a dovednosti při práci s koněm.

Vždy je tedy nutné při výběru aktivit zohledňovat:

- Cílovou skupinu (aktuální složení skupiny, typy znevýhodnění apod.)
- Cíle
- Prostředky organizace: bezbariérovost prostředí, počet koní, počet a kompetence zaměstnanců
- Bezpečnost
- Počasí

Kategorie aktivit

Aktivity jsou rozděleny do následujících kategorií:

- seznámení, poznávání, péči o koně
- pracovní činnosti
- simulační aktivity
- aktivity ze země
- relaxační aktivity

Kategorizace aktivit

Každá aktivita má následující strukturu:

Název: název aktivity

Cílová skupina

- I. klienti se zdravotním postižením
- II. klienti s mentálním postižením
- III. klienti se zdravotním znevýhodněním lehčího typu
- IV. klienti se sociálním znevýhodněním
- V. klienti bez znevýhodnění

Cíl: rozvíjené vědomosti, schopnosti a dovednosti

Počet lektorů/koní/klientů: poměr počtu lektorů, koní a klientů

Lektory jsou zde míněny pozice instruktor pro AVK a asistent pro AVK. Při každé aktivitě by měl být přítomen min. 1 instruktor pro AVK, který stanovuje počet asistentů.

Motivace: Většinou motivace probíhá ústní formou, může ale proběhnout na základě jiného podnětu.

Pomůcky: potřebné pomůcky pro určitou aktivitu

Průběh: vysvětlení průběhu aktivity

Varianty: jestliže má aktivita více variant, jsou zde uvedeny

Předcházející aktivity: aktivity, které předchází nebo mohou předcházet

ANO (název), NE- aktivitě nemusí předcházet jiná činnost

Je-li uvedeno ANO i NE, jedná se o aktivitu zařaditelnou mezi krátkodobé i dlouhodobé lekce.

Poznámky: rady a tipy

U popisu aktivit není uveden **čas na aktivitu a věk**. Důvodem je možná různorodost znevýhodnění klientů a jejich individuální potřeby.

Čas na přípravu také neuvádím. Důležitá je příprava koně před samotným programem AVK. Její délka a důkladnost záleží na aktuálním naladění koně, aktuálních podmínkách a zvycích organizace.

Pojmy vyskytující se v popisu aktivit

- *Pomůcky pro komunikaci s koněm* – provazová Parelli ohlávka a vodítko, mrkvová hůlka
- *Krmení koní a s ním spojené pomůcky* – dle konkrétních koní organizace (oves, otruby, seno, atd.), odměrka, kbelíky apod.
- *Sada čištění* – gumové hřebílko, prachový kartáč, rýžový kartáč, háček na kopyta, masážní plastové hřebílko apod.

1. SEZNÁMENÍ, POZNÁVÁNÍ, PÉČE O KONĚ

Aktivita v této kategorii jsou zaměřené na seznámení se s koněm a poznávání jeho potřeb, znaků apod. Jsou zde aktivity spojené s čištěním koně, dále poznání částí jeho těla apod.

U těchto aktivit učíme klienty i rozlišovat názvosloví pohlaví koně a základní barvy a znaky koně (ryzák, hnědák, bělouš, vraník). Tyto poznatky s klienty opakujeme a rozlišujeme na konkrétních koních organizace.

AHOJ, JMENUJI SE ...

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Aktivita zaměřená na seznámení se s koněm, s kterým bude klient pracovat.

Cíl:

- Uvědomění si, že kůň je také bytost a má právo si každého, kdo s ním chce pracovat, prohlédnout.
- Vytváření vztahu ke koni.

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm

Počet lektorů/koní/klientů: 1 / 1 / 4-5

Motivace: Slušnostní každého člověka je představit se neznámému, když s ním budu jednat. Tímto neznámým může být člověk, kůň, jakákoli živá bytost.

Průběh:

Klienti postupně přistupují ke koni, kterému se představí jménem a pohladí si jej. Lektor řekne jméno koně.

Varianty: -

Poznámky:

Aktivita slouží i samotnému lektorovi, který si touto cestou osvojí jména klientů, s kterými bude pracovat.

Předcházející aktivity: NE

KIMOVO ČIŠTĚNÍ

Cílová skupina: III., IV., V.

Charakteristika: Hra inspirovaná klasickou „Kimovou hrou“ na paměť.

Cíl:

- paměť
- komunikace

Pomůcky: několik sad čištění, papíry, psací potřeby

Počet lektorů/koní/klientů: 1/0/5-10

Motivace: soutěživost

Průběh:

Úkolem skupinky je po zaznění startovního signálu, vybíhat k místu, kde je umístěno několik čistících pomůcek. Jednu pomůcku si zapamatovat, běžet zpět a sdělit zapisovači zapamatovanou věc. V tu chvíli vybíhá další. Jestliže hraje několik skupinek zároveň, vyhrává ta, která má sepsány všechny správně jako první.

Varianty:

Bez předchozí zkušenosti: vyžadován co nejpřesnější popis čistící pomůcky (barva, tvar, hrubost).

S předchozí zkušeností: vyžadovány přesné názvy čištění.

Poznámky: -

Předcházející aktivity: NE, ANO (Poznej kartáč poslepu)

VYČISTI MĚ, PROSÍM

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Náplní aktivity je čištění koně.

Cíl:

- pocit potřebnosti, prospěšnosti
- vytváření vztahu ke koni
- motorika

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm, několik sad čištění

Počet lektorů/koní/klientů: 1-2/1/ 4-5

Motivace:

Tak jako my se denně myjeme, i kůň se dobře cítí vyčištěn. Jelikož to sám nedokáže, potřebuje nás, abychom mu tuto čistotu dopřáli my.

Průběh:

Klienty rozdělíme kolem koně. Podle instrukcí lektora postupně klienti hledají jednotlivé pomůcky pro čištění, kterými následně koně čistí. Dbáme na správné používání čistících pomůcek na jednotlivé části těla a pečlivé a jemné zacházení s nimi vůči koni. Při zvedání nohou nebo snížení hlavy koně je kladen důraz na to, aby klient koně o toto požádal (osloví koně jménem a řekne prosím).

Varianty:

U pravidelně docházejících klientů, kteří již jsou schopni koně sami vyčistit a pracují samostatně s koněm ze země, nemusí již koně držet lektor. Klient sám za pomoci vodítka koně kontroluje. Jestliže mu z místa odchází, vrátí ho zpět. Klient zná jednotlivé pomůcky pro čištění, je samostatný.

Poznámky:

Aktivitu je vhodné zařazovat při každém setkání, kdy je kladen důraz na postupnou samostatnost klientů.

Jestliže máme ve skupině submisivního klienta, může slovíčko prosím pošeptat lektorovi, který tuto prosbu „přetlumočí“ koni.

Předcházející aktivity: NE i ANO (Kimovo čištění)

POZNEJ KARTÁČ POSLEPU

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.,

Charakteristika: Poznávání jednotlivých kartáčů, které se používají pro čištění koně.

Cíl:

- motorika
- vnímání tvaru, hrubosti apod.
- trpělivost
- paměť

Pomůcky: několik sad čištění, šátky

Počet lektorů/koní/klientů: 1/0/5

Motivace:

Přestože nám to tak nemusí připadat, kůň je velmi citlivé zvíře. Cítí na sobě i mouchu. Proto je důležité, abychom na jeho tělo používali to správné čištění. Nejprve si proto na sobě vyzkoušíme a ohmatáme jednotlivé pomůcky a pokusíte se uhádnout, k čemu slouží.

