

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury



---

Fakulta  
tělesné kultury

## **VYUŽITÍ POHYBOVÝCH HER NA LETNÍM TÁBOŘE**

Bakalářská práce

Autor: Ondřej Janáč

Studijní program: Tělesná výchova – biologie se zaměřením  
na vzdělávání

Vedoucí práce: Mgr. Jan Bělka, Ph.D.

Olomouc 2023



## **Bibliografická identifikace**

**Jméno autora:** Ondřej Janáč

**Název práce:** Využití pohybových her na letním táboře

**Vedoucí práce:** Mgr. Jan Bělka, Ph.D.

**Pracoviště:** Katedra sportu

**Rok obhajoby:** 2023

### **Abstrakt:**

Bakalářská práce se zaměřuje na využití pohybových her na letním táboře. V teoretické části jsou sumarizovány poznatky, které jsou jak přímo, tak nepřímo spojeny s organizací a vedením letního tábora a všech jeho účastníků. Praktická část je věnována sestavení a popisu zásobníku her, které jsou vhodné pro letní tábory dětí.

**Klíčová slova:** Tábor, celotáborová hra, děti, pohybové hry, pedagogika dětí a mládeže, mladší a starší školní věk, anketa.

Souhlasím s půjčováním práce v rámci knihovních služeb.

**Bibliographical identification**

**Author:** Ondřej Janáč  
**Title:** Use of movement games at summer camp

**Supervisor:** Mgr. Jan Bělka, Ph.D.  
**Department:** Department of Sport  
**Year:** 2023

**Abstract:**

The bachelor thesis focuses on the use of movement games at a summer camp. The theoretical part summarizes the findings that are both directly and indirectly related to the organization and management of the summer camp and all its participants. The practical part is devoted to the compilation and description of a stack of games that are suitable for children's summer camps.

**Keywords:** Camp, full-camp game, children, movement games, pedagogy of children and youth, younger and older school age, survey.

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

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Jana Bělky, Ph.D., uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne [Zadejte datum]

.....

Děkuji vedoucímu práce Mgr. Janu Bělkovi, Ph.D., za odbornou pomoc při vypracování bakalářské práce. Děkuji rovněž Mgr. Monice Ondrové, která mi umožnila realizovat mou bakalářskou práci na dětském letním táboře Duha Moler. Poděkování patří i mému blízkému okolí za psychickou a morální podporu.

## OBSAH

Obsah .....	7
1 Úvod .....	10
2 Přehled poznatků .....	11
2.1 Tábor.....	11
2.1.1 Charakteristika letních táborů.....	11
2.1.2 Rozdělení táborů .....	11
2.1.3 Pořádající osoby .....	12
2.2 Zajištění chodu tábora .....	13
2.2.1 Povinnosti vedoucích tábora .....	13
2.2.2 Stravování a pitný režim.....	13
2.2.3 Ubytování a spánek .....	14
2.2.4 Potřebná dokumentace.....	14
2.2.5 Pracovníci dětských táborů .....	14
2.3 Organizace táborů z hlediska právních norem .....	16
2.3.1 Legislativa táborů .....	16
2.3.2 Zákon a povinnosti k lesu a jeho okolí.....	17
2.3.3 Potřebné smlouvy a povolení pro konání stanového tábora .....	18
2.4 Periodizace lidského věku.....	19
2.4.1 Mladší školní věk .....	19
2.4.2 Starší školní věk .....	22
2.5 Pohybové hry .....	24
2.5.1 Hraní a pohybová hra .....	24
2.5.2 Dělení her .....	25
2.5.3 Výběr pohybové hry .....	26
2.5.4 Pomůcky k realizaci pohybových her .....	28
2.5.5 Bezpečnost při pohybových hrách .....	28
2.5.6 Pravidla pohybových her .....	28
2.6 Pohybová aktivita .....	29
2.6.1 Význam pohybové aktivity .....	29

2.6.2	Pohybová aktivita u dětí .....	30
2.6.3	Základní přístupy k vedení pohybových aktivit .....	30
2.6.4	Pohybová gramotnost .....	31
2.7	Dotazování .....	32
2.7.1	Dotazník .....	33
2.7.2	Typy dotazníků .....	33
2.7.3	Typy otázek .....	33
2.7.4	Pretest .....	34
3	Cíle .....	35
3.1	Hlavní cíl .....	35
3.2	Dílčí cíle .....	35
3.3	Hypotézy .....	35
4	Metodika .....	36
4.1	Výzkumný soubor .....	36
4.2	Specifikace táborového prostředí .....	36
4.2.1	Harmonogram dne, táborové služby .....	37
4.2.2	Táborová příprava a realizace programu .....	38
4.2.3	Táborový řád .....	39
4.3	Tvorba videí a fotek .....	39
4.4	Tvorba a realizace táborových her .....	39
4.5	Anketa .....	39
4.6	Popis anketního šetření .....	40
4.7	Analýza odborné literatury .....	40
4.8	Statistické zpracování dat .....	41
5	Výsledky .....	42
5.1	Hry a videozáznamy (popis her podle oblíbenosti) .....	42
5.2	Výsledky anketního šetření u táborových her .....	55
5.2.1	Výsledky anketního šetření u her z NETRADIČNÍ OLYMPIÁDY .....	56
5.2.2	Vyhodnocení výsledků z anketního šetření u táborových her .....	56
5.2.3	Vyhodnocení výsledků z anketního šetření u her z NETRADIČNÍ OLYMPIÁDY .....	57
6	Závěry .....	58
7	Souhrn .....	59



8	Summary .....	60
9	Referenční seznam .....	61
10	Přílohy.....	67
	10.1 Vzor ankety .....	67
	10.2 Vzor informovaného souhlasu.....	68

# 1 ÚVOD

Díky osobní dlouhodobé zkušenosti jak s realizací, tak s účastí na letních dětských táborech, byl výběr tématu mé bakalářské práce velmi jednoduchý.

Na první letní dětský tábor jsem jel už ve svých 6 letech, kdy jsem se jako dítě zúčastnil dětského tábora Duha Molero. A po skvělé zkušenosti jsem se účastnil tábora každý rok až do svých 16 let. O rok později mi byla díky každoroční účasti na táboře Duha Molero nabídnuta práce instruktora, kdy jsem vypomáhal hlavnímu vedoucímu. Ve svých 18 letech jsem již zastával roli hlavního vedoucí a byl mi přidělen jeden oddíl, který jsem měl po dobu celého tábora na starosti. Od té doby každý rok jezdím jako hlavní vedoucí a aktivně se podílím na realizaci programu tábora a jeho fungování.

Letní dětský tábor Duha Molero se už několik let pořádá v rekreačním středisku v Protivanově. Hlavní organizátorkou tábora je Mgr. Monika Ondrová, která zajišťuje chod a realizaci celé akce. Duha Molero je součástí spolku Duha (spolek dětí a mládeže pro volný čas, přírodu a recesi od roku 1998). Duha má 4 500 členů a ve stovce základních článků (družin) po celé republice se zaměřuje na turistiku a táboření, outdoorové sporty, deskové hry, amatérské umění a mezinárodní výměny. Spolek je velice úspěšný i v projektech pro děti a mládež z dětských domovů, v programech pro neorganizované děti a mládež, v podpoře participace dětí a mládeže, v rozvíjení dobrovolné služby a ve zprostředkování workcampů pro mladé lidi. Duha má významné postavení v českých i mezinárodních organizacích, jako jsou např. Mezinárodní přátelé přírody a Česká rada dětí a mládeže. Duha Molero pořádá jednodenní a vícedenní pobyty v přírodě, výlety, lyžařské zájezdy, letní tábory. Letní i zimní aktivity jsou určeny nejen pro členy Duhy Molero, ale i pro širokou veřejnost.

Účast na táboře je pro děti velmi přínosná v oblasti rozvoje komunikace, navázání nových přátel, v odpoutání od každodenní rutiny a prožití nových zážitků, na které mohou vzpomínat celý život.

Díky zpětné vazbě získané od účastníků tábora lze objevit chyby, ze kterých je možné se následně poučit nebo zjistit, co mají děti opravdu rády, co je skutečně baví. Proto věřím, že anketa, kterou jsem v rámci své bakalářské práce realizoval, pomůže k ještě lepší organizaci letního tábora Duha Molero.

## 2 PŘEHLED POZNATKŮ

### 2.1 Tábor

Tábory jsou v České republice několikaletou tradicí, organizují se každoročně po celém území země v jakémkoliv ročním období. Nejvíce táborů se uskuteční v době letních prázdnin. Účastníky táborů jsou především děti základních škol. Pro děti je to obrovská příležitost navázat nová přátelství a zažít nezapomenutelné okamžiky.

#### 2.1.1 Charakteristika letních táborů

Bezchleba (2012, p. 42) definuje tábor jako: „Významnou formu prázdninové, výchovné a zotavovací činnosti, která nabízí aktivní prožití volného času, umožňuje spojení s přírodou, život v kolektivu vrstevníků, prožití romantiky, získání nových poznatků, zážitků, přátel.“

Tábory jsou tedy jednou z forem zotavovacích akcí, konkrétně se jedná o „organizované pobyty 30 a více dětí do 15 let na dobu delší než pět dnů, jejichž účelem je posílit zdraví a zvýšit jejich tělesnou zdatnost“ (Burda et al., 2008, p. 7). Hlavním účelem dětských táborů je narušit nastavený běžný denní rytmus, který souvisí se školní docházkou a zájmy, a poskytnout žákům aktivní odpočinek, který je spojen s velkým prostorem pro aktivitu a zábavu dětí. Aby tábory dětem přinášely uspokojení a příjemné strávení volného času, musí se dbát na střídání duševních a tělesných aktivit (Bezchleba, 2012, p. 42). Tábory v naší zemi vždy byly jakýmsi fenoménem. Na území České republiky mají velmi dlouhou tradici, kterou v okolních státech nebo ve světě nenalezneme. Nemělo by však na ně být nahlíženo jako na možnost, kam odložit potomky, když rodiče chtějí odjet na dovolenou, či si jen doma odpočinout, nebo někam vyrazit bez dětí. Je třeba je brát jako místo poznání, dobrodružství, ale také výchovného působení dospělých osob (Burda et al., 2008, p. 5).

#### 2.1.2 Rozdělení táborů

Dle Poláška a Hanáčka (2007) rozdělujeme tábory podle:

- období pořádání:
  - letní
  - zimní
- věku účastníků
  - pro rodiče a děti
  - pro mladší žactvo

- pro starší žactvo
- pro dorost
- smíšené
- schopností účastníků
  - zdravé děti
  - integrované
  - pro děti se zdravotním postižením
- programového zaměření
  - sportovní (vodácký, lyžařský apod.)
  - všeobecné
  - jazykové
  - pracovní (spojené s brigádou, např. sázení stromků)
- ubytování
  - v pevných (zděných) stavbách
  - ve srubech
  - stanové
- základny
  - stálé
  - putovní
  - příměstské
  - hvězdnicové

### **2.1.3 Pořádající osoby**

Dle Poláška a Hanáčka (2007) může být (právníčkou) osobou pořádající tábor jakákoliv organizace, podnik, společnost, tělovýchovná organizace (odbor, TJ). Ta na sebe bere veškerou zodpovědnost, že tábor proběhne v souladu s předpisy a ke spokojenosti účastníků.

Pořádající osoba musí být starší 18 let a měla by mít zkušenosti s prací s dětmi a mládeží (Burda et al., 2008). Podle Mrnuštíka (2014) pořádající osoba musí kromě dohlédnutí na splnění všech předchozích podmínek a povinností také zjistit a zkontrolovat zdravotní způsobilost a stav dítěte k účasti na zotavovací akci. Na tyto akce smí přijmout pouze dítě, jež je zdravotně způsobilé a bylo pravidelně očkováno, tak jak je stanoveno, nebo může doložit, že je proti nákaze imunní, nebo nemůže být očkováno pro trvalou kontraindikaci. Dále dítě nesmí jevit známky akutního onemocnění a nesmělo dva týdny před odjezdem na akci přijít do styku s infekčním

onemocněním nebo s osobou podezřelou z nákazy. Samozřejmě na akci nelze přijmout dítě, kterému bylo nařízeno karanténní nebo jiné opatření.

## **2.2 Zajištění chodu tábora**

Povinností každého pořadatele dětských táborů je pečlivě si nastudovat podmínky pro uskutečnění jakékoli zotavovací akce. Podmínky pro organizaci tábora nalezne v právních předpisech, které se vztahují k těmto typům akcí. V nich je uvedeno, co přesně se musí dodržovat, zajišťovat a na co se nesmí zapomenout v oblasti stravování, hygieny, ubytování, potřebné dokumentace či personálního zajištění.

### **2.2.1 Povinnosti vedoucích tábora**

V průběhu tábora má vedoucí povinnost vykonávat nad účastníky náležitý a vhodný dohled. Jedná se o dohled, který je vhodný a přiměřený okolnostem (věku, vyspělosti jedinců, vykonávané činnosti), nikoliv o neustálé sledování všech účastníků tábora. V případě způsobení škody nezletilou osobou se zjišťuje, zda osoba či osoby vykonávající dohled nad nezletilou osobou svou činnost zanedbaly či nikoliv (Ševčík, 2014).

Vyhláška č. 106/2001 Sb. sděluje pořadající osobě povinnost ohlásit zotavovací akci na oblastní hygienickou stanici, a to měsíc před jejím začátkem (Ševčík, 2014).

Pořadající osoby smí přijmout pouze osoby zdravotně způsobilé (osoby nejevící známky akutního onemocnění a mající posudek svého zdravotního stavu od praktického lékaře). Osoby vykonávající přímý dozor musí mít posudek zdravotní způsobilosti pro práci s dětmi.

### **2.2.2 Stravování a pitný režim**

Každému účastníkovi musí být každý den zajištěna strava pětkrát denně. Podávaná jídla musí vhodně odpovídat věku a fyzické zátěži účastníků. Každá snídaně musí obsahovat teplý nápoj. Alespoň jednou denně musí oběd nebo večeře zahrnovat teplé jídlo. Připravovaná jídla se musí podávat hned po dokončení a nikdy se nesmí ohřívát (Polášek & Hanáček, 2007).

Na táborech je zakázané podávat mléčné výrobky z mlékárensky neošetřeného mléka, z vajec či masa, které nejsou tepelně zpracované, nebo zmrzlinu a majonézu vlastní výroby (Polášek & Hanáček, 2007).

Po celou dobu tábora musí být všem účastníkům zajištěn pitný režim. Nápoje musí být voleny dle počasí, nejvhodnější jsou čaje či voda dochucené sirupem. Obojí musí být připraveno z převařené pitné vody. Nápoje musí být vhodně umístěny v uzavřených nádobách s kohoutkem (Polášek & Hanáček, 2007).

Osoby, které mají na starosti stravování, musí mít vystavený zdravotnický průkaz (Polášek & Hanáček, 2007).

Mezi základní povinnosti vedoucího patří i dohled na dodržování pitného režimu jemu svěřených osob (Polášek & Hanáček, 2007).

### **2.2.3 Ubytování a spánek**

Děti musí být ubytovány odděleně podle pohlaví. Prostor pro spánek musí mít minimálně plochu tři metry čtvereční na jednoho ubytovaného. V případě ubytování ve stanech je nutné, aby každý stan měl nepromokavou a pevnou plachtu a byl od země správně izolován proti vlhku a chladu. Vybavení tábořiště upravuje vyhláška č. 106/2001 Sb. (ve znění novely).

Správná doba vymezená pro spánek činí minimálně devět hodin. Výjimka nastává v případě, kdy se realizuje noční hra. Ranní budíček pak musí být nejdříve šest hodin od ukončení hry (Burda et al., 2008).

### **2.2.4 Potřebná dokumentace**

Na každé pořádané zotavovací akci je nutností vést potřebnou dokumentaci. Ta se dělí do tří oblastí. První oblastí je dokumentace personální. Do ní se řadí seznam pracovníků, potvrzení o instruktáži BOZP a PO, seznam účastníků a přihlášky na tábor potvrzené zákonným zástupcem.

Další oblastí je zdravotnická dokumentace. Ta musí obsahovat potvrzení o zdravotní způsobilosti pracovníků i dětí, potvrzení o bezinfekčnosti pracovníků i dětí, zdravotnický deník.

Poslední oblastí je dokumentace ekonomicko-hospodářská. V ní se nacházejí smlouvy, potvrzení o rozboru jakosti vody, kopie ohlášení tábora příslušnému orgánu ochrany veřejného zdraví či účetnictví tábora (Polášek & Hanáček, 2007).

### **2.2.5 Pracovníci dětských táborů**

Na letních táborech můžeme nalézt mnoho pozic, jež mohou zastávat osoby starší 18 let, případně 15 let. Každá zastoupená pozice s sebou nese určitá práva a povinnosti (Bezchleba, 2012).

#### **Hlavní vedoucí**

Hlavní vedoucí musí být dle zákona starší 18 let. Je to osoba nesoucí plnou odpovědnost za vše, co se týká tábora. Musí mít jak teoretické, tak praktické znalosti s prací s dětmi, praxi v práci na dětských táborech. Hlavní vedoucí sestavuje vhodně program tábora a vybírá tým pracovníků tábora. Hlavní vedoucí musí se všemi pracovníky komunikovat a udržovat s nimi kontakt, projednávat s nimi program a chod tábora. Ještě před samotným začátkem akce se musí

seznámit se všemi právními předpisy, následně proškolit ostatní pracovníky a po celou dobu tábora dohlížet na dodržování pořádku a kázně (Bezchleba, 2012).