Průběh:

Klientům se zavázanýma očima podáváme jednotlivé čistící pomůcky. Pomocí hmatu mají za úkol uhodnout, k čemu se dané čištění používá, případně název. Klienti sledují hrubost či jemnost vláken, materiál, tvar atd.

Varianty:-

Poznámky: -

Předcházející aktivity: NE, ANO

(Vyčisti mě prosím, Kimovo čištění)



Obr. 2. Poznávání čištění (archiv o. s. Ryzáček)

NÁLEPKY

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Poznávání částí těla koně.

Cíl:

- poznávání částí těla
- paměť

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm, bílé nalepovací nálepky, propiska



Obr. 3. Nálepky (archiv o. s. Ryzáček)

Počet lektorů/koní/klientů: 2/1/5

Motivace:

Lektor na sebe nalepí nepopsané nálepky a přijde za klienty. Klienti si nálepek všimnou, lektor jim řekne, ať přesně popíší, kde je má, aby si je mohl odlepit. Následně vysvětlí, že nyní budou hádat části těla koně a lepit na něj nálepky.

Průběh:

Připravíme si nálepky, na kterých jsou napsány části těla koně. Postupně každý klient dostane jeden lísteček, přečte kterou část těla má najít a pokusí se o správné umístění a nalepení nálepky na danou část těla. Jestliže neví, ostatní mu mohou poradit. Po vyčerpání všech nálepek, postupně odlepujeme nálepky z koně a opakujeme názvy.

Varianty: -

Poznámky:

Jestliže jsou ve skupině klienti, kteří neumí číst, podáváme jim prázdné nálepky a řekneme jim, kterou část těla mají najít. V případě různorodého složení skupině může přečíst název jiný klient ze skupiny.

Přecházející aktivity: Ne

POZNEJ POSLEPU ČÁST TĚLA

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Aktivita na poznávání částí těla koně se zavázanýma očima.

Cíl:

- důvěra
- motorika
- hmat
- poznávání částí těla
- paměť

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm, šátek

Počet lektorů/koní/klientů: 2/1/5

Motivace: výzva k novým věcem

Průběh:

Klientovi zavážeme oči šátkem. Lektor ho vede a jeho ruku mu položí na nějakou část těla. Úkolem je ji uhádnout.

Varianty:

- Jestliže jsou klienti u koní poprvé, klienta ke koni vede lektor.
- Jedná-li se o pravidelně docházející skupinu, mohou se klienti mezi sebou domluvit, kdo je povede.
- Ke skupině přivedeme více koní, klienti hádají nejen část koně, ale i konkrétního koně.
- Pro zmatení klientů můžeme vézt ruku slepého i na lidskou část těla.

Poznámky: -

Přecházející aktivity:

ANO (nálepky)



Obr. 4. Poznej poslepu část koně (archiv o. s. Ryzáček)

2. PRACOVNÍ ČINNOSTI

Důležitou součástí AVK jsou pracovní činnosti, při kterých se klienti učí pracovním a sociálním kompetencím. Díky těmto činnostem si uvědomí, že kůň (ale i jakékoli jiné zvíře) není hračka, ale živý tvor, o kterého se musíme náležitě starat.

Aktivita v této kategorii zahrnují krmení koně a čištění ohrad či boxů. Pravidelně docházející klienty je dobré motivovat i k vyhledávání a uskutečnění jiných pracovních činností, které jsou s chovem koní spojeny. Těmi může být skládání slámy, sena, úklid areálu, stavba přístřešku a mnohé další.



Obr. 5. Roznášení sena v ohradě (archiv o. s. Ryzáček)



Obr. 6. Krmení koní (archiv o. s. Ryzáček)

DENNÍ MENU KONĚ

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Krmení koní a znalosti o krmení.

Cíl:

- rozvíjení vztahu ke koni
- motorika
- pocit potřeby, prospěšnosti
- paměť
- samostatnost

Pomůcky: pomůcky spojené s krmením koní

Počet lektorů/koní/klientů: 2 /0/ 5

Motivace: Koně u nás žijí v ohradách, na kterých roste pouze tráva, a to jen v létě. Nic jiného k nakrmení tu nenajdou. Proto nás potřebují a napjatě čekají, až je přijdeme nakrmit.

Průběh:

V místnosti s krmením se nejprve zeptáme klientů, zda tuší, čím se kůň živí. Pokud nevědí, je dobré jim v hrsti ukázat oves a otruby. Ti zkusí uhodnout co to je. Poté jim vysvětlíme, kolik jednotliví koně potřebují krmiva a vody.

Klienti si vyberou koně (případně vybere lektor), kterého chtějí krmit a společně s lektory naberou a odnesou kbelíky s krmením koním a následně seno i vodu.

Varianty:

Bez předchozí zkušenosti – popsáno v průběhu aktivity.

S předchozí zkušeností – aktivita se může stát součástí každé lekce AVK, přičemž klienty vedeme k jejich spolupráci a samostatnosti nakrmit koně bez zásahu lektora.

Poznámky:

Při pastevním ustájení koní je nutné vysvětlit stádovou hierarchii koní a podle ní postupovat při krmení.

Při popisu krmení lze klienty navést na název krmiva např. písni Já mám koně, vraný koně.

Pro rozvoj logického myšlení je vyvěšena krmná tabulka s dávkováním každému koni.

Předcházející aktivity: NE

POZNEJ POSLEPU KRMIVO

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Poznávání krmiva se zavázanýma očima pomocí hmatu, čichu a chuti.

Cíl:

- motorika
- smyslové funkce - čich, hmat, chuť

Pomůcky: šátky, krmivo (oves, otruby, seno, jablko, mrkev atd.)

Počet lektorů/koní/klientů: 1/0/5

Motivace: vcítění se do koně a rozpoznání krmiva

Průběh:

Klientům zavážeme oči a postupně jim dáváme do rukou jednotlivá krmiva. Ti je zkoumají hmatem, čichem a mohou i ochutnat. Hádají, které krmivo mají v rukou.

Varianty:

Aktivita je vhodná jak pro první kontakt s krmivem, tak i pro ty, kteří již krmiva znají.

Poznámky:

Každému klientovi necháme dostatečný čas a k tomu vedeme i ostatní, kteří zrovna nemají zavázané oči.

Předcházející aktivity: Ano (Denní menu koně), NE

HURÁ NA KOBYLÁKY

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Při této aktivitě klienti čistí ohrady od „kobyλάků“.

Cíl:

- motorika
- pracovní návyky
- spolupráce
- pocit potřeby, prospěšnosti
- samostatnost

Pomůcky: vidle, lopaty, kolečka

Počet lektorů/koní/klientů: 2 / 0 /10

Motivace:

Kůň ve volné přírodě vykonává potřebu tam, kde se déle zdržovat nebude. V ohradě nebo boxu však tuto možnost nemá a tak je zapotřebí jeho „kobyλάky“ uklidit. Kdybychom to neudělali, žijí ve svých výkalech, roznášejí se parazité a zadusí se tráva.

Průběh:

Skupina si rozebere pracovní nástroje a jde s lektory pracovat. Lektoři si rozdělí klienty na skupinky, na které dohlíží a motivují je k práci.

Varianty:

Aktivita může mít klidný charakter, kdy jde především o upevnění pracovního návyku a rozvoje motoriky

Soutěžní varianta – dvě nebo více skupinek, přičemž každá má svá kolečka a jejich úkolem je za stanovený čas vyvézt co největší počet naplněných koleček.

Poznámky:

Je na uvážení lektorů, zda koně nechají pohybovat se kolem klientů nebo je odvedou například do vedlejší ohrady.