### **Oddílový vedoucí**

Oddílový vedoucí musí být rovněž starší 18 let. Oddílový vedoucí je osoba podílející se na přípravě a chodu tábora a pracující se svěřenou skupinou dětí. Oddílový vedoucí má často přiděleného instruktora, kterého po celou dobu tábora vede a je mu správným vzorem, vychovatelem a kamarádem. Vedoucí má také za povinnost sledovat a případně usměrňovat vztahy dětí v oddíle a nenechávat svěřené děti bez dozoru. V případě nesnáží má oddílový vedoucí možnost požádat o pomoc či radu hlavního vedoucího (Bezchleba, 2012).

### **Instruktor**

Instruktor neboli praktikant je osoba starší 15 let. Instruktorovou rolí na táboře je podílet se na přípravě programu tábora a vypomáhat oddílovému vedoucímu. Aktivně a pilně plní přidělené úkoly, nikdy neopouští prostory tábora bez vědomí hlavního vedoucího. Instruktorem nejčastěji bývá bývalý táborový účastník, který má zájem i nadále se jakkoliv tábora účastnit. Je důležité brát ohled na to, že instruktor nemá stále dokončený fyzický vývoj, a tudíž nesmí být přetěžován. Instruktor nemá žádnou právní zodpovědnost a oddíl vede vždy pod dohledem oddílového vedoucího (Bezchleba, 2012).

### **Zdravotník**

Pavelková (2016) specifikuje zdravotníka jako fyzickou osobu, která je způsobilá k vykonávání pozice zdravotníka díky ukončenému vzdělání v oboru všeobecného lékařství, porodní asistentky, zubního lékaře, všeobecné sestry, zdravotnického záchranáře, zdravotnického asistenta, nebo také může jít o osobu s ukončeným 3. ročníkem všeobecného či zubního lékařství. Osobou způsobilou k vykonávání pozice zdravotníka může být i osoba s úspěšně absolvovaným kurzem první pomoci.

„Osoba v pozici zdravotníka zajišťuje péči preventivní, kontrolní a výchovnou a nesmí být pověřována dalšími povinnostmi, které nesouvisí s výkonem funkce zdravotníka“ (Janda, 2012, p. 12). Hlavní vedoucí a zdravotník jsou zodpovědní za vybavení lékárničky, kterou popisuje čtvrtá příloha předpisu 148/2004 Sb., v níž je vylíčeno minimální vybavení lékárničky, které musí mít každý zdravotník pracující na dětském táboře. Přídavné léky a jejich množství už jsou na uvážení zdravotníka a hlavního vedoucího (Beroušek, 2006). Mezi další povinnosti zdravotníka patří znát stav všech účastníků letního tábora, za který společně s hlavním vedoucím zodpovídá. Následně zdravotník zodpovídá za obeznámení oddílových vedoucích a kuchařů s určitými alergiemi či jinými zdravotními indispozicemi účastníků. Zdravotník je povinen si na dětském táboře vést zdravotnický deník. Zdravotník musí splňovat povinná hygienická opatření týkající se dětských zotavovacích akcí, zabezpečovat zdraví své i všech ostatních, poskytovat péči

nemocným, být vždy k zastížení a nevzdalovat se z tábořiště bez upozornění hlavního vedoucího (Bezchleba, 2014).

#### **Další pracovníci tábora**

K dalším významným osobám na táboře patří např. hospodář, který má na starost finanční chod tábora, zásobování tábora a práci s rozpočtem (Bezchleba, 2012).

### **2.3 Organizace táborů z hlediska právních norem**

Jelikož lze o pořádání tábora říct, že jeho účelem není primárně dosažení zisku, netýká se jej živnostenský zákon. Dětské tábory mívají neziskový charakter (Ševčík, 2014).

Tábory pro účastníky starší 3 let může pořádat osoba, která je svéprávná, je starší 18 let a je trestně bezúhonná (Ševčík, 2014).

Podle zákona č. 262/2006 Sb. zaměstnavatel, nebrání-li mu v tom vážné důvody na jeho straně, poskytne zaměstnanci pracovní volno pro činnost vedoucího tábora do výše až 3 týdnů. Právo na náhradu mzdy však zaměstnanci v této situaci nevzniká (Ševčík, 2014).

#### **2.3.1 Legislativa táborů**

Při organizaci dětského tábora je nezbytné řídit se velkým množstvím právních norem. Mnohé z nich přímo souvisí se zajištěním tábora, jiné se táborů dotýkají nepřímo, přesto je velmi důležité se s nimi seznámit a respektovat je. Velká pozornost je kladena na naplňování hygienických předpisů a jejich porušení může vést k finanční pokutě (Smolanová, 2014).

„Tábor“ jako pojem v zákoně definován není. Lze jej ale zaměnit s pojmem „zotavovací akce“ při naplnění charakteristických podmínek této akce. Dle zákona č. 258/2000 Sb. je zotavovací akcí „organizovaný pobyt 30 a více dětí ve věku do 15 let na dobu delší než 5 dnů, jehož účelem je posílit zdraví dětí, zvýšit jejich tělesnou zdatnost, popřípadě i získat specifické znalosti nebo dovednosti“ (Anonymous, 2017).

Níže jsou uvedeny vybrané zákony a vyhlášky, které se týkají organizace zotavovacích táborů či obecně práce s dětmi. Jejich plné znění lze najít na Portále veřejné správy:

Zákon č. 104/1991 Sb., Úmluva o právech dítěte

Zákon č. 1/1993 Sb., Ústava České republiky

Zákon č. 2/1993 Sb., Listina základních práv a svobod

Zákon č. 37/1989 Sb., o ochraně před alkoholismem

Zákon č. 83/1990 Sb., o sdružování občanů

Zákon č. 84/1990 Sb., o právu shromažďovacím



Zákon č. 116/1990 Sb., o nájmu a podnájmu nebytových prostor  
Zákon č. 200/1990 Sb., o přestupcích  
Zákon č. 563/1991 Sb., o účetnictví  
Zákon č. 114/1992 Sb., o ochraně přírody a krajiny  
Zákon č. 3/1993 Sb., o státních symbolech ČR  
Zákon č. 289/1995 Sb., o lesích  
Zákon č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění  
Zákon č. 106/1999 Sb., o svobodném přístupu k informacím  
Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí  
Zákon č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů  
Zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, a jeho novela č. 81/2005 Sb.  
Zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví  
Zákon č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích  
Zákon č. 177/2001 Sb., o změně zákona o ochraně osobních údajů  
Zákon č. 352/2001 Sb., o užívání státních symbolů  
Zákon č. 218/2003 Sb., o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže  
Zákon č. 274/2003 Sb., měnící některé zákony na úseku veřejného zdraví  
Zákon č. 262/2006 Sb., zákoník práce  
Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník  
Vyhláška MZ ČR č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti  
Usnesení vlády ČR č. 114/2001 – Zásady vlády pro poskytování dotací ze státního rozpočtu  
Vyhláška MZ ČR č. 137/2004 Sb., o hygienických požadavcích na stravovací služby  
Vyhláška MZ ČR č. 148/2004 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti  
Vyhláška MZ ČR č. 252/2004 Sb., o pitné vodě

### **2.3.2 Zákon a povinnosti k lesu a jeho okolí**

Jako účastníci tábora musíme brát ohled na lesy v okolí areálu tábora. Tudíž z výše uvedených právních norem zde více rozvedeme zákon č. 289/1995 Sb., o lesích, jehož respektování musíme mít na zřeteli během celého pobytu na táboře. Zákon opravňuje vstup do lesa, sbírání lesních plodů a suché ležící klesti pro vlastní potřeby. Toto ustanovení se týká také lesů v soukromém vlastnictví. Pobyt v lese nám jeho vlastník nesmí zakázat. Jestliže vlastník lesa nepovolí výjimku, platí zákaz rozdělávání otevřeného ohně v lese až do vzdálenosti 50 metrů od jeho okraje. Porušení tohoto zákazu je hodnoceno jako přestupek (Ševčík, 2014).

### **2.3.3 Potřebné smlouvy a povolení pro konání stanového tábora**

Před organizací a zahájením letního tábora je potřeba zařídit mnoho povolení a smluv. Jejich kopie by měly být vždy k dispozici po celou dobu konání tábora (Jasaň et al., 2018).

Dle Jasaně et al. (2018) uvádíme tyto:

#### **Povolení majitele tábořiště**

Jestliže táboříme na jiném než vlastním pozemku, je nezbytné písemné povolení majitele tábořiště. Jedná se například o nájemní smlouvu (výpůjčku), v níž musí být specifikováno plánované využití pozemku. Jestliže se táboří na vlastním pozemku, je zapotřebí mít alespoň výtisk z bezplatného internetového katastru nemovitostí, který vám pomůže prokázat vlastnické právo.

#### **Povolení orgánu ochrany přírody (např. oboru životního prostředí)**

Toto povolení musí mít organizátor tábora pouze v případě, že se tábořiště nachází na území se zvýšeným stupněm ochrany nebo v blízkosti chráněného přírodního útvaru.

#### **Povolení k vjezdu na lesní pozemky**

Vjezd motorových vozidel do lesů mimo silniční komunikaci je zakázán. Pokud potřebujete vjíždět do lesů nebo na silnici s omezeným vjezdem, tak je vhodné se obrátit na vlastníka nebo správce lesa. Ten je následně oprávněn vám vydat dočasné povolení pro vjezd.

#### **Smlouva o používání motorového vozidla**

Jestliže během tábora používáme automobil, který není v našem vlastnictví, je doporučeno uzavřít s jeho majitelem smlouvu o užívání. Tato smlouva může ušetřit velké množství starostí v případě řešení pojistných událostí a úrazů, které s provozem vozidla souvisejí.

#### **Seznam všech dětí a dospělých, kteří se tábora účastní**

Je nezbytné mít seznam všech účastníků tábora kvůli náhlé krizové situaci (např. evakuaci tábora). Seznam se v takovém případě předává veliteli zásahu.

#### **Přehled prezentace jednotlivých účastníků**

Tento evidenční seznam může být vhodný například při výskytu infekční choroby a někdy se může hodit i jako doložení přítomnosti dané osoby v místě tábora.

#### **Orgány statní správy lesů**

Jestliže se tábořiště nachází na lesním pozemku nebo je okolní les při konání tábora v určité míře využíván, je nezbytné hlášení o této skutečnosti podat minimálně 30 dní předem na obecní (městský) úřad obce s rozšířenou působností.

#### **Krajské hygienické stanice**

Je povinnost oznamovat krajské hygienické stanici místo konání tábora, počet dětí na akci, způsob zabezpečení akce pitnou vodou, způsob zajištění stravování účastníků a rozbor vody,

který je maximálně tři měsíce starý. Jestliže je tábor správně zásobován vodou z veřejného zdroje pitné vody, není rozbor nutný. V takovém případě je ale nezbytné mít uzavřenou smlouvu s majitelem vodovodní přípojky.

#### **Obecní úřad**

Ohlašovací povinnost je důležitá zejména kvůli kontaktu při případných živelních pohromách.

#### **Vodoprávní orgán**

Povolení je nutné pouze v situaci, kdy bude docházet k odběru povrchové (užitkové) vody z toku či nádrže za pomoci technického zařízení. Jedná se o situaci, kdy chcete vodu odebírat pomocí přenosného čerpadla. Jestliže je na táboře vlastní studna, musí být povolení vodoprávního orgánu součástí její kolaudace. (Není tedy nutné v tomto případě před každým táborem získávat povolení nové.)

#### **Orgán ochrany přírody**

Povolení je nutné mít v situaci, kdy dochází ke kolizi s významnými krajinnými prvky nebo v okolí vyskytujícími se chráněnými druhy rostlin či živočichů. Tento orgán je odborem životního prostředí místně příslušného obecního úřadu s rozšířenou působností (Jasaň et al., 2018).

Všechny uvedené dokumenty a papíry by měly být uschované v jedné složce, kterou lze v případě nouze či potřeby rychlé vzít.

## **2.4 Periodizace lidského věku**

Dětského letního tábora se účastní děti v takzvaném školním věku, který Matějček a Pokorná (1998) definují jako „období od 6 let do ukončení základní školní docházky – to jest do 14. až 15. roku dítěte“. Matějček a Pokorná (1998) dále rozdělují tuto věkovou skupinu na dvě kategorie, a to na mladší školní věk a starší školní věk.

### **2.4.1 Mladší školní věk**

Mladší školní věk (dále pouze MŠV) je období vývoje, které začíná kolem 6.–7. roku života a končí zhruba v 10–11 letech. Za počátek tohoto období je považováno zahájení povinné školní docházky neboli nástup na základní školu. Vývojové období končí ve chvíli, kdy se u jedince objeví první známky pohlavního dospívání (Petrová et al., 2008).

Podle Langmeiera (1983) označujeme toto období jako věk střízlivého realismu. Dítě není ovlivněno vlastním okamžitým přáním, ale naopak chce chápat a poznávat okolní svět takový, jaký je.

V období MŠV prochází dítě obrovskou vývojovou změnou. Dítě se musí správně přizpůsobit novému a neprobádanému prostředí, navazuje nové sociální vztahy a mění se jeho postavení v rodině. Donedávna byla pro dítě hlavní činností hra, ale nyní nastává období učení. Dítě má více práv, ale i více povinností. V tomto období jsou viditelné důležité pokroky v rozvoji osobnosti dítěte, a to hlavně v oblasti poznávacích procesů, citů a vůle. Velkou roli v osobnosti dítěte hraje úspěšnost ve škole (Vašina et al., 1986).

### **Tělesný a motorický vývoj**

V začátcích období MŠV dochází ke zrychlenému růstu. Ke snižování i přírůstku na váze dochází až kolem osmého roku života (Petrová et al., 2008). V tomto vývojovém období mizí dětská baculatost a mění se proporcionalita těla, kdy dochází k tomu, že poměr velikosti hlavy k tělu se zmenšuje. Větší množství dětí má štíhlou atletickou postavu. Kvůli vývoji nervové soustavy může u dětí docházet ke zvýšené unavitelnosti a ke kolísání pozornosti. Dochází k nárůstu svalové hmoty a díky tomu zpevňování kostry. Zvyšuje se výkonnost a fyzická zdatnost. Také se zvyšuje odolnost vůči nemocem (Thorová, 2015, p. 410).

V tomto období rovněž dochází ke zlepšení jemné a hrubé motoriky. Pohyby jsou přesnější, klidnější a koordinovanější (Petrová et al., 2008). Thorová (2015) označuje toto období jako „zlatý věk motorického učení, první období tělesné zdatnosti a obratnosti“. Dítě si lehce osvojuje základy různých sportovních aktivit, jako je například skok daleký, skok do výšky, běh, šplh či různé pohybové hry. V tomto období je důležité mladší školáky podporovat ve sportu, aby se zvýšil jejich zájem o pohyb a sportování. Vhodné jsou všechny formy pohybových a míčových her. K rozvoji jemné motoriky dochází především díky výtvarným a pracovním činnostem (Thorová, 2015).

Tělesná zdatnost je pro dítě v pohybových aktivitách velmi důležitým hodnotícím kritériem, protože ve většině případů určuje postavení v kolektivu. Pokud je dítě méně zdatné a nemotorné, může to vést k posměškům a následnému vyčlenění z kolektivu. V druhém případě, jestliže je dítě velmi zdatné a nadané, dochází k tomu, že je dítě spolužáky oblíbené a zaujímá vedoucí roli v kolektivu (Langmeier, 1983, p. 90).

### **Kognitivní vývoj**

Během vývoje v MŠV dochází k vývoji všech poznávacích procesů, které jsou velkou mírou ovlivněny city (Petrová et al., 2008, p. 91).

Výrazné změny jsou patrné ve vnímání, především ve zrakovém a sluchovém (Langmeier, 1983, p. 91). Na začátku MŠV je vnímání „základem dětského poznávání, zdrojem bezprostřední zkušenosti“ (Vágnerová, Valentová, 1992, p. 81). Mladší školák pozoruje a vnímá jednotlivé části a detaily, nevnímá věci jako celek (Langmeier, 1983, p. 91).

Pozornost dítěte je na počátku vývoje v MŠV krátkodobá a spontánní. Protože stále převládá vzruch nad útlumem, dochází k přerušování a špatné pozornosti. Pozornost dítěte je často ovlivněna organizací vyučovací jednotky ve škole. Doporučuje se do hodin zařazovat spíše krátké činnosti, které by se měly střídat. Také se nesmí zapomenout na průběžnou motivaci dětí a zařazování oddechových chvil, cviků a používání alternativních vyučovacích metod (Petrová et al., 2008).

Prvotní fáze MŠV jsou spojeny se změnami myšlení. Dominantní názorné neboli intuitivní myšlení přechází do stadia konkrétních operací. Logické myšlení se rozvíjí zejména tím, že dítěti dáváme možnost se samostatně rozhodovat, manipulovat s předměty a poznávat, jak fungují (Langmeier, 1983). Značný vliv na myšlení mladšího školáka má způsob vyučování a osobnost pedagoga. V tomto období hraje velkou roli vnější motivace k dobrému výkonu, jako je úsměv, pochvala či známka (Petrová et al., 2008).

Hlavním předpokladem pro školní úspěšnost je řeč. Na začátku povinné školní docházky lze vidět velké rozdíly mezi jednotlivými žáky. Jde hlavně o množství a kvalitu slovní zásoby a výslovnost (Langmeier, 1983). V průběhu školní docházky si děti osvojují psanou a čtenou formu řeči, což pro ně bývá často dost náročné. Hlavní roli zde hraje nová dovednost čtení, díky níž dochází k velkým pokrokům v rozvoji řeči. Děti používají složitější věty a souvětí, obohacuje se jim slovní zásoba a zlepšují se v gramatice a artikulaci (Petrová et al., 2008).

Na začátku MŠV převažuje u dětí mechanická, neúmyslná paměť. Děti mají problém se spojením nových informací s předchozími. K tomuto problému potřebují pomoc dospělého, nejčastěji učitele. Následně dochází k zapamatování a vyřešení problému. Děti si často poznatky dokážou samy logicky odvodit. Ale opět zde hraje významnou roli pedagog a to, jakým způsobem povede hodinu a jak bude děti motivovat (Petrová et al., 2008).

V MŠV dosahuje vrcholu představivost. Dítě v této fázi dokáže bez problému rozlišit realitu a fantazii. Do světa fantazie a představ se stále vrací, zvláště prostřednictvím četby a hry. Ale přesto je ve hře stále fantazie ovlivněna realitou, kdy do hry vstupují nově získané vědomosti a pravidla (Vágnerová, Valentová, 1992, p. 82).

### **Sociální a emocionální vývoj**

V období MŠV impulzivita a labilita postupně ustupují a místo toho narůstá schopnost seberegulace. Dítě je schopno potlačit a přesně vyjádřit své pocity. Mezi dětmi můžeme vidět velké rozdíly ve vnímání citů. Hlavní roli hraje především citové uspokojení v raném věku. Výchovné postavení také ovlivňuje morální vývoj (Petrová et al., 2008).

Dítě při nástupu do školy získává nové sociální role, které následně ovlivňují vztahy s rodiči i vrstevníky. Dítě si díky tomu dokáže lépe uvědomovat vlastní osobnost a v tomto období si

začíná utvářet i vztah k sobě samému. Během tohoto utváření dost záleží na hodnocení dítěte rodinou, pedagogy i vrstevníky (Vágnerová, Valentová, 1992).

Dítě se začíná z velké části odpoutávat od rodiny a dochází k častější interakci s vrstevníky. Přesto je rodina pro dítě nejdůležitější sociální skupinou, která dítěti poskytuje lásku, bezpečí a jistotu. Skupinky si děti vytvářejí zejména na základě aktuálních zájmů. Ve skupinkách se dítě učí kooperovat, pomáhat druhým či soupeřit o postavení ve skupině (Vágnerová, Valentová, 1992).

#### **2.4.2 Starší školní věk**

Dle Ptáčka a Kuželové (2013) stanovujeme starší školní věk u dětí ve věku mezi 12. a 15. až 16. rokem života. V tomto období dochází k psychickému a sexuálnímu dospívání jedince (Matějčík & Pokorná, 1998).

V období puberty dochází ke zpomalení fyzického růstu a rozvoje psychické stránky jedince (Petrová & Plevová, 2018). Je známo, že období puberty je spojováno s problematickým chováním, vzpurností a bouřlivostí, ale mnoho výzkumů potvrzuje, že toto období probíhá až na výjimky bez vážnějších konfliktů (Šimíčková-Čížová et al., 2010).

##### **Tělesný vývoj**

Během období puberty se dětem prodlužují dlouhé kosti, roste kostra. Dochází k tomu, že výškový růst předbíhá růst hmotnosti. V mnoha případech si jedinec připadá neohrabaně a může mít problémy s koordinací tělesných pohybů, které mu dříve komplikace nezpůsobovaly. Také dochází k rychlejší únavě organismu (Jansa, 2012).

Nastává nárůst vitální kapacity plic a srdeční výkonnosti, což má za následek lepší sportovní výsledky. Díky tomu dochází ke zvýšenému zájmu o sportovní činnosti a o soupeření mezi vrstevníky. Ke všem změnám dochází v důsledku významného působení pohlavních žláz. Vytvářejí se prvotní a druhotné pohlavní znaky (Jansa, 2012).

##### **Vývoj poznávacích procesů**

Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) se vývojový intelekt blíží svému vrcholu. Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) popisují, že i mechanická paměť dosahuje svého vrcholu.

Jedinci v období staršího školního věku jsou schopni abstraktního myšlení. Vágnerová (2000) poukazuje na stadium myšlení dle Piageta, které se nazývá stadium formálních logických operací. Myšlení v tomto období není tolik vázáno na konkrétní věci, jak tomu bylo v předcházejícím vývojovém stadiu. Pubescent je více schopen uvažovat hypoteticky a zvažuje velmi často možnosti, které reálně nenastanou. Jedinec se při hypotetickém a abstraktním uvažování více zaměřuje na budoucnost než na současnost (Vágnerová, 2000). Přesto mají

u jedince větší váhu cíle bližší a konkrétní než ty vzdálené, ačkoliv volní vlastnosti pubescentů dosahují značného pozitivního vývoje (Hájek, Hofbauer & Pávková, 2008).

Dochází rovněž ke zlepšení vyjadřovacích schopností. Zvětšuje se slovní zásoba. Jedinec je schopen vypořádat se se složitostí větných staveb i celkovou výrazovou schopností (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Jedinec dokáže udržet pozornost po delší dobu. Ale i přesto je důležité, aby byl jedinec dostatečně motivován a neměl tak nutkání se zabírat svými vlastními myšlenkami (Hájek, Hofbauer & Pávková, 2008).

### **Socializační a emoční vývoj**

Vágnerová (2000) souhlasí s názorem E. Eriksona, že jedinec v období puberty ztrácí často dřívější jistoty a má pochybnosti o sobě samém. Dochází k nejistotě ve společnosti, a proto se musí jedinec vypořádat se svojí vlastní identitou.

Jedinec je velmi emočně rozladěný a projevuje se více labilně a reaguje přecitlivělym způsobem i na běžné podněty. Tyto projevy jsou následkem hormonálních změn v organismu, na které se jedinec ještě nestačil aklimatizovat. To má za následek větší únavu, ochablost a apatii. Spánek je zhoršený a často se objevují poruchy chuti k jídlu (Langmeier & Krejčířová, 2006).

V pubertě jsou emoce různorodé a nabývají často velké hloubky. Jedinci nezřídka unikají do světa fantazie a denního snění, ve kterých se mohou oprostit od současných tíživých záležitostí a představovat si ideální situace, v nichž mohou zastávat vyhovující role a problémy lehce řešit (Vágnerová, 2000).

Díky probíhajícím pohlavním změnám dochází ke zvětšenému zájmu o druhé pohlaví. Jedinci se často zabírají svým vzhledem. Dívky jsou v tomto období dost citlivé na poznámky ohledně své vizáže, což občas vede k hlubokým psychickým zraněním (Eldredge & Eldredge, 2006).

Pubescent je mnohdy značně kritický vůči svým rodičům i učitelům ve škole. Dochází obvykle k problémům s uznáváním autorit, a to hlavně u osob, které si dle jejich názoru autoritu nezaslouží (Vágnerová 2000).

Je tudíž dost běžné, že dochází ke konfliktu mezi pubescenty a dospělými. Pubescent se chce rovnat dospělým. Jeho rozumová oblast je vyspělá, ale většinou zaostává v oblasti sociálních interakcí a zvládnání emocionální stránky. Pubescent ve snaze vyrovnat se dospělým často přejímá i negativní zlovyky s tím spjaté, jako je alkohol, drogy, kouření (Jansa, 2012).

Mravní cítění je u pubescentů na autonomní bázi. Jejich rozhodování pochází z jejich vlastního vnitřního přesvědčení (Hájek, Hofbauer & Pávková, 2008). U jedinců převládá černobílé vidění, tedy hodnocení věci jako „dobré“ či „špatné“, bez střední varianty. Velký vliv

na formování osobnosti jedince mají vrstevníci v jeho okolí. Velmi často i větší vliv než rodiče. Vrstevnická skupina je složena z jedinců, kteří jsou si svým věkem blízcí. Mají společné zájmy a sociální status. Vrstevnická skupina je často vytvořena v místě bydliště, následně však může mít velký rozsah. U jedince ve vrstevnické skupině převládá pocit jistoty, zázemí a ochrany. Vrstevnická skupina jedinci také pomáhá v sociální sféře a ve zvládnutí vlastní emocionální složky. Jedinec patřící do určité vrstevnické skupiny přejímá její hodnoty (Hofbauer, 2004).

## **2.5 Pohybové hry**

Hra jako pojem je v podstatě sama o sobě svobodná činnost s předem danými a vymezenými pravidly, kdy pravidla jsou hranice a znamenají konec prostoru, ve kterém se hráči mohou svobodně pohybovat, a zároveň touto činností tvoří samotnou korektní hru (Mazal, 2007).

Pohybové hry jsou nejvíce využívány v tělesné výchově, sportovní přípravě nebo v různých rekreačních aktivitách. Pohybové hry zaujímají základní složku pohybové aktivity dětí v tělesné výchově. Ve sportovní přípravě jsou důležité pro rozvoj všestrannosti a k rozvoji síly, vytrvalosti, obratnosti a rychlosti (Laurentiu-Gabriel, Veronica, & Mircea, 2017).

Osoba účastníci se pohybových her rozvíjí u sebe nejen fyzickou, ale také psychickou stránku. Hlavní složkou hry je radost a relaxace. Jedinec hrající pohybovou hru zažívá pocit svobody a potěšení, doprovázený kreativitou, spoluprací, anticipací a hlavně velkou motivací vyhrát. Pohybové hry mají význam i ve vzdělání a výchově. Vzdělání je především součástí pohybové stránky, kdy se děti učí nové pohybové dovednosti a rozvíjejí hrubou a jemnou motoriku (Lupu, 2017). Z pohledu výchovného hlediska dochází u dětí k formování osobnosti, zvláště charakteru, kdy se jedinci učí fair play neboli nutnosti umět se podřídit kolektivu a pravidlům, v neposlední řadě se rozvíjejí jejich morálně volní vlastnosti (Iuliana Luminița & Chirazi, 2019).

### **2.5.1 Hraní a pohybová hra**

Pod pojmem hraní chápeme samovolnou pohybovou aktivitu jednoho či více jedinců, v prostoru a čase, s jednoduchými pravidly. Hraní jako takové nemá přesně definovaná pravidla, je vymezeno pouze obsahem pohybové aktivity. Hraní lze také charakterizovat vysokou motivací k činnosti, napětím a uplatněním známých dovedností. V průběhu hry mohou jedinci mezi sebou soupeřit, ale také spolupracovat. Hraní je velmi rozsáhlý pojem, kdy mezi jeho součásti patří jak



kreativně kooperační aktivity, tak i přesně definovaná pravidla, například úpolové hraní ve dvojicích (Mazal, 2007).

Pohybovou hru na rozdíl od hraní chápeme jako záměrnou, uvědomělou a definovanou pohybovou aktivitu dvou či více jedinců, v prostoru a čase, s přesně domluvenými a bezpodmínečně dodržovanými pravidly. Tato hra se vyznačuje účelným a souvislým uzavřeným dějem, je často doprovázena napětím, prožitkem, radostí, smutkem, velkou motivací k činnosti, uplatněním schopností a dovedností a soutěživostí (Mazal, 2007).

Každá pohybová hra má rozdílné zaměření, cíl a strukturu. Výběr správné pohybové hry velmi záleží na cílové skupině. Každá hra má rozdílný obsah, ať už velikostí zatížení, nebo úrovní spolupráce a komunikace (Mazal, 2007). Podle Wiertsema et al. (2002) můžeme říct, že pohybové hry velkou měrou ovlivňují sociální, tvůrčí i osobnostní rozvoj jedince. Velmi důležitý je rovněž výběr pohybové hry podle počtu hráčů, kteří jsou k dispozici, dále dle místa konání, z hlediska určitých potřeb a také časové náročnosti her (Mazal, 2007).

### **2.5.2 Dělení her**

Hry můžeme rozdělit do několika skupin podle různých hledisek.

Podle Zapletala (1995) rozdělujeme hry dle místa odehrávání na:

- hry v klubovně
- hry v přírodě
- hry na hřišti a tělocvičně
- hry ve městě nebo na vsi

Podle Matouška a Touše (1970) rozdělujeme hry do dvou skupin, a to na:

- hry jednotlivců
- hry skupin

Podle Hrkala a Hanuše (2007) rozdělujeme hry podle výchovných cílů rozvíjejících osobnost na:

- hry na rozvoj vůle
- hry na rozvoj tvořivosti
- hry na rozvoj sociálních dovedností
- hry na rozvoj intelektu
- hry na rozvoj sebepojetí
- hry kombinované
- hry speciální
- hry na rozvoj motoriky a pohybových dovedností

Podle Táborského (2004) rozdělujeme sportovní hry podle:

- hrací plochy
  - invazivní (společná hrací plocha soupeřů, např. lední hokej)
  - neinvazivní (hrací plochy soupeřů jsou oddělené, např. badminton)
- počtu hráčů
  - individuální (dva hráči proti sobě, např. badminton)
  - párové (dva páry proti sobě, např. plážový volejbal)
  - týmové (dva týmy proti sobě, např. fotbal)
- způsobu pohybu
  - přirozený pohyb bez pomocných prostředků (volejbal)
  - pohyb ve vodě (vodní pólo)
  - využití sportovní výzbroje (americký fotbal)
  - využití živých i neživých dopravních prostředků (jezdecké pólo)

Podle Rovného a Zdeňka (1982) se rozdělují pohybové hry na:

- honičky – hry rozvíjející běžecké schopnosti
- zaháněné – hry rozvíjející schopnost házet předměty na hraní
- přihrávané – hry rozvíjející schopnost přihrávek nohou, rukou, předmětem na hraní
- přenášečky – hry, které jsou zaměřené na přenášení osob nebo předmětů v rámci hry
- skokanské – hry zaměřující se na skákání
- odrážené – hry rozvíjející schopnost odrážet míč rukama, nohama, hlavou
- pálkovací hry – hry, které učí odrážet pálkou nadhozený předmět nebo míč
- překážkové hry – hry, které se zaměřují na překonávání překážky přeledením, přeskokováním nebo podlezením
- úpolové hry – hry zaměřující se na přetahování, přetlačování nebo zápasení
- hry se zasahováním cíle – cílem hry je zasáhnout cíl různým způsobem

Správný výběr a sestavení pohybových her by měly vycházet zejména z fyzické a psychické úrovně jedinců, z počtu jedinců, z vybavení a z možností prostoru a v neposlední řadě z věkové kategorie zúčastněných jedinců (Mazal, 1991).

### **2.5.3 Výběr pohybové hry**

Výběr pohybové hry například ve školní tělesné výchově je určen zejména schopností, připraveností a kompetencí učitele. Také záleží na jeho organizačních a komunikačních

schopnostech. Učitel musí brát ohled na své žáky a při výběru pohybové hry musí zohlednit jejich zájmy a stav žáků, přičemž musí zohlednit psychický, fyzický i sociální stav a míru rozvoje každého žáka (Bělka, 2018).

Podle Flecka (2002) by si měl učitel či vedoucí pro správné vybrání pohybové hry vždy položit pár otázek. Zde je uvedeno několik z nich:

- Jaké jsou cíle hry?
- Jsou cíle jasné a lehce pochopitelné?
- Budou děti z pohybové hry nadšené?
- Vydrží dětem zájem o pohybovou hru?
- Zapojí se do pohybové hry všechny přítomné děti?

Podle Mazala (2007) můžeme popsat několik základních faktorů, které by vedoucí měl zohledňovat při správném výběru pohybové hry:

- Jeden z hlavních faktorů je vedoucí/učitel, který musí rozhodovat o výběru pohybové hry, což závisí na tom, jaké hry zná, jaké má organizační schopnosti, dovednosti a vědomosti.
- Pohybová hra by měla odpovídat záměru hodiny.
- Pohybová hra by měla být uzpůsobena věku, dovednostem a schopnostem jedinců.
- Pravidla, cíl a organizace hry musí mít jasná a srozumitelná pravidla.
- Vedoucí/učitel musí být vždy schopen správně zatížit jednotlivé jedince a jejich zatížení střídat.
- Je velmi důležité brát ohled na kvalitu a kvantitu pomůcek a další faktory pro výběr pohybové hry.
- Vedoucí musí vždy reagovat na momentální situaci ve hře, např. pokud skupině hra nejde nebo ji nebaví, měl by zvolit nějakou modifikaci hry nebo vybrat hru jinou.
- Při hraní složitějších her je vhodné před začátkem hry předvést názornou ukázkou.
- Délka hry by měla odpovídat časovému prostoru pro hru.
- Poslední z hlavních složek je dodržování bezpečnosti při hře – vedoucí/učitel by měl správně vyhodnotit rizika a eliminovat je.

#### **2.5.4 Pomůcky k realizaci pohybových her**

Nejlepší realizované pohybové hry, které se dají hrát, jsou ty, při kterých nejsou potřeba pomůcky. Přestože se velké množství her nedá bez pomůcek realizovat, mnohdy je velké množství a variabilita pomůcek spíše škodlivá. Při hraní některých her se často používají pomůcky, které jsou běžně dostupné v tělocvičnách, klubovnách či jiných sportovních zařízeních (Mazal, 2001).

#### **2.5.5 Bezpečnost při pohybových hrách**

Jedinci se často v běžném životě setkávají s různými riziky, s nimiž se v dané situaci musí vypořádat. Role bezpečnosti v období školní docházky je tudíž velmi důležitá a významná. Během hraní pohybových her se velmi často vyskytují všemožná rizika, jako například tělesná, emocionální nebo sociální zranění. Pedagog má vždy povinnost zajistit bezpečnost a eliminovat všechna možná rizika. Bezpečnost dětí je vždy na prvním místě.