Nutná je aktivní účast lektora při práci. Klienti tak lektora nevnímají jako dozorčího.

Předcházející aktivity: NE

3. SIMULAČNÍ AKTIVITY

Simulační aktivity učí klienty zacházení s pomůckami ke komunikaci s koněm, ještě před samotným použitím pomůcek na koni. Simulace probíhá ve dvojicích, či větších skupinkách, kdy každá skupinka má k dispozici potřebné pomůcky.

Cílem simulačních aktivit je za pomoci provazové ohlávky, vodítka a později mrkvové hůlky naučit klienty jemnému chování ke koni a jasné čitelné komunikaci s koněm.

Základní simulace na pochopení jak kůň cítí tlak, který působí na ohlávku při rozejití a zastavení, se mohou zařadit bezprostředně před aktivitami, u kterých klienti koně vodí.

Simulace tzv. sedmi Parelliho her, tj. náročnějších cviků jako couvání, obraty, vyslání na kruh apod. se zařazuje do lekcí pravidelně docházejících klientů, kteří jsou schopni toto vzhledem ke svému znevýhodnění zvládnout.

Cílová skupina: I., III., IV., V.

Cíl:

- pochopení principu tlaku používaného v horsemanshipu
- jemnost
- trpělivost
- sebeovládání, sebezprosažení, sebedůvěra

Pomůcky: 2x provazová ohlávka, 2x vodítko

Počet lektorů/koní/klientů: 1/0/4

Motivace: Kůň chce se mnou spolupracovat, protože mi rozumí.

Klient si na vlastní kůži vyzkouší, jak kůň rozumí a jak se cítí.

Průběh:

Nejprve je zapotřebí klienty naučit správnému nasazování provazové ohlávky a správné držení vodítka. Dále vysvětlujeme princip tlaku a fázování na ohlávku a s tím související rozejití a zastavení.

Pokročilejší simulací je vysvětlení působení fyzického i psychického tlaku a fázování na koně. Simulace sedmi Parelliho her.

1. Návčik správného nasazení provazové ohlávky

Provádíme ve dvojicích, kdy klient představující koně, natáhne ruku, která nyní symbolizuje hlavu koně. Druhý ve dvojici se pak, po ukázce lektora, snaží ohlávku správně nasadit a uvázat na ní uzel.



Obr. 7. Návčik nasazení ohlávky (archiv o. s. Ryzáček)

2. Vysvětlení principu tlaku a fázování.

Slovní vysvětlení principu: Jestliže bychom na koně působili neustále jen velkým násilným tlakem, obranou koně by byla vzdorovitost a tímto bychom ničeho nedocílili. Principem je vzájemný respekt a partnerství, nikoli diktátorské chování.

Názorná ukázka:

Tlak – působením prstů na tělo klienta představujícího koně. Pod zvyšujícím se tlakem klient ustoupí.

Fázování – plastovou láhví rytmicky působilme zvyšujícím se tlakem na tělo klienta představujícího koně.

3. Správné držení vodítka

Bezpečnostní podmínky správného držení vodítka: nemotá se na ruce, nemotá se koni pod nohama, netočí se s ním svévolně. Vodítko je prověšené, nemusí se držet až u ohlávky, tak aby se kůň i klient cítil bezpečně.

4. Rozcházení

Klienti jsou ve dvojicích, přičemž jeden z nich představuje koně. Klient, držící vodítko, dá signál svému koni k rozejtí. Většina z nich se na poprvé rozejde s plně sevřeným vodítkem a velkým tlakem, jakoby za sebou chtěli něco táhnout. Na základě této jejich zkušenosti k sobě vyzve některého klienta, který bude přestavovat koně. Lektor ukáže a vysvětlí správný postup. Postupně si všichni vyzkouší být vodičem i koněm.



1. Fáze-otevřená ruka

2. Fáze-zavírání ruky



2. Fáze-zavřená ruka, mírný tlak

4. Fáze-zavřená ruka, silný tlak

Obr. 8. Simulace rozcházení (archiv o. s. Ryzáček)

5. Zastavení

Nyní má vodič svého koně (klienta) za úkol zastavit. Většina klientů začne rovnou tahat za vodítko, aby kůň zastavil, ale sám vodič při tom ještě nestojí. Toto je základní chybou. Opět lektor k sobě vyzve klienta (koně) a ukáže správný způsob zastavení. Dobré je učit klienty, aby koně nejprve oslovili jménem, řekli „PRR“ a přitom se zastavili. Jestliže se kůň nyní nezastaví, přijde na řadu jemné až ostřejší zatáhnutí za vodítko. Postupně si všichni vyzkouší být vodičem i koněm.

Simulace sedmi Parelliho her

1. Přátelská hra

Ve dvojicích se klienti pohladí hůlkou, míčem, apod. Cílem je odbourání strachu z neznámého předmětu a získání důvěry.

2. Dikobrazí hra

Ve dvojicích klient druhému (představujícímu koně) přiloží ruku na rameno a začne působit tlakem od jemného až po silného na kost, dokud kůň neustoupí.

3. Řídící hra

V této simulaci budou představovat dva klienti stojící za sebou jednoho koně. První představuje předek koně, druhý zád'. Třetí klient pak využívá působení tlaků na jednotlivé zóny koně a vyžaduje jejich pohyb určitým směrem. Skupinka se postupně prostřídá. V této simulaci již klient dostává do rukou hůlku a učí se ji používat spolu s využitím pomůcky pohledem.

4. Jo-jo hra

Klienti jsou ve dvojicích. Jeden představuje koně, druhý drží vodítka. Klient od sebe koně odhání-nutí ho zacouvat a zase přivolává. Couvání provádí čelem ke koni, kmitáním vodítka od jemného tlaku po větší.

5. Kruhová hra

Klienti jsou rozděleni do trojic. Dva z nich se drží za pas a opět představují předek a zád' koně. Klient s vodítkem vysílá koně na kruh a poté ho na kruhu zastaví a přivolá k sobě.

6. Stranová hra

Klienti jsou opět rozděleni do trojic a dva z nich představují jednoho koně, tj. předek a zád' koně. Klient s vodítkem vysílá koně střídavým působením tlaku na předek a zád' do strany.

7. Prostorová hra

Prostorovou hru můžeme simulovat procházením klientů mezi dvěma řadami naproti sobě stojících klientů, kteří se postupně k sobě přibližují.



Obr. 9. Jo-jo hra (archiv o. s. Ryzáček)

Varianty:

Jednotlivé cviky z Parelliho her můžeme procvičovat například provedením se určitou trasou, překážkami a vyvrcholením může být provedení svých koní (klientů) trasou se zavázanýma očima.

Dvojice se rozdělí na koně a vodiče. Kůň dostane instrukce, jakou má mít povahu a temperament. Vodič dostane instrukce, jakou dráhou má koně provést a jaké cviky má kůň splnit. Kůň i vodič neznají instrukce toho druhého.

Poznámky:

Je třeba klienty motivovat, aby simulační aktivity brali vážně z důvodu nutné potřeby k jejich pozdější práci s koněm.



Obr. 9. Simulace-překonání překážkové dráhy (archiv o. s. Ryzáček)

Pozn. k obrázku 9.: Typické jednání klientů při manipulaci s koněm. Cílem je toto změnit. Dopadem je změna chování vůči koni i svému okolí.

4. AKTIVITY ZE ZEMĚ

Aktivity zahrnuté v této kategorii zahrnují práci s koněm ze země a jsou realizovány dvěma způsoby. Aktivity ze země tvoří největší podíl aktivit realizovaných v programech AVK v o. s. Ryzáček.