Podle Neumana (1998, 2000) můžeme uvést několik zásad, které by měl pedagog vždy zohledňovat:

- Před zahájením každé hry by měl pedagog zkontrolovat hrací plochu a eliminovat překážky, které by mohly ohrozit zúčastněné jedince.
- Všechny použité pomůcky se musí zkontrolovat a musí být bezpečné.
- Před zahájením hry musí pedagog zkontrolovat jedince, zda mají vhodné obutí a oblečení.
- Jedinci si musí sundat všechny doplňky (hodinky, náramky, piercingy) před zahájením hry.
- Pedagog musí správně zvolit úroveň hry, aby odpovídala věkové kategorii jedinců a schopnostem a dovednostem skupiny.
- Je důležité jedince seznámit s možnými riziky a poučit je, jak předcházet zraněním.
- Je velmi důležité obeznámit se se zdravotním stavem všech jedinců včetně alergií, užívaných léků a fobií.

#### **2.5.6 Pravidla pohybových her**

Každá realizovaná pohybová hra by měla být poskládaná tak, aby ji mohl hrát a vyhrát kdokoliv. Na začátku každé hry se musí stanovit jasná pravidla, která určují prostor a čas, ve kterém se hra uskuteční. Průběh hry je realizován dle předem dohodnutých podmínek v souladu s popisem a organizací. Tyto podmínky jsou určovány pravidly, která by měla nést pedagogické,

didaktické a metodologické úlohy. Důležitým aspektem pro uskutečnění plynulé hry je znalost a pochopení pravidel účastníky – rozhodčím, vedoucím i hráči. Pravidla by měla být jednoduchá, srozumitelná a hlavně měnitelná a přizpůsobitelná záměrům hry (Mazal, 2007).

## **2.6 Pohybová aktivita**

Pohyb patří neodmyslitelně k lidskému životu a má nesporně obrovský vliv na správný vývoj jedince. Pohyb je také velmi důležitý pro uspokojování vlastních potřeb a přispívá k harmonickému rozvíjení člověka, proto je pohybová aktivita u dětí opravdu zásadní složkou. Na rozvoj pohybové aktivity má velký vliv správná motivace a naplnění organizačních forem tělesné výchovy v mateřské i na základní škole s ohledem na vytváření předpokladu pro celoživotní pohybovou aktivitu dětí (Kaplan & Váchová, 2009).

Pohybovou aktivitu lze definovat jako veškerý fyzický pohyb, který je zajišťován kosterním svalstvem. Pohybovou aktivitu lze rozdělit podle několika hledisek, a to z pohledu socializace (individuální a skupinová PA), záměrnosti (intencionální a spontánní), pravidelnosti (pravidelná a nepravidelná) a řízenosti (Rubín et al., 2018). Z pohledu organizovanosti (řízenosti) se jedná o pohybovou aktivitu organizovanou a neorganizovanou (Fox & Riddoch, 2000). Organizovanou pohybovou aktivitu můžeme charakterizovat jako promyšlenou a záměrnou, kdy je vedena pedagogem nebo jiným vedoucím, který má zodpovědnost a vytváří vyučovací či tréninkovou jednotku. Oproti tomu neorganizovaná pohybová aktivita probíhá bez vedení pedagogického pracovníka a je zcela spontánní a realizovaná ve volném čase. Podle Cuberky (2019) můžeme pohybovou aktivitu rozdělit na volnočasovou, ve škole či v práci, v domácnosti, při aktivním transportu.

### **2.6.1 Význam pohybové aktivity**

Pohybová aktivita je důležitou složkou v prevenci proti mnoha zdravotním problémům, které se mohou objevovat v dospělosti (Malina, Bouchard, & Bar-Or, 2004). Pravidelná pohybová aktivita je jedním ze základních faktorů pro dobrý zdravotní stav každého jedince v jakémkoli věku. Pohybová aktivita, která je součástí mladého věku, navíc přispívá k dobrému vývoji kosterní i svalové soustavy (Sigmund & Sigmundová, 2011). Z toho lze vyvodit, že pohybová aktivita, která je součástí každodenního života, představuje pro lidské tělo řadu pozitivních zdravotních přínosů, jako je například snižování rizika kardiovaskulárních onemocnění, předcházení sklonům k nadváze či obezitě, udržování tělesné hmotnosti, fyzické či svalové síly, vytrvalosti a rovnováhy, zvýšení úrovně kvality spánku, sebehodnocení a optimismu. Pohybová aktivita má také vliv na prevenci proti mnoha onemocněním (Hamplová, 2019).

Základním předpokladem proti vzniku nadváhy a obezity je zdravotně doporučená úroveň pohybové aktivity v součinnosti s dobrými stravovacími návyky a lékařskou péčí (Pitrová, 2014).

Můžeme tedy říct a potvrdit, že pohybová aktivita hraje v našem životě obrovskou roli a velmi významně ovlivňuje a podporuje naše zdraví.

### **2.6.2 Pohybová aktivita u dětí**

Bohužel v důsledku dnešního moderního světa a modernizace komunikačních a informačních technologií často dochází k narušení zdravého životního stylu a k sedavému způsobu života (Kalman et al., 2015). Taková úroveň pohybové inaktivity se zcela jistě projeví v našem zdraví, a to především u dnešních dětí a mládeže. Bylo zjištěno, že více než 55 % dívek a 60 % chlapců (ve věku 11–15 let) v průběhu pracovních dnů tráví více než 2 hodiny denně před televizí, PC či videopřehrávači. U chlapců se jedná spíše o hraní počítačových her či Xboxu. Dívky mají větší sklon ke sledování sociálních sítí či k „brouzdání internetem“ (Hamřík, Kalman, Bobáková, & Sigmund, 2012). Dnešní mládež bohužel patří mezi nejméně pohybově aktivní mladou generaci v historickém vývoji (Dobry, 2008).

Pravidelná pohybová aktivita se u mladých lidí vyskytuje v malém množství. Do pravidelné pohybové aktivity patří také aktivní forma dopravy, například do škol, která je v dnešní době také velmi nízká (Gába et al., 2019).

Z výzkumu, který se zabýval aktivním transportem u českých adolescentů, bylo zjištěno, že v důsledku aktivní docházky by se alespoň mohl zvětšit počet celkových kroků v průběhu dne a tím by bylo možné splnit zdravotní doporučení pro pohybovou aktivitu (Vorlíček et al, 2017).

Velké rozdíly jsou také mezi chlapci a děvčaty vzhledem k pohybové aktivitě. Za nejvíce rizikové období je považována adolescence, kdy nastává největší pokles frekvence pohybové aktivity (Valach et al., 2017). Z pohledu pohlaví jsou pak ve většině případů pohybově aktivnější chlapci než dívky (Neuls & Frömel, 2016).

### **2.6.3 Základní přístupy k vedení pohybových aktivit**

Žáci v průběhu nástupu do školního režimu musí začít plnit řadu vzdělávacích povinností, aktivit, které je od pohybu odvádějí, což má za následek snížení pohybové aktivity. Proto je nezbytné, aby byli žáci motivováni a bylo jim v průběhu školní docházky nabízeno co nejvíce vhodných příležitostí (Bělka et al., 2015).

Podle Bělky et al. (2015) by měli být žáci v 1.–3. ročníku vedeni určitými základními přístupy učitelů/trenérů. Každý učitel by měl brát v potaz, že každý žák je jiný, a co zvládne jeden, nemusí zvládnout ostatní. Je tedy nezbytné aktivity přizpůsobovat schopnostem žáků a zvolit

vždy takovou aktivitu, aby žáky bavila a nebyla monotónní. Dále je velmi důležité, aby v hodině tělesné výchovy panovala dobrá atmosféra a v žácích vždy vzbuzovala nadšení a radost. Také se doporučuje vybírat aktivity tak, aby docházelo mezi žáky k interakci a rozvoji spolupráce a týmovosti. Pedagog by měl vždy správně promyslet, jak bude žáky hodnotit. Hodnocení žáků by mělo být motivační – žáky je důležité hodnotit podle změny jejich pohybových schopností (jak se žák zlepšil a co nového se dokázal naučit). Je důležité brát v potaz, že žáci mají právo chybovat, že ne vždy dokážou fungovat bezchybně (Bělka et al., 2015).

#### **2.6.4 Pohybová gramotnost**

Pohybová gramotnost je způsobilost a motivace k využití vlastního pohybového potenciálu, což vede ke zkvalitnění života, přičemž významnou roli zde hraje kultura a společnost, ve které jedinec vyrůstá a pohybuje se a která ho formuje. Jedinec může samovolně využívat individuálních pohybových kapacit, jimiž disponuje. Pohybová gramotnost určuje především úroveň vzdělání v dané oblasti jedince. Nejedná se pouze o typ pohybu, ale i o úroveň a hlavně kvalitu pohybových dovedností, schopností a vědomostí o pohybu. Pohybová gramotnost také poukazuje na postoje a pohybové chování jedince (Vašíčková, 2016).

Je důležité zmínit, že se pohybovou gramotnost nelze naučit, jelikož pohybová gramotnost odpovídá spíše kvalitativní úrovni, kterou jedinec získá pohybovým a vědomostním učením, jež probíhá po celý život jedince. Pohybová gramotnost je celoživotní hodnotou, kterou disponuje každý jedinec, nejedná se pouze o část života, která probíhá ve škole (Vašíčková, 2016).

Pohybová gramotnost je univerzální koncept, který lze aplikovat na každého jednotlivého jedince pohybujícího se kdykoliv a kdekoliv. Specifický charakter pohybové gramotnosti může být ovlivněn individuálním věkem, nadáním, rozsahem fyzických schopností a rovněž i kulturou, ve které se jedinec nachází (Vašíčková, 2016).

V období školního věku, tedy na základních a poté středních školách, by měla být pohybová gramotnost rozvíjena zejména jako základní součást školní pohybové aktivity, a to nejen v hodinách tělesné výchovy, ale i ve volném čase, kdy je důležité, aby docházelo k rozvoji pohybové gramotnosti ve sportovních klubech a organizacích. Pokud dítě nenavštěvuje žádný sportovní klub, je důležité, aby rodiče dohlédli na pravidelnou pohybovou aktivitu dítěte (Vašíčková, 2016).

Ke jednoduššímu rozvoji pohybové gramotnosti by mohlo přispět zvýšení možných příležitostí pro aktivní hraní dětí, zvýšení vědomostí a pochopení významu a smysluplnosti pohybového rozvoje u dětí ze strany pedagogů. Je důležité se zbavit mýtů, že pohybové aktivity

jsou jen pro talentované a nejsou vhodné pro lidi s handicapem nebo pro starší osoby (Vašíčková, 2016).

## 2.7 Dotazování

Pod pojmem andragogický výzkum si můžeme vybavit široký tematický záběr, který se zaměřuje na zkoumání problematiky celoživotního učení a vzdělávání dospělých (Průcha & Vetejška, 2014). Typ tohoto výzkumu se využívá společně s psychologickým či sociologickým a pedagogickým výzkumem a může jít buď o kvalitativní (rozhovor, pozorování aj.), nebo o kvantitativní zkoumání (anketa, dotazník aj.). Tyto dva druhy výzkumu lze propojit a pak mluvíme o smíšeném typu výzkumu (Průcha & Vetejška, 2014).

Průcha (2014) tvrdí, že „kvantitativní výzkum je představován empirickými analýzami jevů a procesů andragogické reality, v nichž se používají exaktní metody a nástroje pro měření a vyhodnocování zkoumaných objektů“ (Průcha, 2014, p. 349). Kvantitativní výzkum lze charakterizovat určitým zkoumaným vzorkem respondentů, zjištěné informace jsou statisticky zpracovány v kvantitativní podobě (tabulky, grafy aj.) a výsledky tohoto zkoumání slouží především jako potvrzení určité teorie (Průcha, 2014). „Kvalitativní výzkum přistupuje ke zkoumaným jevům se snahou popsat je a vysvětlit v jejich jedinečnosti, s odhalením jejich specifických rysů, jež nejsou postižené při kvantitativní analýze hromadných jevů.“ (Průcha, 2014, p. 349). Oproti kvantitativnímu se v kvalitativním výzkumu zkoumají jednotlivé případy, subjektivní stavy, vnímání, prožívání a vlastní úsudky zkoumaných respondentů s cílem jejich pochopení a vysvětlení (Průcha, 2014). Smíšený výzkum je dle Průchy (2014, p. 353) „kombinovaná aplikace jak kvantitativních, tak kvalitativních metod v jednom výzkumu“. Smíšený výzkum se vyznačuje zjištěním kvantitativních vlastností většího počtu respondentů či zjišťovaných jevů a následným kvalitativním zkoumáním zjištěných jevů (Průcha, 2014).

Během tvoření dotazníků je důležité věnovat velkou pozornost správné tvorbě jeho stavby, interpretaci a dostatečnému množství dotazovaných, kterým dotazník zadáváme (Průcha, 2014).

Pro zvýšení návratnosti je dle Hučína a Polákové (2005) velmi důležité respondentům nastínit danou problematiku, stanovit důvod zjišťování informací a obeznámit respondenty s anonymitou získaných odpovědí.



### **2.7.1 Dotazník**

„Dotazník je velmi rozšířeným nástrojem v sociologickém zkoumání, protože umožňuje rychlé zpracování dat. Jeho nevýhodou je však to, že neposkytuje respondentovi široký prostor pro vyjádření a je použitelný pouze v prostředí, které je výzkumníkům relativně dobře známé.“ (Jandourek, 2003, p. 211). Další nevýhodou podle Čihovského (2006, p. 15) je obtížnost při ověřování správnosti a platnosti odpovědí (lidé mohou něco jiného říkat a něco jiného si myslet). Ale velkou výhodou je velmi lehký zisk informací od většího počtu respondentů.

### **2.7.2 Typy dotazníků**

Podle Brtníkové (2009) dělíme dotazníky na:

- osobní
- telefonické
- písemné
- internetové

### **2.7.3 Typy otázek**

Výsledná kvalita získaných informací závisí na správné volbě otázek, jejich znění i pořadí (Ferjenčík, 2000).

Podle Ferjenčíka (2000) dělíme otázky na:

- otevřené
- uzavřené

Při podávání otevřených otázek je kladen důraz na to, aby neomezovaly možnosti odpovědi respondenta, na rozdíl od otázek uzavřených, u kterých si je respondent nucen vybrat jeden z předem připravených typů odpovědí (Ferjenčík, 2000).

Podle Čiháka (2014) také dělíme otázky na:

- polootevřené
- polouzavřené

Odpovídání na tento typ otázek je možné prostřednictvím předem připravené odpovědi, nebo uvedením vlastní odpovědi (Čihák, 2014).

Breakwell (1995) uvádí, že existuje mnoho chyb, na které si při tvorbě otázek musíme dát pozor. Otázka by se neměla zároveň ptát na dvě věci. Otázka nemá obsahovat termíny, kterým by dotazovaní nerozuměli. Otázka nemá podněcovat k určitému typu odpovědi. Otázka by neměla být příliš dlouhá a nepřesná.

#### **2.7.4 Pretest**

Pretest je nedílnou součástí dotazníkového šetření. Podává se malému vzorku uchazečů z důvodu objevení případných chyb a nedostatků v námi vytvořeném dotazníku či anketě (Anonymous, 2020). Díky pretestu lze zjistit, zda jsme dotazník poskládali správně, nebo ne.

## **3 CÍLE**

### **3.1 Hlavní cíl**

Hlavním cílem práce bylo sestavit a popsat zásobník her, které jsou vhodné pro letní tábory dětí.

### **3.2 Dílčí cíle**

- 1) Vybrat vhodné hry
- 2) Popsat hry
- 3) Realizovat hry na letním táboře
- 4) Vytvořit videozáznamy s hrami
- 5) Vytvořit QR kódy
- 6) Vytvořit anketu
- 7) Provést anketní šetření
- 8) Provést analýzu a syntézu získaných dat

### **3.3 Hypotézy**

- 1) Která hra na táboře bude podle dětí nejoblíbenější?
- 2) Která hra bude nejméně oblíbená?

## 4 METODIKA

### 4.1 Výzkumný soubor

Tábora se zúčastnilo celkem 185 dětí, z toho bylo 95 děvčat a 90 chlapců. Jednalo se o děti ve věku mladšího a staršího školního období. Většina dětí, které se tohoto letního tábora účastnily, už měla s pobytem na táboře zkušenosti. Buď byly na jiném táboře, nebo jezdí opakovaně na tutéž akci. Všechny děti byly dopředu obeznámeny s tímto výzkumem a jejich zákonní zástupci podepsali informovaný souhlas o účasti v tomto výzkumu.

### 4.2 Specifikace táborového prostředí

Tábor Duha Molero má už několikaletou tradici a od svého založení se konal na mnoha místech. V posledních několika letech se však koná v rekreačním středisku Funlandia v obci Protivanov. Rekreační středisko se nachází na úplném okraji Protivanova v blízkosti Protivanovského rybníka. V okolí střediska jsou pouze lesy smíšeného typu. Tábor je realizován v rámci desetidenního pobytu. Děti od první do druhé třídy jsou ubytované v bungalovech s elektřinou, záchodem a sprchou. Děti od třetí do deváté třídy jsou ubytované v dřevěných čtyřlůžkových chatkách bez elektřiny (viz obrázek 1). Děti mají k dispozici oddělené koupelny a záchody k vykonávání svých hygienických potřeb. Tábor je plně vybaven pitnou vodou. Nástupy a shromáždění se konají na prostranství před společnou budovou, ve které se nachází klubovna pro vedoucí a jídelna s kuchyní (viz obrázek 2). V areálu střediska je také basketbalové a fotbalové hřiště, které děti mohou ve svém volnu využívat.

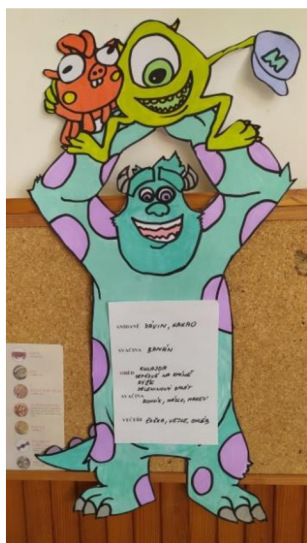
Obrázek 1. Pohled na táborové chatky



Obrázek 2. Ranní nástup



Obrázek 3. Táborový jídelníček



#### 4.2.1 Harmonogram dne, táborové služby

Každý den na táboře musí mít svůj řád a režim. Hlavní věcí, která se musí dodržovat, je dostatek spánku. Dle vyhlášky č. 106/2001 Sb. musí mít doba vymezená pro spánek minimálně devět hodin, s výjimkou noci, kdy se pořádá noční hra (Ševčík, 2014).

Harmonogram každého dne byl jiný a vždy se přizpůsoboval danému programu celého dne.

##### Obvyklý režim dne:

7:15	BUDÍČEK
7:30 – 7:45	ROZCVIČKA
7:45 – 8:15	RANNÍ HYGIENA
8:15	SNÍDANĚ
9:00	RANNÍ NÁSTUP
9:15 – 12:30	DOPOLEDNÍ ZAMĚSTNÁNÍ
10:45	SVAČINA
12:30	OBĚD
13:30 – 15:00	ODPOLEDNÍ KLID
15:00	SVAČINA
15:15 – 18:00	ODPOLEDNÍ ZAMĚSTNÁNÍ
18:30	VEČEŘE
19:30	VEČERNÍ NÁSTUP
21:30	PŘÍPRAVA NA VEČERKU (večerní hygiena)
22:00	VEČERKA

Každý den začíná budíčkem, který má vždy na starost oddílový vedoucí, který má v ten den službu. Vedoucí dne obchází všechny chatky a bungalovy a postupně budí celý tábor. Po probuzení se svolává na rozcvičku. Na táboře Duha Molero jsou dva druhy rozcviček. Společná, kdy hlavní vedoucí předcvičuje celému táboru, nebo oddílová, kdy každý vedoucí vede rozcvičku svého oddílu. Po rozcvičce následuje ranní hygiena a snídaně. Po snídani se svolává ranní nástup, na kterém vedoucí dne oznámí všem celodenní program.

Po nástupu děti odcházejí do svých chatek, aby se vhodně oblékly podle programu, který bude následovat. Dopolední zaměstnání je věnováno buď soutěžím na jednotlivce, nebo celotáborové hře. Kolem půl jedenácté děti dostávají svačinu.

Když se děti vrátí z dopoledního zaměstnání, následuje oběd (viz obrázek 3), po kterém začíná odpolední klid do tří hodin.

Po odpoledním klidu se svolávají děti na odpolední zaměstnání a zároveň se jim připomene vhodná obuv, která se jim bude hodit při hrách. Před odchodem na odpolední zaměstnání děti dostanou svačinu. Odpolední zaměstnání je také věnováno buď hrám na jednotlivce, nebo na celotáborovou hru. Ale vždy je zde snaha, aby se v jednom dni hrály hry jak na jednotlivce, tak hra celotáborová.

Po návratu z odpoledního zaměstnání a chvíli volna se svolává na večeři. Po večeři následuje večerní nástup, na němž se vyhodnotí všechny hry, které se v daný den hrály.

O půl desáté jsou děti upozorněny, že za půl hodiny následuje večerka a že by se měly zaměřit na večerní hygienu. V deset hodin je vyhlášena večerka a tímto pro děti končí celodenní program.

#### **Vedoucí dne a jeho povinnosti**

Vedoucí dne má vždy na starost vymyslet den předem program na následující den. Následně vedoucí dne ráno obchází chatky a bungalovy a budí celý tábor. Vedoucí dne má na starosti všechny nástupy a organizaci všech her realizovaných toho dne. Vedoucí může pověřit jakéhokoliv instruktora nebo vedoucího s realizací her nebo využít výpomoc dalších. Vedoucí dne má také na starosti, aby jeho oddíl po snídani, obědě a večeři uklidil jídelnu. Poslední z povinností je rozdělit děti vhodně podle věku a určit, které děti od kolika do kolika hodin budou mít noční hlídku a strážit tábor. Děti daného oddílu mají noční hlídku od deseti do půlnoci a od půlnoci do půl čtvrté ranní má noční hlídku na starosti hlavní vedoucí oddílu.

#### **4.2.2 Táborová příprava a realizace programu**

Nejdůležitější část pro realizaci a tvorbu táborových her představují porady. První porada se vždy uskuteční již v období mezi dubnem a květnem, kdy se všichni vedoucí a instruktoři

sejdou. Na této poradě jsou všichni obeznámeni s tématem daného tábora a s výlety, na které se během něj pojedou. Například v roce 2022 bylo téma Příšerky s.r.o. a celý tábor navštívil boskovický aquapark a Sloupsko-šošůvské jeskyně. Na první poradě také každý může přednést nápad na realizaci nové hry nebo určité aktivity, kterou by bylo možné program zpestřit. Další porady se už uskutečňují na táboře každý večer po večerce dětí. Večerní porady jsou určeny k tomu, aby se probral a upřesnil program na následující den, popřípadě aby vedoucí daného dne rozdělil úkoly instruktorům nebo vedoucím, kteří mu budou v daný den nápomocni.

#### **4.2.3 Táborový řád**

Každý tábor je veden podle svých pravidel a děti účastníci se daného tábora by se měly podle toho řídit. Tato pravidla vymezuje táborový řád. Je velmi důležité, aby se děti řídily pokyny svých vedoucích. Táborový řád děti informuje o tom, jak by se měly chovat vůči táboru a jeho okolí. Před začátkem tábora jsou také děti obeznámeny s tím, co dělat mohou a co je přísně zakázáno, jako například užívání alkoholických nápojů či vydávání se samovolně bez povolení jakéhokoliv vedoucího do blízkého rybníka.

#### **4.3 Tvorba videí a fotek**

K tvorbě videozáznamů z pohybových her jsem použil svůj osobní smartphone Apple iPhone 7. Fotografie byly pořízeny osobním smartphonem hlavní vedoucí tábora Mgr. Moniky Ondrové. Videozáznamy jsem upravoval a stříhal v programu Clipchamp. Videá jsem následně vložil na platformu YouTube a pomocí stránky qrgenerator.cz jsem vytvořil QR kódy odkazující na jednotlivé videozáznamy. Videozáznamy jsou nahrány jako neveřejné a jsou dostupné pouze přes odkaz ve formě QR kódu. Rodiče před zahájením tábora podepsali informovaný souhlas, že mohou být zhotovená videá použita v mé bakalářské práci.

#### **4.4 Tvorba a realizace táborových her**

Všechny hry vymyšlené pro tento letní tábor byly před jeho zahájením prodiskutované společně s hlavní vedoucí a následně na táboře zrealizované.

#### **4.5 Anketa**

Za účelem výzkumu ve své bakalářské práci jsem vytvořil jednoduchou anketu, v níž děti kroužkovaly odpověď na otázku: Jak hodnotíš dnešní hru? Děti měly na výběr z možností: Bavila mě hrozně moc, Bavila mě, Něco mezi, Nebavila mě, Nebavila mě vůbec.

# Anketa

Jak hodnotíš dnešní hru?



Bavila mě hrozně moc



Bavila mě



Něco mezi



Nebavila mě



Nebavila mě vůbec

## 4.6 Popis anketního šetření

V roce 2022 jsem se účastnil letního tábora Duha Molero, na kterém jsem provedl anketní šetření. Celé šetření probíhalo od prvního do posledního dne tábora, tedy ve dnech 1. až 10. 7. 2022. Na táboře se realizovalo celkem 14 her, z toho jedna hra měla dalších pět podher. Hry byly jak na jednotlivce, tak celotáborové, resp. oddílové. Po každé realizované hře jsem vybral náhodně 20 dětí z různých oddílů a rozdál jim vytvořenou anketu. Předtím jsem dětem přečetl otázku a vysvětlil jim, jak odpovídat. Dětem trvalo vyplnění ankety zhruba 30 vteřin. Celkové anketní šetření jedné hry s vysvětlením, rozdáním papírů a následným posbíráním trvalo zhruba pět minut. Problém nastal vždy, když jsem se snažil sehnat alespoň 20 dětí, a to z důvodu, že já sám jsem měl na starosti svůj oddíl, se kterým jsem musel chodit po hrách a dávat na něj pozor. Zároveň jsem se snažil vybrat vždy děti z jiných oddílů, aby byl výběr náhodný.

Před odjezdem na tábor byl rozdán papír s informovaným souhlasem ohledně účasti dětí ve výzkumu projektu v rámci mé bakalářské práce všem zákonným zástupcům. Informovaný souhlas podepsali všichni zákonní zástupci dětí.

## 4.7 Analýza odborné literatury

Při tvorbě bakalářské práce jsem využil literaturu týkající se oblasti dětských táborů, pohybových her, pedagogiky a psychologie dětí mladšího a staršího věku.

Literaturu jsem čerpal z knihovny Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého a z dostupných elektronických zdrojů. Při vyhledávání informací jsem se zaměřil především na pojmy jako pohybové hry, pohybová aktivita a letní tábor. Dále jsem využil hesla z oblasti pedagogiky, vývojové psychologie školního věku a předpisy pro zotavovací akce.



## **4.8 Statistické zpracování dat**

Pro vyhodnocení ankety jsem využil deskriptivní zpracování dat a s tím spojené jednoduché výpočty, jako je aritmetický průměr, absolutní četnost a procenta.

## 5 VÝSLEDKY

V této kapitole se zaměřím jak na vyhodnocení ankety, tak na popis vybraných táborových her.

### 5.1 Hry a videozáznamy (popis her podle oblíbenosti)

#### **Pexeso**

Hra trvá zhruba 20–25 minut. V jednom týmu musí být minimálně tři hráči. Hry se účastní minimálně dva týmy. Při této hře je důležité zvolit vhodný prostor, aby nedocházelo ke srážkám mezi hráči. Je vhodné tedy zvolit větší a otevřenější prostor. Ke hře jsou zapotřebí balíčky s kartami pexesa a vhodný objekt, na kterém se pexeso dá rozložit (např. stůl). Nejvhodnějším prostorem pro hraní této hry je louka, tělocvična nebo jakýkoliv větší prostor. Minimální počet instruktorů k realizaci této hry je dán počtem týmu v důsledku kontroly, zda děti nepodvádějí během části, kdy otáčí pexeso. Pokud budou čtyři týmy, je minimální počet instruktorů pět, kdy čtyři kontrolují pexeso a jeden stojí u startovního/cílového místa, aby mohl vyhodnotit, kdo vyhrál či prohrál. Vítězem této hry se stává tým, který jako první otočí správně všechny dvojice pexesa a doběhne zpátky ke svému týmu.

Hra Pexeso je celotáborová hra, kdy tři nebo čtyři oddíly (ale počet může být libovolný) soupeří proti sobě. Před začátkem hry organizátor rozdává každému vedoucímu jednu sadu pexesa. Vedoucí následně jde k připravenému stolu, na který vyskládá pexeso. Jakmile mají všichni vedoucí připravené kartičky na svých stolech, hra může začít. V průběhu celé hry stojí všechny hrající oddíly vedle sebe v zástupech. Hra funguje formou štafety, kdy vybíhá první z oddílu ke svému stolu s pexesem. Jakmile dítě doběhne ke stolu, začne hledat dvě stejné kartičky. Dítě může používat pouze jednu ruku (viz obrázek 6). Na stole mohou být pouze dvě kartičky otočené vzhůru. Jakmile dítě najde dvě shodné kartičky, nechává je na kraji stolu a běží zpátky ke svému oddílu, kde předává štafetu a vybíhá další člen oddílu. Hra končí v momentě, kdy jsou nalezeny všechny dvojice pexesa a poslední člen, který otočil poslední dvojici, doběhne zpátky ke svému oddílu. Při této hře nezáleží na počtu dětí v oddíle.

Případnou modifikací může být, že místo pexesa hráči budou například hledat dvojice lega stejné barvy a tvaru. Jakmile najdou stejnou barvu a tvar lega, dají je dohromady a poté mohou běžet zpátky.

Děti při této hře rozvíjejí rychlost, kreativitu, fair play, soustředění a taktiku.

Obrázek 6. Hra Pexeso



QR kód videozáznamu:



### **Čí je to tričko**

Hra trvá zhruba 5 minut. Aby došlo k plnohodnotnému naplnění potenciálu hry, musí být v jednom týmu minimálně 10 hráčů. Hry se musí zúčastnit minimálně dva týmy. V průběhu hry je důležité dávat pozor na to, aby děti se sebou moc neškubaly nebo nebyly moc zbrklé, aby nedocházelo například k vykloubeninám. K této hře je zapotřebí jakékoliv velké tričko pro každý tým. Hra se dá hrát na jakémkoliv středně velkém prostoru (louka, les, malá tělocvična). K realizaci hry je zapotřebí pouze jeden instruktor, který odstartuje začátek hry a následně vyhodnocuje tým, který vyhrál. Vítězem hry se stává tým, který jako první dokáže nejrychleji předat tričko z prvního hráče až na toho úplně posledního.

Hra Čí je to tričko je celotáborová hra, kdy tři nebo čtyři oddíly (ale počet může být libovolný) soupeří proti sobě. Před začátkem hry je důležité sehnat pro každý oddíl velké, rozměrné tričko. Jámile mají všechny oddíly své tričko, určí se jeden zástupce oddílu, který bude v průběhu hry celý oddíl organizovat a vést. Hra spočívá v tom, že se děti postaví za sebe, a jakmile se zavelí start, zvolený kapitán oddílu musí oddíl navést tak, aby každé dítě mělo na sobě minimálně jednou oblečené tričko, se kterým se hraje. Nezáleží, zda je tričko oblečené správně nebo naruby, musí být pouze navlečené celé. Vyhrává oddíl, kterému se podaří navléct a následně sundat tričko všem hrajícím dětem. V každém oddíle musí být stejný počet dětí.

V této hře děti rozvíjejí kreativitu, koordinaci a v první řadě taktiku.

QR kód videozáznamu:



### **Sovičky**

Jednomu týmu trvá účast v této hře zhruba hodinu až hodinu a půl. V důsledku velkých rozestupů mezi starty jednotlivých týmů může hra trvat skoro celý den. Minimální počet hráčů v jednom týmu jsou tři. Minimální počet týmů jsou dva. V průběhu této hry je kladen velký důraz na bezpečnost. Vedoucí musí v průběhu hry kontrolovat, zda má neustále v kontaktu všechny členy týmu, aby se nějaký člen nezatoulal a neztratil v lese. Nejvhodnějším prostředím pro realizaci této hry je les. V průběhu hry jsou zapotřebí fáborky dvou barev, papír a psací potřeby, dále vytištěné/napsané otázky s úkoly a stopky pro měření času. Minimální počet instruktorů pro realizaci hry jsou dva, kdy jeden sestavuje trasu a druhý stopuje čas týmům. Navíc je zbytné, aby s každým týmem běžel jeden instruktor jako dozor/doprovod. Vítězem hry se stává tým, který má nejrychlejší výsledný čas.

Hra Sovičky je celotáborová hra a považuje se za vrchol celého tábora – vítěz této hry obdrží nejvyšší možný počet bodů, které lze za vítězství v nějaké soutěži vyhrát. Sovičky jsou kombinací běhu, plnění úkolů a odpovídání na různé otázky. Před začátkem hry hlavní vedoucí vymyslí trasu a následně před zahájením hry celou trasu obejde a vyznačí fáborky. Po trase rozmístí několik stanovišť (soviček). Sovičky jsou schované, a proto je jejich přítomnost vyznačena rozdílným fáborkem. Jakmile je celá hra nachystaná, může vyběhnout první oddíl i se svým vedoucím či instruktorem. Poté další oddíly vybíhají ve vyznačený čas a běží rovněž podle fáborků na trase. Jak už jsem zmiňoval, podél trasy jsou schované „sovičky“. Jakmile celý oddíl doběhne k fáborku, který značí přítomnost sovičky, snaží se danou sovičku nalézt. V momentě, kdy kdokoliv z oddílu nalezne sovičku, zavolá vedoucího/instruktora, který sovičku vytáhne a přečte úkol či otázku. Za nesplnění úkolu či otázky se k výslednému času přičítá jedna celá minuta. Celá hra je na čas, vyhrává tedy oddíl s nejlepším celkovým časem. Hry se účastní všechny děti v oddíle s výjimkou dětí se zdravotními indispozicemi.

Při hraní této hry se u dětí rozvíjí rychlost, vytrvalost, koordinace, týmovost a taktika.

Bohužel kvůli mé aktivní účasti při této hře nebylo možné vytvořit videozáznam.