Prvním způsobem je provádění aktivit bez předchozí zkušenosti se simulačními aktivitami. V tomto případě má vždy kontrolu nad koněm lektor, avšak bez povšimnutí samotného klienta, který koně vede za vodítko. Takto realizované aktivity ze země nejčastěji zařazujeme do krátkodobých programů AVK nebo pro cílovou skupinu zahrnující klienty s fyzickým nebo mentálním znevýhodněním.

Druhé možnosti realizace aktivit ze země, přechází zvládnutí a pochopení simulačních aktivit. Zde si klienti nejprve za asistence lektora osvojí znalosti ze simulace a dále je aplikují na interakci s koněm. Učí se být v komunikaci s koněm důslední, přebírají za něj zodpovědnost, rozvíjí svou sebedůvěru, sebeprosazení a sebereflexi.

Aktivity probíhají nejprve na ohraničené jízdárně. Jestliže klient dokáže bezpečně a zodpovědně ovládat koně, mohou se aktivity přesunout do terénu.

PŘEKÁŽKOVÁ DRÁHA

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Postavení překážkové dráhy a její překonání s koněm.

Cíl:

- sebedprosazení, sebedůvěra
- cílevědomost
- prostorová představivost
- motorika

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm, kužely, kavalety apod.

Počet lektorů/koní/klientů: 1/1/1

Motivace: Výzva k překonání překážek a k vlastnímu vedení koně.

Průběh:

Klienty vyzveme, aby si z nachystaných kuželů, kavalet, atd. navrhli a postavili překážkovou dráhu. Po jejím postavení klienty vyzveme k proběhnutí dráhy. Poté se jich zeptáme, zda si jsou jisti, že dráhou projde i kůň. Pokud jsou na pochybách, poradíme jim, jaká musí být vzdálenost mezi překážkami.

Jestliže klienti budou vodit koně poprvé, zařadíme před samotnou aktivitou jednoduchou simulaci rozejití a zastavení, nebo jim vysvětlíme způsob vedení koně přímo u koně (viz metodické poznámky)

Postupně si každý provede koně překážkovou dráhou. Lektor klientovi podle jeho individuálních potřeb asistuje. Na zpáteční cestě vynecháváme překážky a cítí-li se klient, může do cíle s koněm doběhnout.

Varianty:

S pravidelně docházející skupinou (jestliže to jejich znevýhodnění umožňuje) můžeme do překážkové dráhy zařadit, po zvládnutí simulačních aktivit, i povely jako je couvání a obraty a náročnější překážky.

Poznámky:

Dbáme na správné držení vodítka-vodítko od ruky k ohlávce lehce prověšené, zbytek vodítka úhledně srovnán v ruce vzdálenější od koně. Důvodem je uvědomění si, že pracují s živým tvorem.

Předcházející aktivity: ANO (simulační aktivity), NE

PŘEKÁŽKOVÁ DRÁHA – ŠTAFETA

Cílová skupina: III., IV., V.

Charakteristika: Soutěžní varianta překážkové dráhy.

Cíl:

- sebedůvěra, sebezprosažení
- cílevědomost
- soutěživost
- motorika
- prostorová představivost

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm, kužely, kavalety apod.

Počet lektorů/koní/klientů: 1/1/2-3 ve štafetovém týmu

Motivace: Výzva zvládnutí překážkové dráhy v rychlosti a soutěživost týmu.

Průběh:

Aktivita navazuje na základní překážkovou dráhu. Skupinu rozdělíme do více týmů, podle aktuálního počtu koní (ideálně 2-3).

Po startu ze všech týmů vybíhá první klient s koněm, proběhne dráhou tam a zpět mimo dráhu. V cíli předává koně spoluhračí. Ten vybíhá, proběhne dráhou a opět předává koně dalšímu. Vyhrává tým, který vystřídá štafetu jako první.

Varianty: samotné štafety s koněm může předcházet závod na stejné dráze bez koní.

Poznámky:

Na základě zkušeností klienta, lektor běží souběžně s nimi a zajistí bezpečnost klienta, především bezpečnou vzdálenost klienta od koně.

Předcházející aktivity: ANO
(Překážková dráha, příp. simulační aktivity)



Obr. 10. Překážková dráha (archiv o. s. Ryzáček)

SLEPEC, KŮŇ A NAVIGÁTOR

Cílová skupina: III., IV., V.

Charakteristika: Aktivita zaměřená na slovní navigování slepého vodiče koně.

Cíl:

- slovní, přesné vyjadřování
- prostorová představivost
- nejdřív myslet, potom konat
- důvěra, odpovědnost
- motorika

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm, šátky, překážky-kužely, kavaleta, barel apod.

Počet lektorů/koní/klientů: 1/1/2

Motivace: Svěřená zodpovědnost za druhé a svěřená bezprostřední důvěra od druhých.

Motivační aktivitou je rychlá aktivita, kdy ve dvojici má jeden zavřené oči a druhý jej naviguje prostorem. Při této aktivitě si klienti vyzkouší, jak je důležité se přesně vyjadřovat.

Průběh:

Ke každému koni přiřadíme dva klienty. Jeden je slepým vodičem koně, druhý jeho navigátorem. Úkolem je, aby navigátor slovními povely navedl bezpečně slepce s koněm z bodu A do bodu B. Po cestě mohou být různé překážky, kterým je nutné se vyhnout nebo je překročit. Po projití trasy se klienti vystřídají. Nakonec spolu s lektorem zhodnotí kvalitu navigování. Jestliže klienti po aktivitě přijdou na lepší způsob přesné navigace, je možno aktivitu zopakovat a poté opět zhodnotit efektivitu.

Varianty:

Při prvním setkání s touto aktivitou necháme klienty vybrat si partnera do dvojice. Při opakování této aktivity rozdělujeme klienty dle povah a potřeby rozvoje osobnosti.

Poznámky:

Velký problém mívají klienti se slabou slovní zásobou. Často nevědomě gestikulují slepému, kam má jít, bez uvědomění si, že on jejich gestikulaci nevidí a je závislý pouze

na jejich slovním vyjádření. Často používanými špatnými navigacemi jsou: „Jdi tam, no tam; Kam jdeš?; Zatoč tam;“ apod.

Předcházející aktivity: ANO (jakékoli vodění koně), NE



Obr. 10. Slepce, kůň a navigátor (archiv o. s. Ryzáček)

ULIČKA DŮVĚRY

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Klient musí svého koně provést uličkou a přitom nesmí nikoho ohrozit.

Cíl:

- prostorová představivost, orientace
- důvěra, důvěryhodnost, sebedůvěra
- sebeovládání

Pomůcky: pomůcky ke komunikaci s koněm

Počet lektorů/koní/účastníků: 2/1-2/10

Motivace: Důvěra v samotné zvládnutí úkolu.

Průběh:

Skupinu seřadíme do řady naproti stěně cca dva až tři metry od ní, tak aby na koncích řady byl dostatek místa pro průchod koně. Vytvoří tak uličku, kterou klienti jednotlivě s koněm prochází. Musí dbát na dostatečný nájezd do uličky, aby kůň nikoho nezašlápl nebo nevytláčil. Efekt aktivity je oboustranný, působí na samotného klienta, který vede koně i na klienty stojící v řadě. Postupně, cítí-li se skupina, můžeme šířku uličky zmenšovat. Poučíme skupinu, aby při průchodu koně uličkou na něj nechytali.

Varianty:

Řada stojí naproti zdi. Dvě řady klientů naproti sobě.