## **Štafeta**

Hra trvá zhruba 30–35 minut, záleží na počtu hraných kol. V jednom týmu musí být minimálně dva hráči. Hry se účastní minimálně dva týmy. V průběhu této hry je důležité zvolit správnou náročnost úkolu / stylů běhu podle zdatnosti a věku hráčů, aby nedocházelo ke zbytečným zraněním. K realizaci této hry nejsou zapotřebí žádné pomůcky, ale organizátor může kola zpestřit například nafukovacím balónkem, štafetovým kolíkem nebo vajíčkem. Nejvhodnějším místem na hraní této hry je velký prostor, například louka či tělocvična. K realizaci hry jsou zapotřebí minimálně dva instruktoři, kdy první dává povel ke startu a následně vyhodnocuje vítěze a druhý dohlíží na správné provedení úkolů. Vítězem se stává tým, který ve výsledku součtu nasbíral nejvíce bodů.

Tato hra je opět celotáborová a účastní se jí všechny oddíly najednou. Hra se hraje na velkém prostranství, tak aby se tam všechny oddíly mohly vejít. Oddíly stojí v zástupu v jedné řadě. V průběhu hry se hraje hodně variant štafet, například dítě musí doběhnout na vyznačené místo po čtyřech a následně celou zpět běží „jako rak“, kde následně předává štafetu. Další z možností je, že každý oddíl dostane nafukovací balón a děti musí s balónem mezi nohama doskakat na určité místo a zpět. Před začátkem hry je důležité, aby se vedoucí domluvili na stejném počtu dětí v oddíle, aby nějaký oddíl neměl o jedno dítě víc či méně. Pokud má oddíl o nějaký počet dětí méně, tak vždy z toho oddílu poběží někdo víckrát. Je důležité, aby se dohlédlo na to, aby neběhal pouze jeden a ten samý člověk, ale aby se děti střídaly.

Tato hra se může hrát na mnoho způsobů, přičemž realizace a tvorba závisí pouze na představivosti organizátora.

Děti v průběhu hry rozvíjejí svou rychlost, sílu, koordinaci a fair play.

**QR kód videozáznamu:**



## **Branný závod**

Aktivní účast v této hře trvá jednomu hráči zhruba 30–45 minut, podle jeho zdatnosti. Celá hra může trvat i 3 hodiny, kdy čas závisí na počtu hráčů a rozestupy mezi jejich starty. Minimálně se hry účastní dva hráči. Při hraní této hry je důležité, aby trasa byla důkladně značena

a nedocházelo k tomu, že se hráči ztratí v lese. K této hře jsou zapotřebí fáborky pro vyznačení trasy a stopky k měření času. Následně pomůcky, které využijí instruktoři na svých stanovištích. Nejvhodnějším prostorem pro hraní této hry je les. Minimální počet instruktorů k realizaci hry je dán množstvím stanovišť. Pokud by byly tři stanoviště, je zapotřebí pět instruktorů, kdy tři jsou na stanovištích, jeden je na startu a druhý je v cíli. Vyhrává hráč, který má nejrychlejší výsledný čas.

Tato hra patří mezi hry na diplomy (jednotlivce). Hra spočívá v běhu na čas a plnění úkolů či odpovídání na různé otázky. Organizátor hry musí před jejím začátkem postavit trať společně s určitým množstvím vedoucích, kteří budou v průběhu trati zaujímat roli stanoviště. Každý vedoucí, který stojí na stanovišti, si vymyslí vlastní úkol, který musí děti splnit, nebo otázku, na kterou musí odpovědět. Za každý nesplněný úkol či špatnou odpověď na otázku se dětem připočítává deset vteřin k výslednému času. Děti kvůli bezpečnosti nikdy neběží samy, běží buď po dvojicích, trojicích nebo čtveřicích. Vyhrávají děti s nejlepším výsledným časem. Děti jsou vyhodnocovány podle věkových kategorií, do kterých spadají.

V této hře děti rozvíjejí svou rychlost, vytrvalost a myšlení.

Bohužel kvůli mé aktivní účasti a organizaci hry nebylo možné vytvořit videozáznam.

### **Kolík**

Hra trvá zhruba 20 minut. Hry se účastní minimálně dva týmy, přičemž v každém týmu musí být minimálně dva hráči. Ke hře je důležité zvolit vhodný a bezpečný prostor, aby nedocházelo ke zbytečným zraněním. K realizaci této hry jsou zapotřebí připínáčky, papír, psací potřeby a fáborky na vymezení prostoru. Nejvhodnějším prostorem k realizaci hry je les. Minimální počet instruktorů je jeden, který vše nachystá a následně hlásí start hry a vyhodnocuje vítěze. Vítězem se stává tým, který v průběhu hry nasbírá nejvíce bodů.

Hra Kolík je celotáborová hra, kdy tři nebo čtyři oddíly (ale počet může být libovolný) soupeří proti sobě. Hra se odehrává v lese. Nejlépe v lese jehličnatém. Před začátkem hry organizátor hry pomocí připínáčků připne zezadu na stromy papírky s čísly nebo obrázky. V průběhu celé hry oddíly stojí v zástupu. Kolík se skládá z několika kol. Každé kolo začíná tak, že organizátor hry zakřičí jedno či více čísel/obrázků. V ten moment vyběhne jeden člen oddílu do vyznačené oblasti, kde jsou papírky s čísly či obrázky (viz obrázek 7). Dítě, které nalezne jako první daný papírek, získává pro svůj oddíl bod. Vyhrává oddíl s nejvíce získanými body. Na počtu dětí v oddíle nezáleží, ale je důležité, aby do vyznačené oblasti vybíhaly děti, které jsou si věkem aspoň trochu podobné.

Tato hra může mít mnoho modifikací, například se může hrát v tělocvičně a místo stromů se mohou využít třeba florbalové mantinely.

V této hře se u dětí rozvíjí rychlost, týmovost, taktika a fair play.

Obrázek 7. Hra Kolík



QR kód videozáznamu:



### **Co do lesa nepatří**

Aktivní účast v této hře trvá jednomu hráči zhruba 30–45 minut, podle jeho zdatnosti. Celá hra může trvat i 3 hodiny, kdy čas závisí na počtu hráčů a na rozestupech mezi jejich starty. Hry se mohou zúčastnit minimálně dva hráči. Při hraní této hry je důležité, aby trasa byla důkladně značena a nedocházelo k tomu, že se hráči ztratí v lese. K této hře jsou zapotřebí fáborky pro vyznačení trasy a stopky k měření času. Nejvhodnějším prostorem pro hraní této hry je opět les. Minimální počet instruktorů potřebných pro realizaci této hry jsou tři, kdy jeden staví trasu, další vypouští hráče na trasu a poslední je v cíli a vyhodnocuje výsledky. Vítězem se stává hráč, který má nejrychlejší výsledný čas.

Hra Co do lesa nepatří je hrou na diplomy (jednotlivce). Organizátor hry před začátkem hry vytvoří trasu, kterou vyznačí fáborky, a po určitých rozestupech na trať rozmístí předměty, které do lesa nepatří, jako například: PET lahev, sáček, tenisová raketa, míč apod. Hra spočívá v tom, že dítě musí proběhnout trasu za co nejkratší čas a zároveň se snaží zapamatovat co nejvíce předmětů. Jakmile doběhne do cíle, tak ho tam čeká papír s tužkou, kde se snaží napsat všechny předměty, které si zapamatoval. Za každý chybějící předmět se připisuje deset vteřin

k běžeckému času. Vyhrává dítě s nejlepším výsledným časem. Děti jsou vyhodnocovány podle věkových kategorií, do kterých spadají.

V této hře děti rozvíjejí svou rychlost, vytrvalost, myšlení a paměť.

Bohužel kvůli mé aktivní účasti na organizaci hry nebylo možné vytvořit videozáznam.

### **Motýlci**

Hra trvá zhruba 10 minut. Minimální počet hráčů v jednom týmu jsou dva a minimální počet týmů jsou také dva. Při realizaci této hry je důležité zvolit vhodný otevřený a bezpečný prostor, aby nedocházelo ke zbytečným zraněním. Ke hře jsou zapotřebí malé žetony/papírky. Nejvhodnějším prostorem ke hraní Motýlků je louka, hřiště nebo tělocvična. Minimální počet instruktorů k realizaci hry je dán počtem týmů, kdy každý tým musí mít jednoho instruktora, který následně spočítá nasbírané žetony. Vítězem se stává tým, který nasbíral nejvíce žetonů.

Hra Motýlci je hra celotáborová. Tato hra je velmi rychlá a jednoduchá. Hra se hraje na velkém otevřeném prostranství. Před začátkem hry se na vymezeném území rozhází malé papírky, velikostí a tvarem připomínající motýlky. Papírků je velké množství. Před vyhlášením hry se děti postaví na startovní linii kolem vymezeného území. Na pokyn organizátora hry se všechny děti tábora rozběhnou do vyznačeného území a snaží se sesbírat co nejvíce papírků (viz obrázek 8). Jakmile je vše vysbírané, tak děti hledají svého vedoucího/instruktora, kterému je předají a ten následně spočítá všechny papírky, které mu děti z jeho oddílu přinesly. Vyhrává oddíl s nejvíce nasbíranými papírky.

Jednou z možných modifikací může být, že tuto hru budeme realizovat v tělocvičně a místo žetonů mohou hráči sbírat třeba míče či jiné předměty.

V této hře se u dětí rozvíjí rychlost, taktika a fair play.

Obrázek 8. Hra Motýlci





QR kód videozáznamu:



### Signály

Hra trvá zhruba 20–25 minut. Hry se účastní minimálně dva týmy, přičemž každý z nich musí mít minimálně šest hráčů. K realizaci této hry jsou zapotřebí předměty, se kterými se bude hrát (např. tužka, krepový papír, nůžky atd.). Nejvhodnějším prostorem ke hraní je louka či hřiště. Pro realizaci této hry je zapotřebí minimálně jeden instruktor. Vyhrává tým, který nasbírá nejvíce bodů v průběhu hry.

Hra Signály je hra celotáborová, kdy mezi sebou soupeří tři nebo čtyři oddíly (ale počet může být libovolný). Před začátkem hry si organizátor přichystá různé předměty, jako například fáborky, nůžky, fix, hřebec apod. Před startem hry dostane každý oddíl naprosto stejné předměty (cca devět předmětů). Každý oddíl má za úkol si ke každému předmětu vymyslet určitý signál, jako například pohazení po zádech, fouknutí do ucha apod. Hra spočívá v tom, že oddíly jsou rozestaveny do hvězdice a děti v oddíle sedí v tureckém sedu na zemi směrem od středu hvězdice. Hra má několik kol. Kolo začíná v momentě, kdy organizátor, který stojí uprostřed hvězdice, ukáže jeden nebo více předmětů. Pouze jeden z oddílů, který je nejbližší středu, má právo se otočit na předmět, který je ukazován. Jakmile poslední vidí předmět/y, vyšle signál dítěti před sebou. Signál se vede přes děti až k tomu poslednímu, které následně zvedá předmět, který podle něj odpovídá signálu. Tato hra se může hrát buď na správnost, nebo na rychlost. Vyhrává oddíl, který nasbírá nejvíce bodů.

U této hry děti rozvíjejí taktiku, myšlení a spolupráci.

QR kód videozáznamu:



### **Zafúkané**

Hra trvá zhruba 20–25 minut, zaleží na počtu hráčů v týmu. Minimální počet hráčů v jednom týmu jsou dva a minimální počet týmů jsou také dva. Je důležité dávat pozor na zdatnost hráčů, aby nedošlo k omdlení. K realizaci této hry je zapotřebí bludiště z kartonu a pingpongový míček. Hra se dá hrát naprosto kdekoliv, ale doporučuje se uzavřený prostor, kde nefouká. K realizaci této hry je zapotřebí jeden instruktor. Vyhrává tým s nejlepším časem.

Hru Zafúkané bylo vhodné hrát v době, kdy venku přšelo, nebo se kvůli jiným okolnostem nedaly hrát hry v přírodě. Hra Zafúkané je hra celotáborová. Před zahájením hry organizátor vytvoří bludiště z papíru. Hra spočívá v tom, že se děti průběžně střídají a snaží se foukat pingpongový míček skrz bludiště. Vyhrává oddíl, který v nejlepším čase dokáže profoukat míček skrz bludiště tak, aby se vystřídaly všechny děti v oddíle. Před každou hrou se musí stanovit stejný počet dětí v oddíle.

V průběhu této hry se u dětí rozvíjí taktika a koordinace.

**QR kód videozáznamu:**



### **Netradiční olympiáda**

Netradiční olympiáda je soubor her, které se hrají na diplomy (jednotlivce). Děti jsou vyhodnocovány podle věkových kategorií, do kterých spadají. Minimální počet hráčů u všech her jsou dva.

Saliho řev: hra trvá maximálně 1 minutu. K realizaci této hry je zapotřebí smartphone a v něm nainstalována aplikace, která dokáže měřit decibely. U této hry je zapotřebí jeden instruktor. Vyhrává hráč s nejvyšše naměřenou hodnotou. V této hře jde o kreativitu dětí, kdy za pomoci aplikace ve smartphonu, která měří hlasitost v decibelech, musí vymyslet a napodobit ten nejlepší řev, jaký může příšerka vydat.

Hrůzostrašný jeskynní běh: hra trvá maximálně 1 minutu. Je důležité zvolit vhodný povrch a brát v potaz schopnosti a dovednosti hráčů, aby nedocházelo ke zbytečným zraněním. Nejvhodnějším prostorem ke hraní je les, louka či hřiště. K realizaci hry jsou zapotřebí stopky, špagát, lahve s vodou. Na hru dohlíží minimálně jeden instruktor. Vyhrává hráč s nejrychlejším

časem. U této hry se musely děti vyhýbat zavěšeným lahvím s vodou, které se nad nimi hýbaly (viz obrázek 9). Děti se musely dostat ze startu do cíle bez toho, aniž by se jich nějaká lahev dotkla.

Obrázek 9. Hra Hrůzostrašný jeskynní běh



QR kód videozáznamu:



Pedrův běh: hra trvá maximálně 1 minutu. Je důležité zvolit vhodný povrch a brát v potaz schopnosti a dovednosti hráčů, aby nedocházelo ke zbytečným zraněním. Nejvhodnější prostor pro hraní je les, louka či hřiště. Ke hře jsou zapotřebí stopky a překážky (stůl, židle atd.). K realizaci této hry je nezbytný aspoň jeden instruktor. Vyhrává hráč s nejrychlejším časem. Hra spočívala v proběhnutí trati a překonání různých překážek (stolů, židlí) za co nejlepší čas (viz obrázek 10).

Obrázek 10. Hra Pedrův běh



QR kód videozáznamu:



Randlova klička: hra trvá maximálně 1 minutu. Ke hře jsou potřeba míčky a kloboučky, kdo kterých se hráči budou střídat. Nejvhodnější prostor pro hru je les nebo místo s minimálním větrem. K realizaci hry je zapotřebí jeden instruktor. Vyhrává hráč s nejvíce naházenými body. U této hry se snažily děti střídat míčkem do kloboučků, které byly bodově ohodnocené podle vzdálenosti. Děti měly tři pokusy na hod a měly za úkol nasbírat co nejvíce bodů.

QR kód videozáznamu:



Micovy koule: hra trvá maximálně 1 minutu. K realizaci hry jsou potřeba míčky a místo, kam budou hráči míčky házet. Nejvhodnější prostor ke hraní je les nebo místo s minimálním větrem. K realizaci hry je zapotřebí jeden instruktor. Vyhrává hráč s nejvíce naházenými body. U této hry se děti snažily střídat míčkem do plyšové masky, která měla podobiznu Mica Wazowského (příšerka z filmu Příšerky s.r.o.). Děti měly tři hody a snažily se střídat co nejčastěji do vyznačeného místa (viz obrázek 11).

U těchto her děti rozvíjely kreativitu, rychlost a koordinaci.

Obrázek 11. Hra Micovy koule



QR kód videozáznamu:



### **Popelka**

Hra trvá zhruba 10–15 minut. Minimální počet hráčů v jednom týmu jsou dva a minimální počet týmů musí být také dva. K realizaci této hry je zapotřebí čočka, hrách a nádoby, do kterých budou hráči čočku a hrách dávat. Hra se dá hrát naprosto kdekoliv, ale doručuje se ji hrát ve vnitřních prostorech v době, kdy venku prší. K realizaci je zapotřebí jeden instruktor. Vyhrává tým s nejrychlejším časem.

Tato hra byla využita v době, kdy přšelo a nedalo se hrát jakékoliv hry venku. Popelka byla hra celotáborová. Smyslem hry bylo, aby celý oddíl společně dokázal v co nejrychlejším čase rozdělit předem dané množství hrachu a čočky.

V této hře se u dětí rozvíjelo taktické myšlení, koordinace a kooperace.

QR kód videozáznamu:



### **Tichá pošta**

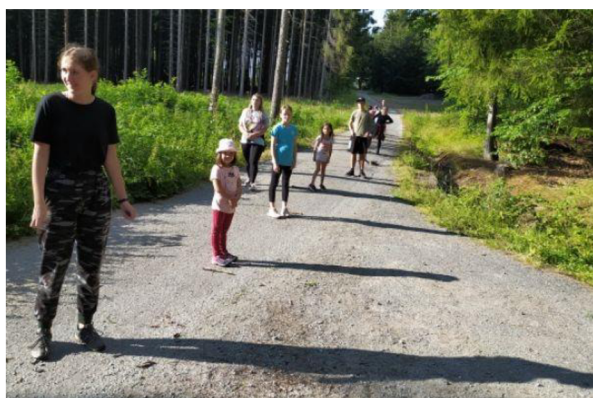
Hra trvá zhruba 20–25 minut. V jednom týmu musí být minimálně šest hráčů a hry se účastní minimálně dva týmy. K realizaci této hry jsou zapotřebí tužka a papír. Nejvhodnější prostor ke hraní představuje louka či hřiště. Minimální počet instruktorů k uskutečnění této hry je jeden. Vyhrává tým s nejmenším počtem chyb v textu.

Tato celotáborová hra se hraje pouze na správnost a čas v ní nehraje žádnou roli. Při této hře mezi sebou soupeří tři nebo čtyři oddíly (ale počet může být libovolný). Oddíly se rozestaví do hvězdice a děti stojí v zástupu alespoň s dvoumetrovým rozestavením (viz obrázek 12). Před zahájením hry si organizátor připraví středně náročnou básničku/příběh. Hra začíná tím, že

organizátor položí papír s básničkou/příběhem do středu hvězdice. Následně vždy jeden z oddílů jde k papíru a podle domluvené taktiky si zapamatuje určitý počet slov či znaků a následně jde pošeptat dalšímu členovi oddílu to, co si zapamatoval, a ten to posílá dál, dokud se to nedostane na konec řady, kde poslední člen zapisuje slovo, které se k němu dostane. Hra končí v momentě, kdy je celý text předaný a zapsaný na konci.

Děti v průběhu této hry rozvíjejí taktiku, trpělivost a týmovost.

Obrázek 12. Hra Tichá pošta



QR kód videozáznamu:



### **Přísloví**

Hra trvá zhruba 4 minuty. Minimální počet hráčů v jednom týmu jsou dva. Minimální počet týmů je dva. K realizaci této hry jsou zapotřebí papíry s příslovími. Nejvhodnější prostor ke hraní představuje louka či hřiště, nejlépe pak místo s minimálním větrem. Pro uskutečnění hry je nutný minimálně jeden instruktor. Vyhrává tým, který má nejvíce poskládaných přísloví.

Poslední z hraných her na táboře je Přísloví. Tato hra je celotáborová a také se vhodně využila v době, kdy venku pršelo a nedalo se nic hrát v přírodě. Před zahájením hry si organizátor připraví přísloví, které napíše na papír a ten následně rozstříhá po jednotlivých slovech. Hra začíná tím, že organizátor rozstříhaná slova rozhází na hromadu a na jeho povel celý oddíl běží k papírům a snaží se společně poskládat co nejvíce přísloví. Na skládání je vymezený čas

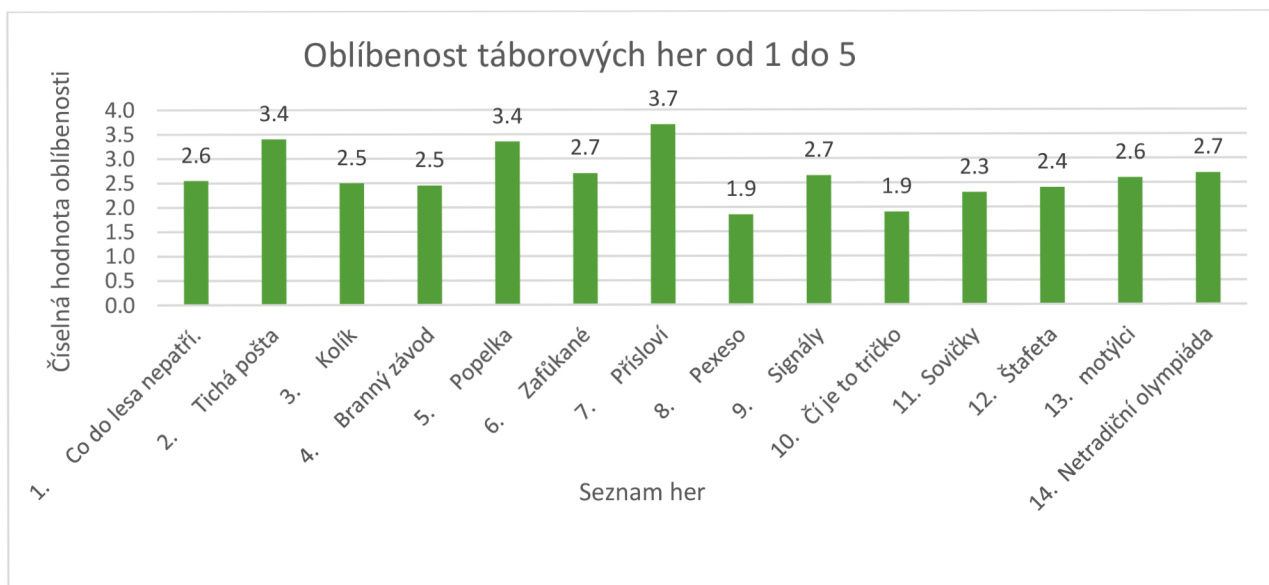
4 minuty. Po uplynutí této doby organizátor zkontroluje správnost poskládaných přísloví. Vyhrává oddíl, který má nejvíce správně poskládaných přísloví.

Při této hře se u dětí rozvíjí taktika, myšlení a týmovost.

QR kód videozáznamu:



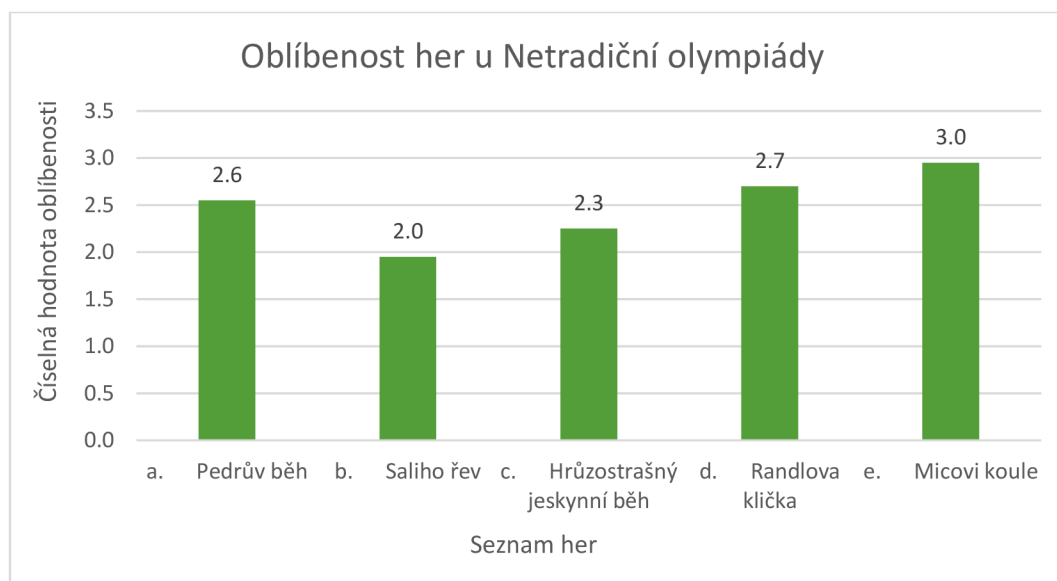
## 5.2 Výsledky anketního šetření u táborových her



**Graf 1. Oblíbenost her podle dětí**

Z grafu 1 lze vyčíst, které hry byly podle dětí oblíbené a které ne. Vždy 20 náhodně vybraných dětí hodnotilo danou hru. Realizované hry byly jak pro jednotlivce, tak i součástí celotáborové hry, kdy děti v oddíle společně soutěžily proti ostatním oddílům. Názvy her se odvíjely od aktuálního tématu tábora: Příšerky s.r.o.

### 5.2.1 Výsledky anketního šetření u her z NETRADIČNÍ OLYMPIÁDY



**Graf 2. Oblíbenost her z Netradiční olympiády**

Z grafu 2 lze vyčíst, které realizované hry byly podle dětí oblíbené a které ne. Vždy 20 náhodně vybraných dětí hodnotilo danou hru. Tyto hry byly všechny na diplomy (jednotlivce). Děti soutěžily v různých disciplínách. Názvy her se odvíjely od tématu tábora: Příšerky s.r.o.

### 5.2.2 Vyhodnocení výsledků z anketního šetření u táborových her

Po vyhodnocení anketního šetření lze určit nejoblíbenější a nejméně oblíbené hry realizované na letním táboře. Nejoblíbenější hra, která se hrála na tomto táboře, byla hra Pexeso, která spadá do celotáborových her. Nejméně oblíbenou hrou pak byla hra Příšerky, která také spadá do celotáborových her. Výsledný žebříček všech realizovaných her byl následující: 1. Pexeso, 2. Čí je to tričko, 3. Sovičky, 4. Štafeta, 5. Branný závod, 6. Kolík, 7. Co do lesa nepatří, 8. Motýlci, 9. Signály, 10. Zafúkané, 11. Netradiční olympiáda, 12. Popelka, 13. Tichá pošta, 14. Příšerky. Konečné výsledky oblíbenosti her pro mě nejsou velkým překvapením. Jako vedoucí oddílu, který se svým oddílem obcházel všechny táborové hry, jsem si už v průběhu her dokázal všimnout, jak jsou děti do těch kterých her zapálené nebo je třeba vůbec nebaví. První tři nejoblíbenější hry jsou hry celotáborové, ve kterých musí děti buď spolupracovat, nebo se společně motivovat k tomu nejlepšímu výsledku. Všechny tři hry jsou jednoduché na vysvětlení a jejich průběh je vždy naprosto plynulý a bezproblémový. Nejméně oblíbené tři hry jsou také celotáborové hry. Dvě z nich (Popelka, Příšerky) jsou bohužel hry, které se musely rychle vymyslet a uspořádat kvůli přicházejícímu dešti a jejich realizace probíhala uvnitř společenské místnosti nebo v jídelně. Během hraní těchto tří her děti spíše postávají a vyčkávají, než na ně přijde řada, a tudíž se v průběhu hraní dost často nudí a jejich pozornost není upřena na hru samotnou.



Dle mého názoru se dětem nejvíce líbila hra Pexeso z důvodu, že se jí všichni aktivně zúčastnili. Děti se mohly navzájem povzbuzovat a hra nebyla nijak složitá na pochopení. Totéž platí i u her Čí je to tričko a Sovičky. U těchto her musely děti rovněž spolupracovat a navzájem si pomáhat a tím si také utvrzovaly svá přátelství. U tří nejméně oblíbených her jejich názor opět naprosto chápu. Všechny tři jsou zdoluhavé a pro děti nezajímavé. Děti u těchto her musí být většinou v klidu a potichu. Poslední místo pro mě není už vůbec žádným překvapením, protože tato hra je velmi pomalá a jenom část dětí se jí plnohodnotně účastní, navíc je u ní zapotřebí znát česká přísloví, což ne všechny děti ovládají, takže se necítí komfortně.

### **5.2.3 Vyhodnocení výsledků z anketního šetření u her z NETRADIČNÍ OLYPIÁDY**

Hry, jež byly součástí Netradiční olympiády, byly určeny pro jednotlivce a děti v nich soutěžily o diplomy a malou sladkost. Hry byly často zaměřeny na různé dovednosti, kreativitu nebo také na štěstí. Náplň her byla často směřována na odreagování dětí či jejich pobavení. Z anketního šetření lze vysledovat, které akce se dětem z tohoto svazku her nejvíce líbily. Zde je výsledný žebříček od nejoblíbenější hry po tu nejméně oblíbenou: 1. Saliho řev, 2. Hrůzostrašný jeskynní řev, 3. Pedrův běh, 4. Randlova klička, 5. Micovy koule. Výsledky tohoto šetření jsou velmi různorodé, ale první místo není žádným překvapením. Ve hře šlo o kreativitu dětí, kdy za pomoci aplikace ve smartphonu, která měří hlasitost v decibelech, musely děti vymyslet a napodobit ten nejlepší řev, jaký může příšerka vydat.

Myslím si, že děti jako nejoblíbenější hru zvolily Saliho řev z důvodu, že mohly naplno rozvinout svoji představivost a bez jakýchkoliv postihů si zakřičet. Dle mého názoru pak děti zvolily jako nejméně oblíbenou hru Micovy koule proto, že se jedná o hru velmi jednotvárnou a pro děti až moc obyčejnou.

## 6 ZÁVĚRY

Hlavním cílem této bakalářské práce bylo sestavit a popsat zásobník her vhodných pro letní tábory dětí. Výsledkem práce jsou sepsané, nahrané a popsané pohybové hry, které se na letním táboře hrály.

Díličními cíli bylo vybrat vhodné hry, následně je popsat a realizovat na zvoleném letním táboře. V této bakalářské práci je popsáno celkem 19 her. Dále jsem vytvořil videozáznamy s hrami, které jsem následně vložil na platformu YouTube a k videozáznamům vytvořil QR kódy.

Dalším z díličích cílů bylo vytvoření ankety a následné provedení anketního šetření, kdy jsem vybral vždy náhodně 20 dětí, které následně odpovídaly na mnou vytvořenou anketu. Po uskutečnění anketního šetření jsem provedl analýzu a syntézu získaných dat.

Z anketního šetření jsem následně sestavil žebříček nejoblíbenějších her u dětí. Nejoblíbenější hra, která se na táboře hrála, byla podle dětí hra, která se nazývá Pexeso a spadá do celotáborových her. Nejméně oblíbenou hrou byla pro děti hra se jménem Přísluví, která také spadá do celotáborových her. Výsledný žebříček všech realizovaných her je následující: 1. Pexeso, 2. Čí je to tričko, 3. Sovičky, 4. Štafeta, 5. Branný závod, 6. Kolík, 7. Co do lesa nepatří, 8. Motýlci, 9. Signály, 10. Zafúkané, 11. Netradiční olympiáda, 12. Popelka, 13. Tichá pošta, 14. Přísluví.

Zvláště jsem analyzoval i výsledky oblíbenosti her, jež byly součástí Netradiční olympiády. Tyto aktivity dopadly následovně: 1. Saliho řev, 2. Hrůzostrašný jeskynní řev, 3. Pedrův běh, 4. Randlova klička, 5. Micovy koule.

Cílem této bakalářské práce bylo především zjistit odpověď na dvě hypotetické otázky. První otázka byla, která hra na táboře bude podle dětí nejoblíbenější? Druhou výzkumnou otázkou bylo, která hra bude nejméně oblíbená? Nyní tedy můžeme odpovědět, že nejoblíbenější hrou u dětí bylo tzv. Pexeso a nejméně oblíbenou byla hra zvaná Přísluví.

Tato bakalářská práce může být vhodným vzorem a pomocníkem při organizaci a realizaci pohybových her na letních táborech.

## 7 SOUHRN

Tématem mé bakalářské práce bylo sestavení a popsání zásobníku her, které jsou vhodné pro letní tábory dětí. Tato bakalářská práce rovněž poskytuje vhled do oblasti organizace a realizace pohybových her na letním táboře.

Hlavním cílem bakalářské práce bylo sestavit a popsat zásobník her, které jsou vhodné pro letní tábory dětí. Výsledkem práce jsou sepsané, nahrané a popsané pohybové hry, které byly na zvoleném letním táboře realizovány. Dílčími cíli bylo vytvoření ankety a následné provedení anketního šetření, analýza a syntéza získaných dat a přesný popis všech realizovaných her na letním táboře s videozáznamy, na které odkazují QR kódy. Byly položeny dvě otázky, a to, která hra na táboře bude podle dětí nejoblíbenější a která hra bude nejméně oblíbená.

V teoretické části jsou sumarizovány poznatky, které jsou jak přímo, tak nepřímo spojeny s organizací a vedením letního tábora a všech jeho účastníků. Kapitoly jsou především věnovány letním táborům, organizačním prvkům, pedagogice a psychologii mladšího a staršího školního věku. Následně jsou sepsány poznatky o pohybových hrách, jejich využití a organizaci, přičemž se celá jedna kapitola věnuje pohybové aktivitě, která je důležitou součástí pohybových her. Poslední kapitoly jsou zaměřeny na problematiku dotazování a správnosti tvorby dotazníků a anket a vše podstatné, co je s tímto tématem spojeno.

Praktická část se věnuje vyhodnocení ankety a podrobnému popisu všech pohybových her, které byly realizovány na vybraném letním táboře. Většina her byla nahrána na smartphone a jejich záznamy jsou vloženy na platformu YouTube. Pomocí vytvořeného QR kódu, který je vložen u popisu her, lze dané videozáznamy vyhledat. Kvůli aktivní účasti na některých hrách nebo jejich realizaci nemám bohužel k dispozici videozáznam všech popisovaných her.

## 8 SUMMARY

The topic of my bachelor thesis was to compile and describe a stack of games that are suitable for children's summer camps. This bachelor thesis provides an insight into the organisation and implementation of movement games at summer camp.

The main objective of this bachelor thesis was to compile and describe a stack of games that are suitable for children's summer camps. As a result of the thesis, the movement games that were played at the summer camp were written, recorded and described. The sub-objectives were to create a survey and then to conduct a survey, to analyze and synthesize the collected data, and to accurately describe all the games implemented at the summer camp with video recordings linked by QR codes. Two research questions were asked, namely which game at the camp would be the most popular and which game would be the least popular according to the children.

The theoretical part summarizes the findings that are both directly and indirectly related to the organization and management of the summer camp and all its participants. The chapters are mainly devoted to summer camps, organizational elements, pedagogy and psychology of younger and older school-age children. Subsequently, knowledge about movement games, their use and organization are written, with the following chapter focusing on physical activity, which is an important part of movement games. The last chapters are devoted to interviewing and the subsequent correctness of the design of questionnaires and surveys everything related to this topic.

The practical part is devoted to the evaluation of the survey and a detailed description of all the movement games that were implemented at the summer camp. Most of the games were recorded and smartphone and their recordings are uploaded to the YouTube platform. Using the created QR code, which is embedded next to the description of the games, the video recordings can be searched. Unfortunately, due to my active participation in the games or their implementation, I do not have video footage of all the games.