Poznámky:-

Předchozí aktivity: ANO (jakékoli vodění koně, simulace)



Obr. 11. Ulička důvěry (archiv o. s. Ryzáček)

SEDM HER S KONĚM

Varianta 1.

Cílová skupina: III., IV., V.

Charakteristika: Převedení zkušenosti ze simulace sedmi her na komunikaci s koněm prostřednictvím sedmi her.

Cíl:

- samostatnost
- neverbální projev
- paměť
- sebedůvěra, sebezpůsobení
- prostorové myšlení, orientace

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm

Počet lektorů/koní/klientů: 1/1/1 později 1/2/2

Motivace: Samostatné ovládnutí koně.

Pro komunikaci s koněm musí být neverbální projev přesvědčivý a pro koně snadno čitelný. Pokud kůň nerozumí, nebude reagovat tím správným pohybem, který po něm chceme. Proto je důležité jasně, trpělivě a důsledně trvat na svém.

Průběh:

Klientům přiřadíme koně a postupně s nimi procvičujeme sedm Parelliho her. Nejdříve klienti musí zvládnout využívání tlaku působeného rukou, poté koncem vodítka a až později jim svěřujeme do ruky hůlku.

Prostřednictvím her budou klienti ovládat cviky jako couvání, ustupování záďí, ustupování předkem a vyslání koně na kruh.

Varianty:

Sedm her můžeme s klienty trénovat individuálně nebo skupinově různými formami. Mohou z nich vycházet další aktivity nebo mohou být nadstavbou aktivit, které doposud nevyžadovaly zvládnutí simulace sedmi her a sedmi her s koněm.

Poznámky:

Důrazné upozornění a vysvětlení klientům, že hůlka není bič, ale pouze prodloužená ruka. Jestliže musí hůlkou působit tlakem až do čtvrtého stupně, musí koně po splnění úkolu hůlkou pohladit. V opačném případě se kůň začne hůlky bát.

Přecházející aktivity: ANO (simulace sedmi her)



Obr. 12 a 13. Vyslání koně na kruh, obrat kolem zádi (archiv o. s. Ryzáček)



Obr. 14. Nácvik choreografie na vystoupení klientů (archiv o. s. Ryzáček)

Sedm her - Varianta 2.

Cílová skupina: I., II.

Charakteristika: Cílová skupina si vyzkouší cviky ze sedmi Parelliho her přímo s koněm za dopomoci lektora.

Cíl:

- pozitivní nálada, myšlení
- sebedůvěra, sebevědomí
- motorické učení

Počet lektorů/koní/klientů: 1/1/1

Motivace: ovladatelnost koně

Průběh:

Klient se za pomoci lektora učí jednotlivým cvikům ze sedmi Parelliho her. Lektor vždy ukáže a vysvětlí klientovi provedení cviku. Poté s klientem tento cvik zopakuje. Na rozdíl od první varianty, vzhledem k cílové skupině, má však koně vždy pod kontrolou lektor, i když si klient myslí, že koně ovládá samostatně on.

Varianty:-

Poznámky:

V této aktivitě se soustředíme především na pozitivní zlepšení psychického stavu klienta a motorického učení nikoli na samostatnou práci klienta s koněm.

Přecházející aktivity: ANO (jakékoli vodění koně)

ČTVERYLKA

Cílová skupina: III., IV., V.

Charakteristiky: Aktivitu tvoří jízdářenské cviky prováděné s koněm ze země.

Cíl: motorika

- koordinace
- paměť
- prostorová orientace
- spolupráce

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm, plánec jízdářského obdélníku, lístečky se jménem koně

Počet lektorů/koní/klientů: 1-2/4/4

Motivace: Možnost předvedení sebe sama i celé skupiny a společně sdílené úsilí za cílem.

Průběh:

Aktivita je složená ze dvou částí. Při častějším opakování této aktivity se první část již vynechává.

1. Čtverylka – jízdářské povely a cviky

Vysvětlení a názorná ukázka jednoduchých jízdářských cviků nakreslením na papír. Dále nácvik jízdářských cviků bez koně. Klienti jsou seřazeni za sebou a na pokyn lektora provádějí jednotlivé cviky.

2. Čtverylka na pokyny lektora

Klienti si vylosují koně. Lektor určí seřazení koní za sebou. Dodržují mezi sebou rozestup jednoho koně. Na pokyny lektora provádějí jednotlivé cviky.

Varianty:

Aktivita může vézt až k vymyšlení sestavy na hudbu, kterou si klienti procvičí a zapamatují bez koní a následně trénují s koňmi nejprve za náповědy lektora a poté již bez náповědy samostatně.

Poznámky:

Aktivita může zahrnovat mimo jízdářské cviky i cviky ze sedmi her.

Předcházející aktivity: ANO (Simulační aktivity, Sedm her s koněm)

ZKOUŠKA ZRUČNOSTI

Varianta 1.

Cílová skupina: III., IV., V.

Charakteristika: Soutěžně zaměřená aktivita na procvičování nejrůznějších cviků s koněm ze země.

Cíl:

- paměť
- samostatnost
- motorika
- prostorová orientace

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm, lístečky s připravenými úkoly

Počet lektorů/koní/klientů: 1/1/1

Motivace: soutěživost

Průběh:

Klienti si vylosují lístečky s předepsanými úkoly a přiřazeným koněm. Tyto úkoly musí ve vytyčeném či určeném prostoru provést nebo překonat. Každý má jedno zkušební kolo na procvičení a zapamatování předepsaných úkolů. Po zkušebním kole proběhne soutěžní kolo. Porota (lektoři) hodnotí provedení úkolů.

Varianty:

Více kol, pokaždé nové losování. Na základě zkušeností cílové skupiny může vést aktivitu jeden lektor s více klienty.

Poznámky:

Lístečky s úkoly jsou na vlastní kreativitu lektorů v organizaci. Mohou obsahovat překonání překážek jako kavaleta, barel, apod. a cviky ze sedmi her a jízdářské povely na stanoveném místě (označená jízdářskými písmeny).

Jestliže lístečky obsahují jízdářské povely, se kterými se klienti doposud nesetkali, je zapotřebí je vysvětlit a předvést.

Příklad lístečku: jméno koně, obejítí barelu, překonání kavalety, velký kruh v A v klusu, obrat kolem předku v C, jo-jo hra v F.

Předcházející aktivity: ANO (simulační aktivity, sedm her s koněm)

Zkouška zručnosti - varianta 2.

Cílová skupina: I. a II.

Cíl:

- spolupráce
- paměť
- sebevědomí

Motivace: Soutěživost a samotné ovládní koně.

Průběh:

Klienti z této cílové skupiny si nelosují lístečky, ale mají jedno, společné zadání. Každý si toto zadání vyzkouší s pomocí lektora. Klienti si mohou napovídat a spolupracovat na zapamatování úkolů. U každého koně a klienta je přítomen lektor, který má koně pod kontrolou.

Poznámky: -

Přecházející aktivity: ANO (sedm her s koněm varianta 2.)

ŠIPKOVANÁ

Cílová skupina: III., IV., V.

Charakteristika: Vyznačení trasy pro druhou skupinu, která musí tuto trasu zdolat s koněm.

Cíl:

- prostorové myšlení, orientace
- motorika
- zodpovědnost

Pomůcky: pomůcky pro komunikaci s koněm

Počet lektorů/koní/účastníků: na skupinu 1/1/2-4

Motivace:

Zkuste se vžít do koňské mysli a nalézt pro něj bezpečnou trasu. Tuto trasu vyznačte a druhá skupina se ji s koněm poté pokusí najít a bezpečně projít.

Průběh:

Klienty si rozdělíme na dvě skupiny. Skupiny si určí čas na vyznačení trasy. Poté se vydají do terénu a pomocí šipek vyznačí trasu. Konec musí být vyznačen předem domluveným znamením – například křížem z kamení apod. Skupina musí mít stále na paměti, že touto cestou půjde za chvíli kůň. Po uplynutí časového limitu se skupiny vrátí na výchozí místo. Každé skupině je nyní svěřen kůň. Je na domluvě klientů, kdo koně povede. Nyní se skupina vydá po šipkách a pokusí se dojít na konec trasy. Po jeho nalezení se vrátí na výchozí místo. Jestliže byla jedna ze skupin neúspěšná, společně s autory trasy ji znovu projdou.

Varianty:-

Poznámky: -

Předcházející aktivity: ANO – zvládnutí ovladatelnosti koně na jízdárně

5. RELAXAČNÍ AKTIVITY

DRBÁRNA

Cílová skupina: II., III., IV., V.

Charakteristika: Klienti se snaží na koni najít místo, kde je rád drbán.

Cíl:

- trpělivost
- pocit důležitosti a potřeby
- motorika

Počet lektorů/koní/klientů: 1/1/1-2

Motivace: „Když chci brát, musím také dávat“.

Průběh:

S klienty jdeme ke koním do ohrady. Počkáme, až nás koně vezmou na vědomí. Postupně vyzveme klienty, aby se rozestoupili kolem koní a zkusili najít místo, při jehož škrabání, bude kůň spokojený. Klienti (i lektor) musí bedlivě sledovat reakce koně.

Varianty:-

Poznámky:

Upozornění, že koně rádi drbání oplácí. Obavy z kousnutí jsou zbytečné.

Předcházející aktivity: NE

PĚT MINUT TICHÁ

Cílová skupina: I., II., III., IV., V.

Charakteristika: Aktivita pro celkové zklidnění.

Cíl:

- zklidnění mysli
- sebereflexe po programu AVK

Motivace: odpočinek

Průběh:

Jdeme s klienty do ohrady a přiřadíme je ke koním, s kterými po dobu programu pracovali. Úkolem je následování koně při jeho pohybu ohradou. Klienti se koně nesmí dotýkat a nijak ho ovlivňovat, a také nesmí mluvit. Těchto 5 min mají pouze pro sebe, aby si v mysli zreflektovali právě proběhnutý program. Na konci aktivity mohou klienti své koně pohladit a rozloučit se.

Varianty:

Kůň má v ohradě hromádky sena a klient vnímá žvýkání koně (popřípadě na pastvině trávu).

Kůň je v ohraničeném prostoru, kde se kůň nerozptyluje krmivem a vymýšlí různé aktivity, které různě působí na klienta. V této aktivitě dbáme zvýšené bezpečnosti.

Poznámky:

Pro skupinu především pubertálního věku je nejnáročnější aktivitou. Být pět minut nečinní a vnímat okolí je pro ně velmi náročné.

Předcházející aktivity: NE

6. DISKUZE

Proč je kůň zapojován do aktivit, které ovlivňují lidské chování, jednání a postoje?

K této otázce odpovím nejprve citáty.

„Kůň a jazyk se rodí bez uzdy.“ J. John

„Žádná hodina života není ztracená, pokud je strávená v sedle.“ Sir Winston Churchill

Citát W. Churchilla si dovoluji upravit na „žádná hodina života není ztracená, pokud je strávená v přítomnosti koně.“

Kůň má na nás již mnoho let velký vliv. Lidé již pradávno objevili, možnost využívat koně k práci, k ježdění, později sportu. Kůň nám však můžeme být přitem i učitelem. Nejen ježdění, ale veškerý čas strávený s koněm nás i jeho posouvá někam dál. Kůň i člověk se od sebe navzájem neustále učí. Kůň nerozumí našim slovům, našim náladám a postojům. Rozumí tomu, jak se k němu zrovna chováme. Jestli-že je naše chování hrubé, agresivní, nemůžeme od koně čekat, že bude rád poslušně dělat, co po něm chceme. Kůň nám musí rozumět, a to dokáže nejlépe, pokud je náš neverbální projev jasný a zřetelný. Tato mezidruhová komunikace je náročná pro koně i člověka. A právě tyto interakce koně a člověka, dokážou rozvíjet osobnost po všech stránkách.

Aktivity s využitím koní staví na koni, jako velkým motivačním prostředkem a kvalitním učitelem k rozvoji lidí. Využívají mezidruhovou komunikaci k naplňování jejich cílů.

Proč jsem se rozhodla sepsat sborník aktivit a her používaných v Aktivitách s využitím koní a jaký bude jeho přínos?

Mnoho sdružení, zabývajících se hiporehabilitací, má ve svém repertoáru jistý pomyslný zásobník aktivit. Ví proč, komu a kdy dané aktivity zařazovat. Přesto zatím neexistuje publikace, v níž by byly tyto aktivity shrnuty a popsány podle výběrových kritérií. Stručné popsané aktivity používané v AVK můžeme zatím najít v diplomových pracích absolventů, kteří se o toto téma zajímali a občas v některých vydáních časopisu Hiporehabilitace v sekci Fond her. Mnou vytvořený sborník aktivit a her v AVK využívaných v o. s. Ryzáček kategorizuje a popisuje jednotlivé aktivity. Sborník se využije pro efektivní tvorbu programu pro danou cílovou skupinu v o. s. Ryzáček i jiných organizacích zabývajících se hiporehabilitací.

6. ZÁVĚR

Tato práce si kladla za cíl vytvořit sborník aktivit a her používaných v aktivitách s využitím koní především v Občanském sdružení Ryzáček. Tomuto hlavnímu cíli předcházelo zpracování teoretických poznatků o zařazení aktivit s využitím do pedagogických a terapeutických disciplín. Dále se práce zabývala aktivitami s využitím koní, tedy hiporehabilitačním oborem, jehož standardy vytvořila Česká hiporehabilitační společnost. Byly popsány cíle, cílové skupiny, metody apod.

Dílčí cíle tedy byly splněny. Po přečtení práce je čtenář schopen AVK zařadit, definovat jeho cíle a cílové skupiny.

Hlavního cíle bylo taktéž dosaženo. Vytvořila jsem sborník aktivit a her, který bude sloužit o. s. Ryzáček a jistě ho využijí i jiné podobné organizace. Sborník by bylo možno ještě rozšířit o další aktivity, avšak již by přesahoval rámec bakalářské práce.

7. SOUHRN

První část bakalářské práce v přehledu poznatků zařazuje aktivity s využitím koní (AVK) do konkrétních pedagogických a terapeutických oborů. AVK není sportovní jezdeckou disciplínou, nýbrž je oborem hiporehabilitačním, jehož cílem je osobnostní rozvoj člověka. V aktivitách s využitím koní je kůň silným motivačním prostředkem k prožívání zážitků a jejich zpracování do zkušenosti aplikovatelné nejen v koňském prostředí.

Cílem práce bylo vypracování sborníku aktivit a her používaných v programech AVK v občanském sdružení Ryzáček. Sborník najde uplatnění v samotném sdružení i v podobných organizacích.

Sborník rozděluje aktivity do několika kategorií. Těmi jsou seznámení se a poznávání koně a jeho prostředí, péči o koně, pracovní činnosti, simulační aktivity, aktivity ze země, a relaxační aktivity. Všechny aktivity jsou v praxi již realizovány. Popis aktivit je koncipován především pro osoby zainteresované v oboru, ale je srozumitelný i laické veřejnosti. Pro lepší ilustraci některých aktivit jsou doplněny fotografie.

8. SUMMARY

The first part of the thesis in the overview findings classifies equine assisted activities (EAA) to specific pedagogical and therapeutic disciplines. EAA is not an equestrian sport discipline, but the discipline hiporehabilitative, whose goal is the development of the human personality. In equine assisted activities horse is a powerful motivational tool for experiencing their experiences and their processing into experience applicable not only in the equine environment.

The aim of the study was to develop the collection activities and games used in the program of EAA at Civic Association Ryzáček. The collection will find its use in the very associations as well as similar organizations.

The collection divides activities into several categories. These are getting to know and learning about horses and their environment, treatment of horses, working activities, simulation activities, activities from the country and relaxing activities. All activities are already implemented in practice. Description of activities is designed especially for individuals interested in the field, but it is also understandable to general public. For better illustration of some activities, photographs are accompanied.

9. REFERENČNÍ SEZNAM.

- Dohnal, T., Karásková, V. (2011). *Zoorekreace*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Dvořáková, T., Casková, V., Jiskrová, I. (2010). *Hiporehabilitace*. Brno: Mendelova Univerzita v Brně.
- Franc D., Martin, A., Zounková, D. (2007). *Učení zážitkem a hrou, praktická příručka instruktora*. Brno: Computer press.
- Goldmann, R. (2001). *Vybrané kapitoly ze sociálních disciplín*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Hájek, B. (2004). *Děti, vedoucí a volný čas*. Praha: Institut dětí a mládeže MŠMT ČR.
- Hanuš, R., Chytilová, L. (2009). *Zážitkově pedagogické učení*. Praha: Grada Publishing, a. s.
- Hollý, K., Hornáček, K., (2005). *Hipoterapie, Léčba pomocí koně*. Ostrava: MONTANEX a.s.
- Hrkal, J., (2007). *Fond her, 52 nejlepších her z akcí a kurzů*. Instuktoři Brno. Brno: computer Press.
- Chudý, Š., Kavanová, A., (2005). *Výchova a volný čas: vybrané kapitoly z pedagogiky volného času*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.
- Jirásek, I. (2004). Vymezení pojmu zážitková pedagogika. *Gymnasion – časopis pro zážitkovou pedagogiku, 1*,
- Ludíková, L., Renotierová, M., et al. (2006). *Speciální pedagogika*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Mandrell, P., J., M. ed., LPC, EAPIII (2006). *Introduction to Equine-Assisted psychotherapy*. United states of America: Xulonpress.
- Nerandžič, Z. (2006). *Animoterapie, anebo jak nás zvířata léčí*. Praha: Albatros.
- Pávková, J. Hájek, B., Hofbauer, B., Hrdličková, V., Pavlíková, A. (2002). *Pedagogika volného času*. Praha: Portál.

Pipeková, J. a kol. (1998). *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. Brno: Paido, edice pedagogické literatury.

Vážanský, M. (2001). *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Print Typia spol. s.r.o.

Internetové zdroje

Anitera o.p.s. *Dělení animoterapie*. Retrieved 18. 1. 2014 from the World Wide Web: <http://www.animoterapie.cz/aaa-aat-aae-aacr.htm>.

Bednář, F., (no date). *Co se můžeme s pomocí koní učit*. Retrieved 18. 1. 2014 from the World Wide Web: <http://www.fredbednar.cz/vyberte-si/vyuka/horse-assisted-education/>.

Česká hiporehabilitační společnost. *Oficiální slovník ČHS*. Retrieved 18. 1. 2014 from the World Wide Web: <http://www.hiporehabilitace-cr.com/vse-o-chs/oficialni-slovník-chs/>.

Česká hiporehabilitační společnost. *Vše o ČHS*. Retrieved 18. 1. 2014 from the World Wide Web: <http://www.hiporehabilitace-cr.com/vse-o-chs/uvodni/>.

Česká hiporehabilitační společnost (2011). *Standardy kvality pro aktivity s využitím koní*. Retrieved 4. 3. 2014 from the World Wide Web: <file:///C:/Users/Elisha/Desktop/Standardy-kvality-AVK-21.10.2011.pdf>.

Česká hiporehabilitační společnost (2013). *Středisko praktické výchovy, metodika pro udělení statutu*. Retrieved 15. 3. 2014 from the World Wide Web: http://www.hiporehabilitace-cr.com/wp-content/uploads/Methodika_udeleni_statutu_SPV_10_2013.pdf.

Eagala. *What is EAP and EAL?*. Retrieved 20. 1. 2014 from the World Wide Web: http://www.eagala.org/Information/What_Is_EAP_EAL.

Občanské sdružení Ryzáček (2012) *Stanovy občanského sdružení Ryzáček*. Retrieved 18. 1. 2014 from the World Wide Web: <http://ryzacek.com/images/stanovy2012.pdf>.

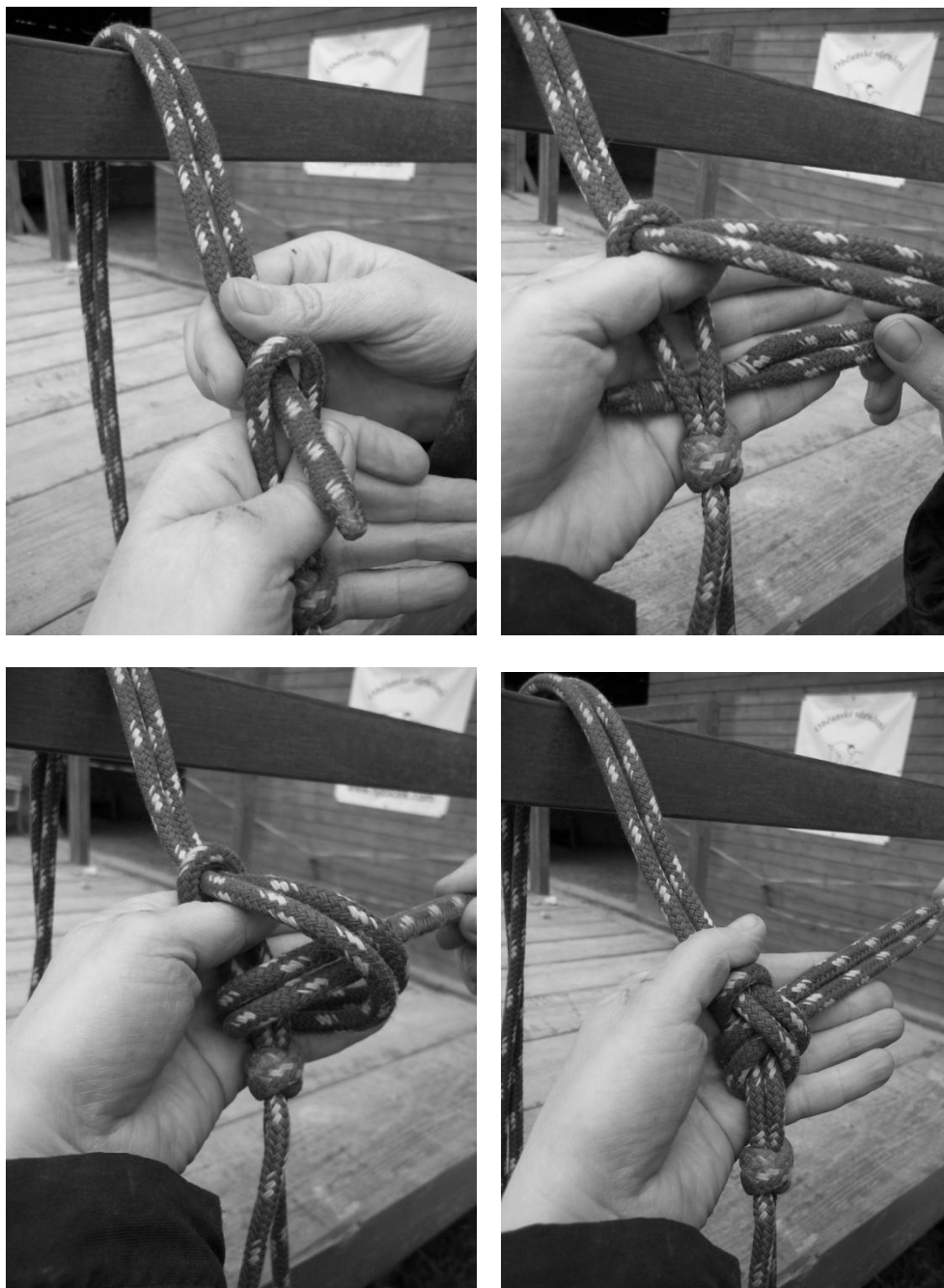
Sociální práce. Online časopis. *Poslání a cíle*. Retrieved 18. 1. 2014 from the World Wide Web: <http://www.socialniprace.cz/index.php?sekce=1&podsekce=17>.

Univerzita Palackého v Olomouci. *Zájemcům o studium*. Retrieved 20. 1. 2014 from the World Wide Web: <http://www.cmtf.upol.cz/skupiny/zajemcum-o-studium/bakalarske-a-magisterske-studium/studijni-obory/obor/socialni-pedagogika/>.

Zákon MŠMT č. 564/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání. Retrieved 23. 1. 2014 from the World Wide Web: <http://aplikace.msmt.cz/Predpisy1/sb190-04.pdf>.

10. PŘÍLOHY

Příloha 1.: Uvázání uzlu na provazové ohlávce.



Obr. 1-4. Uvázání uzlu na provazové ohlávce (archiv o. s. Ryzáček)

Příloha 2.: Loga, licence



Máme licenci ČHS



**Česká hiporehabilitační společnost
www.hiporehabilitace-cr.com**



ČESKÁ
HIPOREHABILITAČNÍ
SPOLEČNOST

CERTIFIKÁT

koně zařazeného do hiporehabilitace

Keily

Rok narození: 2002

Identifikační číslo: 203009227155902

Majitel/provozovatel: Ryzáček Líšnice

Datum zkoušky: 1.8.2012

Na základě úspěšného složení specializační zkoušky kůň:

- ◆ získává licenci pro zařazení do hipoterapie
- ◆ získává licenci pro zařazení do aktivit s využitím koní

Česká
hiporehabilitační
společnost,
Zemědělská 1,
613 00 BRNO

V Brně dne: 1.8.2012

IDC: 00001254-2012



ČESKÁ HIPOREHABILITAČNÍ SPOLEČNOST
očkovací služba
Zemědělská 1, 613 00 Brno
Č. 1528411
MV ČR VSD/17326/01-R
hiporehabilitační společnost

Příloha 4.: Zásady bezpečnosti v Občanském sdružení Ryzáček

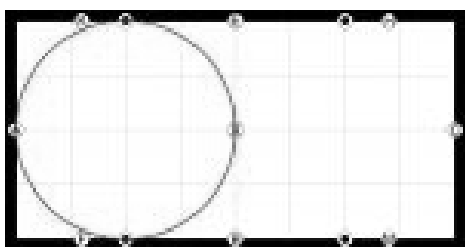
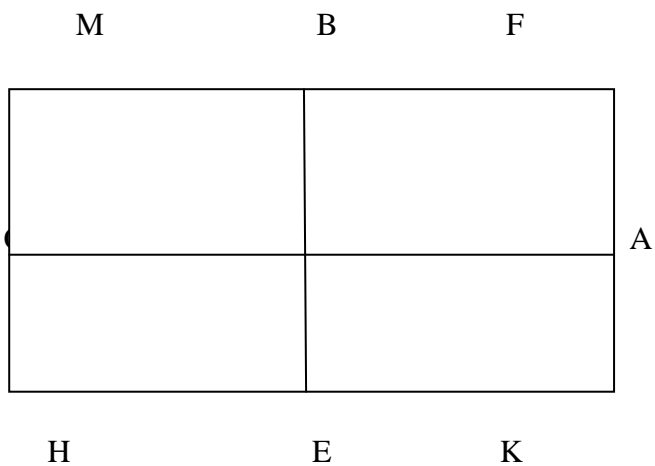
ZÁSADY BEZPEČNOSTI PŘI HIPOREHABILITACI

v objektu Občanského sdružení Ryzáček

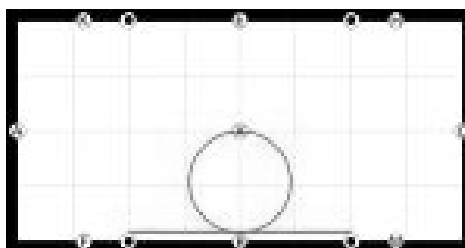
1. K provozování hiporehabilitace je nutná jezdecká přilba. Tuto přilbu je možné ZDARMA zapůjčit v objektu Občanského sdružení Ryzáček.
2. Zavazují se, že bez souhlasu odpovědného zaměstnance Ryzáčka, nebudou vstupovat do stájí a do jiných prostor objektu, než určených pro hiporehabilitaci.
3. Pro hiporehabilitaci budu vhodně oblečen/a, např. přiléhavé kalhoty, bavlněné oblečení a sportovní obuv.
4. Plně respektuji zákaz kouření v celém objektu Ryzáčka.
5. Chceme zabránit tomu, aby koně byli nevhodně krmeni pamlsky, proto sám/sama bez dozoru odpovědné osoby nesmím krmit koně.
6. BUDU PLNĚ DBÁT POKYŇŮ HIPOREHABILITAČNÍHO TÝMU

Příloha 5.: Příloha k aktivitám Čtverylka a Zkouška zručnosti.

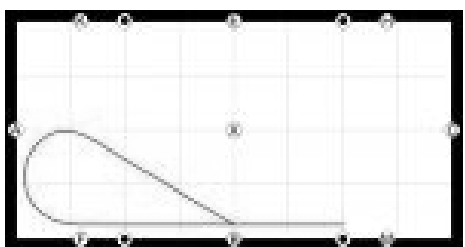
Jízdářský obdélník a jízdářské cviky.



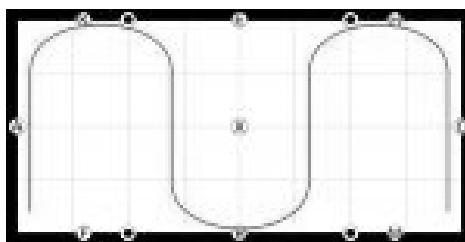
Velký kruh



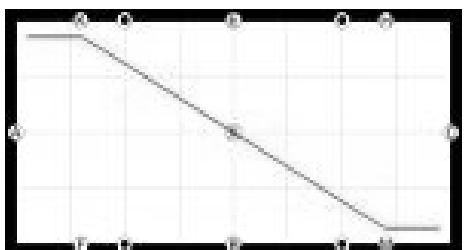
Malý kruh



Obloukem změnit směr



Vlnovka o třech obloucích



Diagonálou změnit směr