## 9 REFERENČNÍ SEZNAM

- Anonymous (2020). návratnost dotazníků: 12+1 typů jak ji zvýšit. Retrieved 20. 6. 2022 from the World Wide Web: <https://www.surveymonkey.com/cs/blog/jak-vytvorit-dotaznik/zvysovaninavratnosti-dotazniku>
- Anonymous. (2017). Portál veřejné správy. Retrieved 24. 6. 2017 from the World Wide Web: <https://portal.gov.cz/app/zakony/zakonPar.jsp?idBiblio=49577&fulltext=zotavovac~C3~AD~20akce&rpp=15#local-content>
- Bělka, J. (2018). Soubor pohybových her. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Bělka, J., Engelthalerová, Z., Ježdík, M., Kafka, M., Malý, L., Novák, A., Pelikán, I., Plachý, A., Tupý, J., Vojta, Z., & Zach, J. (2015). Metodické doporučení pro vedení pohybových aktivit žáků 1.–3. ročníků základních škol. Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků.
- Benešová, V. (2010). Pohybová aktivita dětí na letních táborech [diplomová práce]. Univerzita Palackého, Katedra kinantropologie a společenských věd.
- Beroušek, P. (2006). Rádce pořadatelům a vedoucím dětských táborů jako zotavovacích akcí pro děti. Soudy.
- Bezchleba, B. (2012). Hlavní vedoucí dětského tábora (1. vyd.). Mravenec.
- Breakwell, G. M., Hammond, S., & Fife-Schaw, Ch. (1995). Research methods in psychology. London: Sage.
- Brtníková, M. (1979). Dítě a jeho svět (1. vyd.). Horizont.
- Brtníková, M. (2009). Tvorba a použití dotazníku. Retrieved 19. 6. 2022 from the World Wide Web: [https://ftvs.cuni.cz/FTVS-740-version1-mbrtnikova\\_pp\\_dotazniky.pdf](https://ftvs.cuni.cz/FTVS-740-version1-mbrtnikova_pp_dotazniky.pdf)
- Čihák, M. (2014). Statistické zpracování dotazníků v SPSS. Hradec Králové: Univerzita Hradec Králové, Pedagogická fakulta.
- Čihovský, J. (2006). Sociologický výzkum. Studijní texty pro posluchače FTK UP Olomouc.
- Dvořáčková, A. (2018). Pohybová aktivita u dětí mladšího školního věku [diplomová práce]. Univerzita Palackého, Katedra antropologie a zdravotní vědy.
- Dvořák, J., Bělka, J., & Formánková, S. (2021). Organizace a etapová hra Indiáni pro skautský letní tábor jesenického chlapeckého oddílu. [rukopis].
- Dvořáková, H. (2009). Sportujeme s nejmenšími dětmi (vyd. 2., přeprac.). TeMi CZ.
- Eldredge, J., & Eldredge, S. (2006). Úchvatná. Praha: Návrat domů.
- Fleck, T. (2002). US Youth Soccer Official Coaching Manual. Youth Soccer.

- Fox, K. R., & Riddoch, C. (2000). Charting the physical activity patterns of contemporary children and adolescents. *The Proceedings of the Nutrition Society*, 59(4), 497–504. <https://doi.org/10.1017/s0029665100000720>
- Gába, A., Rubín, L., Sigmund, E., Badura, P., Dygrýn, J., Kudláček, M., Sigmundová, D., Materová, E., Hamrik, Z., Jakubec, A., & Suchomel, A. (2019). Executive summary of the Czech Republic's 2018 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. *Acta Gymnica*, 49(2), 92–102.
- Galloway, J., & Soumar, L. (2007). *Děti v kondici : zdravé, šťastné, šikovné* (1. vyd.). Grada Publishing.
- Hájek, B., Hofbauer, B., & Pávková, J. (2008). *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál.
- Hamplová, L. (2019). *Veřejné zdravotnictví a výchova ke zdraví*. Praha: Grada.
- Hamřík, Z., Kalman, M., Bobáková, D., & Sigmund, E. (2012). SEDAVÝ ŽIVOTNÍ STYL A PASIVNÍ TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU ČESKÝCH ŠKOLÁKŮ. (Czech). *Physical Culture / Telesna Kultura*, 35(1), 28–39.
- Heger, J. (2019). *Motivace k pohybovým aktivitám, sebehodnocení pohybové gramotnosti a úroveň pohybových kompetencí u dětí staršího školního věku [diplomová práce]*. Univerzita Palackého, Katedra společenských věd v kinantropologii.
- Hryciowová, L. (2021). *Sborník pohybových her pro hráče babytenisu [bakalářská práce]*. Univerzita Palackého, Katedra antropomotoriky a sportovního tréninku.
- Hučín, J., & Poláková, Z. (2005). *Zásady pro tvorbu dotazníků – pro potřeby kvantitativního výzkumu*. Retrieved 19. 6. 2022 from the World Wide Web: <http://stary.rvp.cz/soubor/00341-02.pdf>
- Iuliana-Luminița, C., & Marin, C. (2019). The Role Of Motion Games On The Development Of Children With Special Needs In The Primary Cycle. *Sport & Society / Sport Si Societate*, 19(1), 21–27.
- Janda, J. (2014). *Charakteristika základních vztahů pracovníků letního tábora Radějov – Mlýnky*. Retrieved 15. 6. 2022 from the World Wide Web: <http://media0.webgarden.name/files/media0:526290ead27d6.pdf.upl/Prava%20a%20povinnosti%20na%20tabore.pdf>
- Jandourek, J. (2003). *Úvod do sociologie*. Portál.
- Jansa, P. (2012). *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum.
- Jasaň, J., & Černohorský T. (2018). *Táboření a bezpečnost*. In kolektiv autorů, *Vůdcovská zkouška jinak* (pp. 167–194). Praha: Junák – český skaut, Pardubický kraj, z.s.

- Jedlička, J., Bělka, J., & Formánková, S. (2017). Etapová hra Letopisy Narnie pro letní dětský tábor Železničář v Potštejně [rukopis].
- Kalman, M., Pavelka, J., & Hamřík, Z. (2009). Podpora pohybové aktivity: pro odbornou veřejnost. ORE-institut.
- Kalman, M., Pavelka, J., & Kaplan, A., & Kubečka, J. (2016). Pohybové hry na baseball využitelné v hodinách tělesné výchovy [bakalářská práce]. Univerzita Palackého, Katedra antropomotoriky a sportovního tréninku.
- Kalman, M., Pavelka, J., & Kaplan, A., & Vachová K. (2009). Pohybové aktivity v denním režimu dětí mladšího školního věku.
- Langmeier, J. (1983). Vývojová psychologie pro dětské lékaře (vyd. 1.). Avicenum, zdravotnické nakladatelství.
- Langmeier, J. (1983). VývoMatějček, Z., & Pokorná, M. (1998). Radosti a strasti: předškolní věk, mladší školní věk, starší školní věk. Jinočany: H & Hová psychologie pro dětské lékaře (Vyd. 1.). Avicenum, zdravotnické nakladatelství.
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). Vývojová psychologie (2., aktualizované vydání). Praha: Grada.
- Laurentiu-Gabriel Talaghir, Veronica Mîndrescu, & Mircea Ion-Ene. (2017). Study regarding the use of movement games and relays in order to improve primary students' strength qualities. SHS Web of Conferences, 37, 01022. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20173701022>
- Lupu, G. (2017). Role of Movement Games in Training the Coordination, Balance and Stability of the Preschoolers. Ovidius University Annals, Series Physical Education & Sport/Science, Movement & Health, 17(2), 368–373.
- Malina, M. R., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). Growth, Maturation, and Physical Activity. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Matějček, Z., & Pokorná, M. (1998). Radosti a strasti: předškolní věk, mladší školní věk, starší školní věk. Jinočany: H & H.
- Matoušek, J., & Touš, V. (1970). Sportovní hry. UJEP Brno.
- Mazal, F. (1991). Soubor pohybových her pro děti mladšího školního věku. Hanex.
- Mazal, F. (1993). Soubor pohybových her pro děti mladšího školního věku (3. vyd.). Hanex.
- Mazal, F. (2001). Pohyb je život. Metodická příloha časopisu, 5(3).
- Mazal, F. (c2007). Hry a hraní pohledem ŠVP (ilustrovala Radka HORÁKOVÁ). Nakladatelství Hanex.
- Měkota, K., & Cuberek, R. (2007). Pohybové dovednosti, činnosti, výkony (1. vyd.). Univerzita Palackého.

- Michal Kalman, Zdenek Hamrik, Erik Sigmund, Dagmar Sigmundová, Ferdinand Salonna, & Czech National HBSC team. (2015). Physical activity of Czech adolescents: Findings from the HBSC 2010 study. *Acta Gymnica*, 45(1), 3–11. Retrieved 15. 6. 2022 from the World Wide Web: <https://doi.org/10.5507/ag.2015.001>
- Mrnušík, P. (2014). Organizace letního dětského tábora a aspekty jeho výběru [Doctoral dissertation], Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií.
- Neuls, F., & Frömel, K. (2016). Pohybová aktivita a sportovní preference adolescentek. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Neuman, J. (1998). Dobrodružné hry a cvičení v přírodě. Portál.
- Neuman, J. (2000). Dobrodružné hry a cvičení v přírodě. Portál.
- Pavelková, M. (2016). Povinnosti provozovatelů dětské letní rekreace. Retrieved 15. 6. 2022 from the World Wide Web: [https://www.khsova.cz/docs/01\\_aktuality/files/taborova\\_sezona\\_2016.pdf](https://www.khsova.cz/docs/01_aktuality/files/taborova_sezona_2016.pdf)
- Petrová, A., & Plevová, I. (2018). Vybrané kapitoly z vývojové psychologie. Ostrava: Ostravská univerzita, Pedagogická fakulta.
- Petrová, A., Plevová, I., Pugnerová, M., Šimíčková-Čížková, J., Binarová, I., & Holásková, K. (2008). Přehled vývojové psychologie (2. vyd.). Univerzita Palackého v Olomouci.
- Pitrová, L. (2014). Volnočasová pohybová aktivita dětí mladšího školního věku. Brno [cit. 2017-11-12]. Dostupné z: [https://is.muni.cz/auth/th/350432/pedf\\_m/Volnocasova\\_pohybova\\_aktivita\\_deti\\_mladsiho\\_skolního\\_veku\\_Lada\\_Pitrova.pdf](https://is.muni.cz/auth/th/350432/pedf_m/Volnocasova_pohybova_aktivita_deti_mladsiho_skolního_veku_Lada_Pitrova.pdf). Diplomová práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce doc. PaedDr. Vladislav Mužík, CSc.
- Polášek, P., Hanáček, V. (ed.) (2007). Hlavní vedoucí dětských táborů: studijní texty Komise cvičení a pobytu v přírodě: metodické rady ČASPV (speciální učební text). Česká asociace Sport pro všechny.
- Průcha, J. (2014). Andragogický výzkum (1. vyd.). Grada.
- Průcha, J., & Veteška, J. (2014). Andragogický slovník. 2., aktualizované a rozšířené vydání (1. elektronické vydání). Grada.
- Ptáček, R., & Kuželová, H. (2013). Vývojová psychologie pro sociální práci. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky.
- Rovný, M., & Zdeněk, D. (1982). Pohybové hry. SPN.
- Rubín, L., Mitáš, J., Dygrýn, J., Vorlíček, M., Nykodým, J., Řepka, E., ... & Frömel, K. (2018). Pohybová aktivita a tělesná zdatnost českých adolescentů v kontextu zastavěného prostředí. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.



- Sigmund, E., & Sigmundová, D. (2011). Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Smolanová, K. (2014) Letní dětský tábor jako významný prvek pobytu v přírodě [diplomová práce]. Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.
- Ševčík, L. (2014). Právní aspekty pořádání dětských táborů. Retrieved 24. 6. 2017 from the World Wide Web: <http://www.ctujm.cz/velkaplacka/velkaplacka2014lektori/2014pravo.pdf>
- Šimíčková-Čížková, J., Binarová, I., Holásková, K., Petrová, A., Plevová, I., & Pugnerová, M. (2010). Přehled vývojové psychologie. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Tabašková, A. (2022). Analýza názorů dětí na letní tábor v roce 2021 v obci Liptál Bílá [bakalářská práce]. Univerzita Palackého, Katedra sportu.
- Táborský, F. (2004). Sportovní hry. Grada.
- Teubnerová, M. (2018). Pohybové hry do místnosti pro žáky a studenty základních a středních škol, využitelné při pobytech v zimní a letní přírodě [bakalářská práce]. Univerzita Palackého, Katedra antropomotoriky a sportovního tréninku.
- Thorová, K. (2015). Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt (vyd. 1.). Portál.
- Trzaskalíková, D. (2021). Pohybová gramotnost a motivace k pohybové aktivitě u žáků na Základní škole Těrlicko [diplomová práce]. Univerzita Palackého, Katedra společenských věd v kinantropologii.
- Vágnerová, M. (1996). Vývojová psychologie. Karolinum.
- Valach, P., Frómel, K., Jakubec, L., Benešová, D., & Salcman, V. (2017). Pohybová aktivita a sportovní preference západočeských adolescentů. / Physical activity and sport preferences of West Bohemian adolescents. *Physical Culture / Telesna Kultura*, 40(1), 45–53.
- Valentová, L., & Vágnerová, M. (1992). Psychický vývoj dítěte a jeho variabilita (dotisk). Univerzita Karlova.
- Vašíčková, J. (2016). Pohybová gramotnost v České republice. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Vašina, L., Vyhliđková, J., Kynclová, A., Kuric, J., Rybárová, E., & Švancara, J. (1998). Ontogenetická psychologie (vyd. 1). Státní pedagogické nakladatelství.
- Vlčková, J., & Rozsypal, R. (2011). Analýza názorů na letní tábory vybraného vzorku dětí ve Valašském Meziříčí [rukopis].
- Vorlíček, M., Rubín, L., Dygrýn, J., & Mitáš, J. (2017). Pomáhá aktivní docházka/dojíždka českým adolescentům plnit zdravotní doporučení pro pohybovou aktivitu? / Does active

- commuting help Czech adolescents meet health recommendations for physical activity?  
*Physical Culture / Telesna Kultura*, 40(2), 112–116.
- Wiertsema, H., Sibbes, A., Bowman, C., & Marix Evans, A. (2002). 101 movement games for children: fun and learning with playful moving (1st ed.). Hunter House.
- Zapletal, M. (1969). Jak vést letní tábor. Mladá fronta.
- Zapletal, M. (1995). Velká encyklopedie her. Leprez.
- Zitová, E., Vyhnálková, P., & Opletalová, A. (2019). Zájem dětí o letní pobytové tábory [rukopis].
- Zykmund, O. (2016). Analýza pohybových her na základě intenzity vnitřního zatížení u žáků základní školy [diplomová práce]. Univerzita Palackého, Katedra antropomotoriky a sportovního tréninku.
- Žourková, A. (2020). Pohybové hry jako prostředek seznámení dětí s problematikou zdravotního postižení [diplomová práce]. Univerzita Palackého, Ústav speciálněpedagogických studií.

## 10 PŘÍLOHY

### 10.1 Vzor ankety

#### Anketa

Jak hodnotíš dnešní hru?



Bavila mě hrozně moc



Bavila mě



Něco mezi



Nebavila mě



Nebavila mě vůbec

## 10.2 Vzor informovaného souhlasu

### Informovaný souhlas

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se zásadami etické realizace výzkumu<sup>1</sup> Vás žádám o souhlas s účastí Vašich dětí ve výzkumu projektu v rámci mé bakalářské práce.

**Název projektu:** Realizace letního tábora pro děti

**Řešitel projektu:** Ondřej Janáč

**Název pracoviště:** Fakulta tělesné kultury UP – Univerzita Palackého v Olomouci

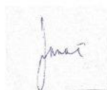
**Vedoucí práce:** Mgr. Jan Bělka Ph.D.

**Cíl výzkumu:** Cílem mého výzkumu bude dokumentace her na dětském letním táboře, K dokumentaci budu používat videozáznamy, fotky a anketu, která bude anonymní. Dokumentace tohoto výzkumu bude zavěšena na soukromém YouTube kanále, který budu využívat pouze pro realizaci mé bakalářské práce

#### **Prohlášení a souhlas účastníků s jejich zapojením do výzkumu:**

Prohlašuji a svým uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí mých dětí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl/a možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal/a jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byl/a jsem poučen/a o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat.

Podpis řešitele projektu:



<sup>1</sup>Všeobecnou deklaraci lidských práv, nařízením Evropského parlamentu a Rady (EU) č. 2016/679 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů a o zrušení směrnice 95/46/ES (obecné nařízení o ochraně osobních údajů) a dalšími obecně závaznými právními předpisy (jimiž jsou zejména Helsinská deklarace přijata 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964, ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013), zákon č. 372/2011v Sb., o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zákon o zdravotních službách), ve znění pozdějších předpisů, zejména ustanovení jeho § 28 odst. 1, a Úmluva na ochranu lidských práv a důstojnosti lidské bytosti v souvislosti s aplikací biologie a medicíny. Úmluva o lidských právech a biomedicíně publikované pod č. 96/2001 Sb. m. s., jsou-li aplikovatelné)

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s účastí mého syna..... nar..... ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem informován(a) o cíli studie, o jejích postupech. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že účast syna ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti osobních dat.
5. Porozuměl/a jsem tomu, že jméno mého syna se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis rodiče:

Datum: