



## **Bakalářská práce**

# **Příprava a realizace letního pobytového tábora s propojením formálního a neformálního vzdělávání pro děti mladšího i staršího školního věku**

*Studijní program:*

B7505 Vychovatelství

*Studijní obor:*

Pedagogika volného času

*Autor práce:*

**Sára Šulcová**

*Vedoucí práce:*

Mgr. Helena Picková, Ph.D.

Katedra pedagogiky a psychologie

Liberec 2023



## Zadání bakalářské práce

# Příprava a realizace letního pobytového tábora s propojením formálního a neformálního vzdělávání pro děti mladšího i staršího školního věku

<i>Jméno a příjmení:</i>	<b>Sára Šulcová</b>
<i>Osobní číslo:</i>	P20000436
<i>Studijní program:</i>	B7505 Vychovatelství
<i>Studijní obor:</i>	Pedagogika volného času
<i>Zadávající katedra:</i>	Katedra pedagogiky a psychologie
<i>Akademický rok:</i>	2021/2022

### Zásady pro vypracování:

Cíle: 1. Vytvořit týdenní program na letní pobytový tábor se všestranně zaměřeným vzdělávacím obsahem

2: Realizovat a reflektovat program s důrazem na propojení formálního a neformálního vzdělávání

Metody: Pozorování

Nestrukturované rozhovory

Anketa spokojenosti dětí v závěru letního pobytového tábora

Požadavky:

-nastudovat odbornou literaturu a metodické materiály k letnímu pobytovému táboru (LPT)

-vytvořit všestranně zaměřený program pro týdenní LPT se zaměřením na témata napříč vzdělávacích oblastí

-realizace LPT se sběrem dat (pozorování, rozhovory)

-reflexe proběhlých aktivit formou ankety

-na základě analýzy dat návrhy změn a inovací

*Rozsah grafických prací:*

*Rozsah pracovní zprávy:*

*Forma zpracování práce:*

tištěná/elektronická

*Jazyk práce:*

Čeština

### **Seznam odborné literatury:**

FRANC, D., ZOUNKOVÁ, D. MARTIN, A., 2007. Učení zážitkem a hrou. 1. vyd. Brno: Computer Press, a. s. ISBN 978-80-251-1701-9.

HARMACH, J., 2004. Tábory a jiné zotavovací akce: průvodce jejich přípravou. Praha: IDM MŠMT. ISBN 80-86033-93-7

HÁJEK, B. a J. PÁVKOVÁ, J. Pedagogika volného času. 1. vyd. Praha: Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-473-1

HOFBAUER, Břetislav. Děti, mládež a volný čas. Praha: Portál, 2004. 172 s. ISBN 80-7178-927-5.

VÁGNEROVÁ, Marie. 2012. Vývojová psychologie: dětství a dospívání. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. 531 s. ISBN 978-80-246-2153-1.

*Vedoucí práce:*

Mgr. Helena Picková, Ph.D.

Katedra pedagogiky a psychologie

*Datum zadání práce:*

29. dubna 2022

*Předpokládaný termín odevzdání:* 26. dubna 2023

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.  
děkan

L.S.

prof. PhDr. Tomáš Kasper, Ph.D.  
vedoucí katedry

## Prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Jsem si vědoma toho, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

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

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

Současně čestně prohlašuji, že text elektronické podoby práce vložený do IS/STAG se shoduje s textem tištěné podoby práce.

Beru na vědomí, že má bakalářská práce bude zveřejněna Technickou univerzitou v Liberci v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů.

Jsem si vědoma následků, které podle zákona o vysokých školách mohou vyplývat z porušení tohoto prohlášení.

24. dubna 2023

Sára Šulcová

## **PODĚKOVÁNÍ:**

Touto cestou bych velmi ráda poděkovala své vedoucí práce Mgr. Heleně Pickové, Ph.D., za možnost spolupráce s ní, za odborné rady, připomínky a ochotu, a také za vřelý přístup při vedení mé bakalářské práce.

Dále bych chtěla poděkovat svým rodičům a sestře za podporu v celém studiu a externistům DDM, kteří mi pomohli s realizací dětského letního pobytového tábora.

**Anotace**

Cílem bakalářské práce je vytvořit šestidenní program letního pobytového tábora se všestranně zaměřeným vzdělávacím obsahem, následně ho zrealizovat a zreflektovat s důrazem na propojení formálního a neformálního vzdělávání. Práce popisuje letní tábor z pohledu organizátora, vlastní přípravu tábora a přínosy pro jeho účastníky. Program tábora byl zrealizován a zhodnocen.

**Klíčová slova**

Letní tábor, tvorba programu, volný čas, organizace volného času, tábor pořádaný DDM, starší školní věk, mladší školní věk

**Annotation**

The aim of the bachelor's thesis is to create a six-day program for a summer residential camp with comprehensive educational content, then implement and reflect on it with an emphasis on the connection of formal and informal education. The thesis describes the summer camp from the organizer's point of view, the actual preparation of the camp and the benefits for its participants. The camp program was implemented and evaluated.

**Key words**

Summer camp, program creation, free time, organization of free time, camp organized by the Home for Children and Youth, older school age, younger school age

# OBSAH

OBSAH .....	8
ÚVOD .....	10
2 TEORETICKÁ ČÁST.....	11
2. 1 Volný čas.....	11
2. 1. 1 Definice volného času .....	11
2. 1. 2 Funkce volného času .....	12
2. 1. 3 Výchova ve volném čase a její funkce .....	13
2. 2 Letní tábor .....	14
2. 2. 1 Charakteristika letního tábora .....	14
2. 2. 2 Druhy táborů .....	15
2. 2. 2. 1 Letní pobytový tábor .....	16
2. 3 Vzdělávání .....	18
2. 3. 1 Formální vzdělávání .....	19
2. 3. 2 Neformální vzdělávání .....	19
2. 4 Mladší školní věk .....	20
2. 4. 1 Vstup do školy.....	20
2. 4. 2 Charakteristika mladšího školního věku .....	21
2. 5 Dospívání .....	23
2. 5. 1 Charakteristika dospívání .....	23
2. 5. 2 Raná adolescence .....	23
2. 5. 3 Pozdní adolescence .....	24
3 PRAKTICKÁ ČÁST.....	26
3. 1 DDM a jeho funkce.....	27
3. 2 Popis areálu a okolí konání tábora .....	28
3. 3 Ubytování .....	29
3. 4 Ustanovení.....	30
3. 5 Příprava a plán tábora.....	31
3. 6 Informace důležité pro účetní .....	33
3. 7 Informace pro organizátory tábora .....	34
3. 8 Finální zarámování tábora.....	35
3. 9 Dokumenty a formuláře potřebné pro rodiče .....	37
3. 10 Seznam věcí a režim tábora Pecka 2022 .....	41
3. 11 Režim tábora .....	42
3. 12 Stanovení cílů.....	43



3. 13 Realizace – Pobytový tábor Pecka.....	45
3. 14 Vyhodnocení cílů.....	65
3. 15 Reflexe od dětí.....	66
3. 16 Zpětná vazba od rodičů.....	66
ZÁVĚR.....	67
POUŽITÁ LITERATURA:.....	70

# ÚVOD

Díky mé matce, která pracovala jako vedoucí DDM, jsem měla možnost podílet se na realizaci letních pobytových táborů, pomáhat s jejich průběhem. Na těchto táborech jsem pracovala jako instruktorka a časem i jako oddílová vedoucí. Proto jsem přišla s nápadem zorganizovat „Rodinný tábor“, který vzešel z vlastní zkušenosti, kdy na mě má mladší sestra byla fixovaná a noclehy mimo domov se mnou snášela lépe. Rodiče byli nadšení a na tábor se přihlásilo mnoho dětí v sourozeneckém nebo jiném příbuzenském vztahu. Tento tábor byl určen pro děti nejen školního, ale i předškolního věku, a díky němu si mladší děti mohly vyzkoušet být po celý den i noc bez rodičů. Ti byli klidnější, že se starší sourozenec postará o mladšího, který díky tomu bude mít pocit bezpečí, a že jejich děti budou mít v sobě navzájem oporu. Takto koncipovaný tábor jsem si vybrala jako téma pro bakalářskou práci.

Cílem této práce je vytvořit šesti denní program na letní pobytový tábor s všestranně zaměřeným vzdělávacím obsahem, následně ho zrealizovat a zreflektovat s důrazem na propojení formálního a neformálního vzdělávání.

Bakalářská práce se skládá ze dvou částí, a to zčásti teoretické a praktické, přičemž teoretická část je rozdělena do pěti kapitol. V první kapitole jsou definovány pojmy volný čas, funkce volného času a výchova ve volném čase. Druhá kapitola je věnována táborům, jejich přípravě a realizaci. Ve třetí kapitole je vysvětlen rozdíl mezi formálním a neformálním vzděláváním. Obsahem čtvrté a páté kapitoly je vývojová psychologie, konkrétně období mladšího školního věku a období dospívání, jelikož tyto dvě věkové kategorie dětí jsou účastníky tábora, jehož přípravou a realizací se zabývá praktická část práce.

Praktická část se zabývá samotnou realizací tábora, představuje neziskovou organizaci DDM a její funkce a seznamuje s areálem, kde byl tábor zrealizován. Je zde popsána příprava tábora a jeho plán, jsou zde také potřebné dokumenty a formuláře, které museli vyplnit zákonní zástupci dětí. Dále je zde seznam věcí, které děti měly mít s sebou a během tábora je potřebovaly, a režim tábora. Nechybí tu také důležité vymezení cílů, které byly splněny.

## 2 TEORETICKÁ ČÁST

### 2. 1 Volný čas

Kapitola zabývající se volným časem je v úvodu teoretické části bakalářské práce proto, že letní pobytové tábory probíhají v období velkých prázdnin, kdy mají děti výrazně méně povinností, a tedy více volného času. Tento je pak často vyplňován tábory, pobytovými i příměstskými.

#### 2. 1. 1 Definice volného času

Definovat pojem volný čas se na první pohled může zdát velmi jednoduché, protože toto slovní spojení lidé používají naprosto běžně, ale i mezi autory jsou drobné rozdíly v jeho chápání. Podle Jiřiny Pávkové (2014, s. 11) však lze stanovit jako hlavní znaky volného času to, že jde o dobu, kdy si člověk svobodně volí svou činnost a ta mu přináší příjemné pocity. Do těchto činností spadá jak rekreace a odpočinek, tak i obnova sil či osobnostní rozvoj. Erika Novotná (2017, s. 107) k tomu dodává, že pro vymezení pojmu volný čas je potřeba jeho oddělení od sféry povinností, protože je možné jej chápat jako opak doby nutné práce a povinností. Zařazuje do něj činnosti rekreační, odpočinkové a seberozvojové, ale i zájmové a časové ztráty související s těmito činnostmi. S rozlišením pracovního a volného času souhlasí i Igor Kominarec (2004, s. 19), avšak uvádí, že reálně jej nelze provést a je nutné obě tyto sféry zkoumat ve vzájemném propojení. Existující definice volného času pak rozděluje na jeho negativní a pozitivní chápání, přičemž v negativním je volný čas zbytkovým časem po vykonání všech pracovních/studijních, sociálních povinností a biologických potřeb. Pozitivní chápání volného času jej vidí jako čas svobody, se kterým člověk volně nakládá. Jako nejvýstižnější se jeví definice Břetislava Hofbauera (2004, s. 13), který volný čas popisuje jako čas, který je naplněný činnostmi, do nichž člověk vstupuje s očekáváním, na základě svého svobodného rozhodnutí a tyto aktivity mu přináší pozitivní zážitky a uspokojení. Uvádí ale také, že někdy je brán volný čas jako čas zbytkový, tedy ten, který zůstane po vykonání všech pracovních i nepracovních povinností, což odpovídá výše zmíněnému popisu Kominarece. Novotná (2017, s. 105-106) ještě dodává, že je rozdíl mezi volným časem dospělých a volným časem dětí a mládeže, přičemž druhý jmenovaný je žádoucí pedagogicky ovlivňovat. Důvodem je jeho narůstající množství, které ale neznamená zvyšující se kvalitu, což může mít negativní následky. Proto je někdy volný čas u dětí a mládeže brán jako rizikový faktor. Stále ale platí,

že aktivity v tomto čase musí být dobrovolné a aby byly pro děti lákavé, musí být kreativní, pestré, atraktivní a jejich vedení musí být nenásilné.

Někdy se objevují názory, že to, jak děti tráví svůj volný čas (kterého mají poměrně hodně), je starostí rodiny. Je však nereálné, aby rodina zvládla zabezpečit výchovu ve volném čase pouze sama, nemá na to čas, materiální prostředky, odbornou kvalifikaci a ani nemůže uspokojit touhu dětí po kontaktu s vrstevníky. Míra ovlivňování volného času samozřejmě záleží na věku dětí, ale vzhledem k tomu, že tato práce je zaměřena na děti školního věku, je zřejmé, že pouze v rodinném kruhu jejich volný čas trávit nemohou. A samozřejmě je i v zájmu celé společnosti, aby děti a mládež trávily svůj volný čas kvalitně, což funguje jako prevence škodlivých negativních jevů. Jak uvádí Pávková (2002, s. 14), zkušenosti ukazují, že je to také výrazně levnější než náprava chyb a převýchova.

Někdy mohou nastat situace, kdy dítě či dospívající nijak trávit svůj volný čas nechce nebo nemůže. První případ by byl u dospělých workoholismus, ale u věkové skupiny, jíž se bakalářská práce týká, jde o stav, kdy jsou jedinci příliš zaměřeni na školní výsledky a přípravu na budoucí povolání. Takové dítě či dospívající tráví svůj veškerý volný čas učením, a to mnohdy i nad rámec školních povinností. Druhý případ Hofbauer (2004, s. 34–36) přisuzuje sociálnímu vylučování (xenofobii, netoleranci a rasismu), nutnosti brzkého nástupu do pracovního procesu a finanční náročnosti kvalitního využití volného času. Publikace je však z roku 2004 a v současné době je situace v tomto ohledu příznivější. Například existují organizace, které pomáhají s placením zájmových kroužků či letních táborů dětem z ekonomicky a sociálně znevýhodněných rodin.

## *2. 1. 2 Funkce volného času*

Vývoj pojetí funkcí volného času se v průběhu času mění, ačkoliv základ, ze kterého autoři vycházejí, je stále stejný. Například Kominarec (2004, s. 19) ve své publikaci uvádí dělení funkcí podle Kratochvílové, a to na zdravotně hygienickou (regenerace psychických a fyzických sil a zdraví člověka), formativně výchovnou (výchovně vzdělávací proces utváření osobnosti), seberealizační (uspokojování individuálních potřeb), socializační a preventivní (prevence vzniku sociálně patologických jevů). Hofbauer (2004, s. 14-15) ve zkoumání proměn tohoto pojetí jde mnohem dál a prezentuje například koncepci předválečného autora Michela Damaye (1939), který vymezil biologickou, sociální, pedagogickou a politickou dimenzi volného času. Dále uvádí přístup soudobého autora Rogera Sue (1993), který funkce volného času dělí na psychosociologickou (uvolnění, zábava, rozvoj), terapeutickou (zdravotní hledisko,

prevence chorob, zdravý životní styl), sociální (socializace) a ekonomickou (pozitivní vliv na uplatnění jedince v profesní činnosti, výdaje na volnočasové aktivity). Zde je třeba uvést, že zmíněná ekonomická funkce je novinkou, protože v dřívějších koncepcích byl brán volný čas jako promarněný a neproduktivní, přičemž tady je doceněn jeho hospodářský význam. V českých oficiálních dokumentech jsou jako funkce volného času uváděny relaxace, regenerace, kompenzace, sociální prevence a výchova (MŠMT in Hofbauer 2004, s. 15).

### 2. 1. 3 *Výchova ve volném čase a její funkce*

Jak již bylo uvedeno výše, je žádoucí, aby volný čas dětí a mládeže byl pedagogicky ovlivňován, aby se předešlo jeho možným negativním dopadům. Podle Novotné (2017, s. 105-106) má z pedagogického hlediska dvě úlohy, a to výchovu ve volném čase a výchovu k volnému času. Výchova ve volném čase je jeho bezprostředním naplňováním smysluplnými aktivitami, a to jak rekreačními, tak výchovně vzdělávacími, a výchova k volnému času jedince seznamuje s možnostmi zájmových aktivit, pomáhá mu se v nich zorientovat a najít oblast zájmové činnosti, která mu bude nejvíce vyhovovat a dodá mu pocit uspokojení a umožní mu se realizovat. Snaha pedagogicky ovlivňovat volný čas dětí a mládeže vedla k rozvoji celé této oblasti a její vlastní terminologie, užívány byly pojmy jako výchova mimotřídní, následně mimoškolní a od šedesátých let termín výchova mimo vyučování, který byl věcně správnější, avšak také ještě nevyjadřoval vztah k volnému času jako takovému. Ten zohledňovala až pedagogika volného času, která dlouhou dobu koexistovala s dříve zmíněnou výchovou mimo vyučování. V současné době se nejvíce používá označení výchovné zhodnocování volného času, které zahrnuje výchovu ve volném čase, výchovu prostřednictvím aktivit ve volném čase a výchovu k volnému času, přičemž pedagogika volného času má tyto oblasti analyzovat a dále rozvíjet, vnášet do nich nové iniciativy (Hofbauer, 2004, s. 16-18).

Mezi základní funkce výchovy ve volném čase řadí Pávková (2014, s. 14-15) výchovně-vzdělávací, zdravotní, sociální a preventivní funkce. „*Výchovně-vzdělávací funkce spočívá v záměrném a cílevědomém ovlivňování osobnosti vychovávaných jedinců. Podmínky volného času dávají možnost působení na psychickou, fyzickou i sociální stránku osobnosti, rozvíjení rozumových schopností, emocí i volných vlastností. Podmínkou úspěšného plnění výchovně-vzdělávací funkce je volba takových pedagogických prostředků, které respektují zvláštnosti výchovy ve volném čase. Výchova ve volném čase dává zejména prostor pro uspokojování a kultivaci potřeb (např. potřeba seberealizace, sociálních vztahů), pro uspokojování, usměrňování, rozšiřování a prohlubování zájmů a pro objevování a rozvíjení specifických*

*schopností. V rámci zájmových skupin probíhá nenásilné sociální učení, účastníci si osvojují vědomosti a dovednosti žádoucí pro život mezi lidmi. Utváří se také vztah k celoživotnímu vzdělávání jako přirozené součásti lidského života.“ (Pávková, 2014, s. 14-15)*

Sociální funkce bývá chápána různě, někdy je (zejména rodiči) zúžena pouze na dohled nad dětmi v čase, kdy nejsou s rodinou, avšak spadá sem i navazování sociálních vztahů, přátelství, budování si pozice v rámci skupiny či kontakt s autoritami mimo rodinné prostředí. Děti se tu také zdokonalují v sociální komunikaci, percepce a sociální učení zde probíhá nenásilnou přirozenou formou. Zařízení, ve kterých děti tráví volný čas, mají rovněž do určité míry možnost vyrovnávat nerovné podmínky rodinného prostředí.

Zdravotní funkce vyjadřuje fakt, že veškeré aktivity realizované ve volném čase směřují ke zdravému tělesnému, psychickému a sociálnímu vývoji jedinců, s čímž úzce souvisí funkce preventivní, která spočívá v předcházení všem negativním jevům. Jak je z názvu evidentní, vhodně zvolené aktivity v rámci volného času mohou sloužit jako nespecifická primární prevence.

Propojeny jsou ale nejen zdravotní a preventivní funkce, v praxi se prolínají funkce všechny, liší se pouze míra, ve které jsou v jednotlivých zařízeních, organizacích a institucích realizovány. K tomuto tématu ještě Pávková (2014, s. 15-17) dodává, že pojetí a význam všech funkcí se měnily v průběhu času, v počátcích byla jako nejvýznamnější funkce brána funkce sociální, v dnešní době je za nejdůležitější považována funkce výchovně-vzdělávací.

## **2. 2 Letní tábor**

Kapitola zabývající se letními tábory je v teoretické části zařazena proto, že jsou hlavním tématem celé bakalářské práce, jejíž praktická část je věnována realizaci jednoho pobytového. Proto je značná část této podkapitoly věnována konkrétně letnímu pobytovému táboru a požadavkům na jeho pořádání.

### *2. 2. 1 Charakteristika letního tábora*

*„Tábor lze nahradit slovy zotavovací akce pro děti a mládež a pro naše účely se považují za tábory pobytové akce v délce min. 7 dní, max. 21 dní. Může se mezi ně počítat i soustředění např. sportovních oddílů, hudebních, divadelních souborů apod. Samozřejmě mezi ně patří i mezinárodní tábor.“ (MŠMT, 2015)* V dnešní době existují také tábory příměstské, které probíhají v čase standardní pracovní doby a dítě na něj dochází jako do školy a družiny

či mateřské školy. Zaměstnaní rodiče (zejména děti mladšího školního věku) tuto formu volnočasových aktivit během letních prázdnin vítají, protože nemají možnost čerpání tak dlouhé dovolené.

Samotná realizace táborů, zejména těch pobytových, vyžaduje velké množství příprav, a to z hlediska personálního a materiálního zabezpečení, ubytovacích a hygienických podmínek, způsobu zajištění stravování, vymyšlení adekvátního programu atd. Pořadatelé táborů musí samozřejmě dodržovat platné zákony a předpisy, které se takových akcí týkají, a MŠMT toto kontroluje, avšak týká se to pouze těch táborů, které jsou ministerstvem finančně podporovány. Na příspěvky mají nárok organizace, které se věnují dětem a mládeži celý rok a tábor je vyvrcholením jejich celoroční práce, naopak organizace, které pobytové akce pořádají výhradně a převážně komerční formou, na finanční podporu MŠMT nárok nemají (MŠMT, 2022a).

Nabídka táborů je v České republice velmi široká a pestrá a nemusí být snadné si nějaký vybrat, proto MŠMT zveřejnilo kritéria, podle kterých lze poznat ten kvalitní. Rodič by si měl zjistit, co vše je zahrnuto v ceně tábora (u správného by v ní měly být veškeré výdaje související s programem a průběhem tábora), zda jsou v místě konání dodrženy hygienické předpisy dle platné vyhlášky, jestli zdravotník, který bude na táboře po dobu jeho konání, vyžaduje odevzdání prohlášení o bezinfekčnosti, jaký bude způsob stravování a zajištění pitného režimu, zda jsou vedoucí adekvátně kvalifikovaní a jaký bude program. Bezpečnost tábora je pak naprostou samozřejmostí, tento musí být nahlášen na hygieně, ve zdravotnickém zařízení i na obecním úřadě, vedoucí by měli být proškolení ohledně BOZP (MŠMT, 2022b).

Jedním z nejdůležitějších faktorů tábora jsou zážitky jeho účastníků, protože jsou pro děti jedním ze základních kamenů, na kterých staví pozdější vědomosti, dovednosti a schopnosti, a to ať ve škole nebo celkově v životě. Na táborech mají děti možnost zažít něco nového a dosud nepoznaného, stávají se účastníky dění a svou jedinečností a zvědavostí přispívají k průběhu a atmosféře akce. A na takových poznacích je potřeba stavět táborový program (Novotná, 2017, s. 81).

## *2. 2. 2 Druhy táborů*

Jak bylo zmíněno výše, tábory lze rozdělit na pobytové a příměstské. Pobytový lze dle definice MŠMT popsat jako organizovaný pobyt většího množství účastníků trvající alespoň jeden týden a bývá většinou pořádán středisky volného času, ale i cestovními agenturami nebo jinými organizacemi. Naopak tábory příměstské jsou bez přespávání účastníků v místě

konání a probíhají denně v určitém čase, zpravidla od 8 hodin ráno do 16 hodin odpoledne, přičemž lze tuto dobu individuálně po dohodě s organizátorem pozměnit. Tento typ tábora je využíván zejména dětmi mladšího školního věku, které nemohou být samy doma, když jsou rodiče v práci, ale na dlouhodobé odloučení od blízkých se necítí.

Dále lze rozlišit tábory letní, zimní, podzimní či jarní, podle toho, v době kterých prázdnin se konají. Nejčastější jsou samozřejmě tábory letní, protože tyto prázdniny jsou nejdelší a děti mají velké množství volného času, který velmi výrazně převyšuje množství dovolené, kterou si mohou jejich rodiče v práci vybrat. Časté jsou ale i tábory zimní, které jsou zpravidla organizovány jako pobyty na horách s výukou lyžování. Během podzimních prázdnin kvůli jejich délce většinou probíhají pouze tábory příměstské.

Dalším možným kritériem dělení je typ ubytování účastníků, mohou spát ve stanech, stanech s podsadou, chatkách, v centrální budově, či může být i tábor putovní nebo vodácký. „*Střediska organizují i tábory pro rodiče s dětmi, tábory pro děti s postižením společně s dětmi zdravými, tábory pro děti z rozmanitého sociokulturního prostředí apod. Tábory mohou mít zaměření všeobecné či s programem zaměřeným na určitou zájmovou oblast.*“ (Pávková, 2014, s. 40) Samostatnou kategorií táborů jsou ty zdravotně-rekreační, které jsou určeny pro děti a mládež se zdravotními obtížemi, ať už ve formě postižení, či závažného onemocnění (Novotná, 2017, s. 82).

### 2. 2. 2. 1 Letní pobytový tábor

Letní pobytové tábory mají ve světě již dlouholetou tradici a o jejich největší rozmach se zasloužil Skaut. První skautský tábor na světě pořádal v roce 1907 Robert Baden-Powell na anglickém ostrově Brownsea pro 20 chlapců, kteří byli rozděleni do skupinek po pěti a pracovali v přírodě podle příručky pro průzkumníky. V rámci České republiky, resp. Československa, proběhl první skautský tábor v roce 1912, pořádal jej zakladatel českého skautingu A. B. Svojsík a byl stále ještě pouze pro chlapce. První dívčí skautský tábor se konal v roce 1915 (Junák – Český Skaut, z. s., 2023).

Letní tábor bývá vyvrcholením celoroční činnosti dětských zájmových organizací nebo jen příležitostí k získání nových zkušeností, prožití dobrodružství a získání nových přátel, nikdy by ale neměl být pouze místem k odložení dětí během prázdnin, když rodiče chodí do práce. Správný tábor tak znamená opravdu dlouhé hodiny a dny příprav a plánování, protože nestačí splnit zákonem dané požadavky na realizování pobytové akce, ale také promyslet výchovně vzdělávací cíle a program tak, aby byl pro účastníky tábora co největším přínosem. Výčet toho,



co musí pořadatel splnit, než může uskutečnit jakoukoliv zotavovací akci, je uveden v zákoně č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a vyhláškách ministerstva zdravotnictví č. 148/2004 Sb., která upravuje vyhlášku o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, a č. 602/2006 Sb., která upravuje vyhlášku o hygienických požadavcích na stravovací služby.

Majitel místa, kde bude pobytová akce probíhat, je provozovatel a pořadatel je tím, kdo danou akci realizuje, přičemž oba subjekty mohou být jak právnickou, tak i fyzickou osobou. Pořadatel musí splnit požadavky na něj kladené a zároveň musí zkontrolovat, že byly splněny požadavky, které jsou v kompetenci provozovatele.

**„Provozovatel musí zajistit:**

- *hygienicky nezávadný stav zařízení pro zotavovací akci dle zákona č. 471/2005 Sb. o ochraně veřejného zdraví*
- *provozní řád budovy, tábořiště a seznámit s ním pořadající osobu a vyvěsit ho na viditelném místě*
- *evakuační plán, požární a poplachové směrnice a seznámit s ním pořadající osobu a vyvěsit ho na viditelném místě*
- *rozbor vody v případě vlastní studny*
- *nakládání s odpady*

**Pořadající osoba musí zajistit:**

- *jeden měsíc před zahájením tábora ohlášení orgánu veřejného zdraví:*

- *termín a místo konání*
- *počet dětí zúčastněných na zotavovací akci*
- *způsob jejího zabezpečení pitnou vodou*
- *způsob zajištění stravování účastníků*

*Součástí ohlášení je předložení výsledku rozboru vody ne staršího než tři měsíce, pokud zdrojem není veřejný vodovod. U putovních táborů oznámit hygienikovi konání v místě, kde tábor začíná:*

- *proškolení pověřených osob jednotlivých běhů a písemný záznam o proškolení*
- *uzavření pracovních smluv s jednotlivými pracovníky*
- *zajistit zdravotníka*
- *praktického lékaře, který bude poskytovat zdravotní péči v místě konání akce (výjimkou jsou putovní tábory)*

- *provozní dokumentaci tábořiště nebo zařízení, nebo informaci o jejím uložení*
- *oznámit konání zotavovací akce příslušným úřadům, hasičům, policii, majiteli lesa a dalším dle místních podmínek (pokud to neučinil provozovatel)*
- *aby byl uložen po dobu 6 měsíců od ukončení akce – zdravotnický deník, seznam účastníků, písemné prohlášení zákonného zástupce dítěte a výpisy z posudků o zdravotní způsobilosti dětí a fyzických osob činných na zotavovací akci, včetně písemného záznamu o jejich proškolení*
- *zajistit vybavení lékárničky pro děti, případně velké zdravotní tašky pro putovní tábor.* “ (Burda, 2008, s. 7–8)

Jak bylo již zmíněno výše, správný tábor má nějakým způsobem jeho účastníky obohatit a k tomu je potřeba adekvátně naplánovat program. Základem pro sestavení takového programu je stanovení správných cílů, které lze formulovat podle různých hledisek, například podle věku nebo složky osobnosti, na kterou se chce pořadatel tábora zaměřit, a také na základě znalosti podmínek, ve kterých bude tábor probíhat. Tento aspekt je u táborů trochu náročnější než u jiných forem výchovy ve volném čase, protože věková skupina účastníků je heterogenní (značná odlišnost vnitřních podmínek) a vnější podmínky jako jsou prostory či materiální vybavení jsou omezené, často proměnlivé (Pávková, 2014, s. 19). K dosažení stanovených cílů je klíčové zvolit správné výchovné metody a prostředky.

## **2. 3 Vzdělávání**

Kapitola o vzdělávání, jak formálním, tak neformálním, je zde zařazena proto, že v rámci praktické části bakalářské práce je při přípravě a realizaci letního pobytového tábora snaha o propojení obou typů. K tomuto je třeba jasné vysvětlení terminologie, k čemuž slouží následující podkapitoly. Jak uvádí Hofbauer (2004, s. 20), obě formy výchovy mají stejné cíle (rozvoj osobnosti, sociální integrace, výchova k aktivnímu občanství) a rozvíjejí jak intelektuální, tak i praktické a sociální kompetence jedince. Oba přístupy odrážejí realitu a liší se pouze zorným úhlem, kterým na ni nahlízejí, tedy mají oba své opodstatnění.

### 2. 3. 1 Formální vzdělávání

Formální vzdělávání je takové, které probíhá ve vzdělávacích institucích, tedy školách, „jejichž funkce, cíle, obsah, prostředky a způsoby hodnocení jsou definovány a legislativně vymezeny. Reflektuje politické, ekonomické, sociální a kulturní potřeby společnosti a vzdělávací tradici. Probíhá ve stanoveném čase a formách.“ (Průcha, Walterová, Mareš, 2013. s. 79) Je systematické a strukturované, probíhá na všech školách od základních až po univerzity, a tedy vede k dosažení určitého stupně vzdělání, a je vždy ukončeno nějakým certifikátem, například vysvědčením nebo diplomem. Do formálního vzdělávání patří také studium dálkové (na SŠ i VŠ) i distanční.

### 2. 3. 2 Neformální vzdělávání

Neformální vzdělávání je „Organizované vzdělávání, realizované mimo formální vzdělávací systém. Poskytuje vzdělání pro dospělé a mládež s různým obsahovým zaměřením a s různými nároky na učení vzdělávajících se subjektů.“ (Průcha, Walterová, Mareš, 2013. s. 170) Jedná se o záměrný rozvoj životních zkušeností, dovedností a schopností, a to dobrovolný. Organizují jej různé instituce a spadají do něj například jazykové kurzy, rekvalifikační výcviky, kurzy počítačové gramotnosti nebo různé kurzy profesní, u dětí a mládeže jsou pak nejčastějšími organizátory neformálního vzdělávání střediska volného času, různé neziskové organizace, kluby nebo sdružení dětí a mládeže.

V širším pohledu je do neformálního vzdělávání zahrnováno i vzdělávání zájmové, přičemž činnost školských zařízení, která ho zajišťují, je upravena školským zákonem. Tato zařízení jsou ale službami, které poskytují, blízká principům neformálního vzdělávání, z čehož plyne, že zájmové vzdělávání lze zařadit jak do formálního školského systému, tak (díky jeho metodám) do neformálního vzdělávání (Havlíčková, Žárská, 2012, s. 6).

Neformální vzdělávání je považováno za jeden ze způsobů rozvoje demokratické společnosti, který dává jedinci příležitost rozvíjet vlastní zvědavost, získávat nové zkušenosti, ale také přebírat odpovědnost za své chování, což vede k rozšiřování jeho osobních i sociálních kompetencí. V jeho rámci se také děti a mládež učí spolupráci, angažovanosti, solidaritě, toleranci, ale i schopnosti kritického myšlení a intelektuální nezávislosti (Hofbauer, 2004, s. 20).

Základními znaky neformálního vzdělávání jsou dobrovolnost, již zmíněná výše, stanovený záměr i cíle, a to na základě potřeb účastníků, vědomé a holistické učení (důraz

kladen na člověka jako celek, na jeho myšlenky, pocity, emoce i tělo), dále pak partnerský vztah mezi účastníky a organizátory, oceňování chyb, které jsou brány jako možnosti k dalšímu rozvoji, role skupiny (jednotliví členové jsou zdroji zkušeností a nových dovedností či postojů) a odpovědnost za výsledky učení (účastník si určí, čeho chce dosáhnout a tím za výsledek částečně přebírá odpovědnost). (Novosádová, Příšovská, 2019, s. 5)

## 2. 4 Mladší školní věk

S ohledem na věkovou skupinu účastníků tábora realizovaného v praktické části je zde třeba popsat specifika mladšího školního věku, na která by měl brát zřetel každý lektor i pedagog volného času při plánování letního pobytového tábora.

### 2. 4. 1 Vstup do školy

Jedinečnou zvláštností období mladšího školního věku je přechod dítěte z preprimárního do primárního vzdělávání, jde totiž o důležitý sociální milník. Když dítě dosáhne věku šesti let, je pozváno k zápisu do první třídy, jeho nová role školáka tedy není výběrová, ale získává se automaticky. Podmínkou k jejímu zisku je pouze věk a takzvaná školní zralost. Tou je myšlena zejména určitá úroveň zralosti centrální nervové soustavy, **„která se projevuje změnou celkové reaktivity dítěte, zvýšenou odolností k zátěži a schopností koncentrace pozornosti. Zrání ovlivňuje i rozvoj motoriky a senzomotorické koordinace, zrakového a sluchového vnímání. Školní úspěšnost závisí i na rozvoji poznávacích schopností, které ovlivňuje zrání i učení. Podmínkou přijatelné adaptace na školu je rovněž dosažení určité úrovně autoregulace.“** (Vágnerová, 1999, s. 105) Petrová a Plevová (2018, s. 48) charakterizují školní zralost jako celkovou připravenost na školní docházku a úspěšné zvládnutí školních požadavků, a to jak na úrovni tělesných, tak i duševních schopností a dovedností dítěte. Vágnerová (1999, s. 109) od školní zralosti odlišuje pojem školní připravenost, která se vyznačuje dosažením dostatečné socializační úrovně, také úrovně komunikace a schopností dítěte přijímat určité role a respektovat běžné normy chování. Školní připravenost nejvíce ovlivňuje rodina a průběh socializace v ní, dítě odtud přejímá normy a hodnoty a je výrazně ovlivněno postojem ke vzdělávání, který v rodině panuje.

Je běžné, že některé děti se školnímu režimu přizpůsobují hůře a déle, a to jak přímo ve škole (neschopnost udržet pozornost, hrají si, nevydrží v klidu na místě, hůře se začleňují

do kolektivu, atd) nebo i doma (neochota ráno vstávat či odpoledne dělat úkoly, děti jsou unavené, podrážděné, může je bolet hlava nebo se objeví častější nemoci). Tyto problémy většinou během prvních týdnů vymizí, ale někdy se mohou stupňovat a negativně tak ovlivnit nejen první školní rok, ale celkový vztah ke škole a vzdělávání (Petrová, Plevová, 2018, s. 47-48).

Nástupem do školy dítě vstupuje do dalšího socializačního prostředí, naprosto odlišného od rodiny. Normy platné ve škole se mohou lišit od těch v rodině a vždy mají obecnější charakter, lze je tedy lépe aplikovat na celou společnost. Pokud tedy dítě zvládne požadavky školy, má vytvořeny předpoklady pro zvládnutí dalších životních rolí v rámci společnosti. Dalším rozdílem mezi rodinou a školou je, že dobré hodnocení není bezpodmínečné, ale jedinec pro něj musí vynaložit určité úsilí (Vágnerová, 2004, s. 279).

#### *2. 4. 2 Charakteristika mladšího školního věku*

Začátek mladšího školního věku je dán nástupem do školy, odpovídá tedy věku 6 až 7 let, a konec je charakterizován jako nástup puberty, což odpovídá věku 10 až 11 let. Psychoanalýza toto období nazývá obdobím latence, kdy předchází etapa psychosexuálního vývoje je ukončena a pudová energie je v klidu až do nástupu již zmíněné puberty.

Tělesný vývoj je na počátku tohoto období ještě zrychlený a zpomaluje až kolem osmého roku věku, mezi dětmi jsou ale velké individuální rozdíly, a to i s ohledem na pohlaví. Dochází zde ke zvýšení odolnosti organismu, zvětšuje se objem srdce, hmotnost mozku, zdokonaluje se fungování nervové soustavy i činnost svalů a pohyblivost kloubů. Motorický vývoj se zklidňuje, pohyby jsou v porovnání s předškolním věkem úspornější, účelnější a koordinovanější, zlepšuje se jak hrubá, tak i jemná motorika a dochází ke zpřesnění vizuomotorické koordinace. Děti v tomto věku mají ještě stále výraznou radost z pohybu a při psychické zátěži je tedy vhodné jej použít pro uvolnění napětí a návrat do duševní rovnováhy (Šimíčková-Čížková, 2005, s. 94).

Zvýšená aktivita probíhá v oblasti poznání, školní dítě se chce všeho účastnit a vše samo pochopit, nestačí mu pouze pasivně přijímat informace. Je v tomto ohledu velmi zvědavé, pozorné, vytrvalé a soustavné. Probíhá zde tedy proces intelektualizace poznávacích procesů, psychická činnost je záměrná a uvědomělá. Fantazie a snění jsou na ústupu, orientace přechází na realitu (Novotná, 2012, s. 50). Představitost ztrácí spontaneitu (typickou pro předškolní věk) a fantazie je potlačována každodenní realitou, ale k fantazijnímu světu plnému představ se děti

rády vrací ve hrách či četbě. Důležitým znakem tohoto období je „*přechod od bezděčného vzniku představ ke schopnosti záměrně vyvolávat potřebné představy. Schopnost operovat s představami předchází schopnosti operovat s pojmy.*“ (Šimíčková-Čížková, 2005, s. 95) Mladší školní věk je obdobím intenzivního zdokonalování paměti, ale také řečových schopností a dovedností. Slovní zásoba se zvětšuje a zároveň s ní se zlepšuje i myšlení, schopnost chápat významy a souvislosti. O kvalitě a rozvoji všech poznávacích procesů školáka, a tedy i o jeho úspěšnosti či neúspěšnosti v učení, z velké míry rozhoduje pozornost. Na počátku školní docházky je schopnost dětí udržet pozornost velmi omezená, je proto nutné častěji střídát činnosti a zařadit i aktivity oddechové, relaxační. Záměrné udržování pozornosti je totiž pro žáky vyčerpávající (Šimíčková-Čížková, 2005, s. 95).

Pro školní úspěšnost a adaptaci na nové prostředí je podstatná také emocionální vyrovnanost a sociální obratnost. Rozvíjí se zde například schopnost emočního porozumění, vcítění se do druhého, avšak mezi dětmi jsou v této oblasti podstatné rozdíly v závislosti na uspokojování citových potřeb v raném dětství. Dále v tomto období přetrvává citová ovlivnitelnost, hodnotová orientace je zpočátku ještě labilní a závislá na autoritě, sociální normy morálního jednání se začínají stabilizovat. V oblasti sebepojetí velkou roli hraje školní úspěšnost, respektive její subjektivní pocit. Dlouhodobější neúspěch může ohrozit hodnotu vlastního já, protože dítě nemůže z této situace odejít (přestat chodit do školy). Musí se s ní tedy vyrovnat, v čemž hraje roli nejen temperament dítěte a jeho potřeba úspěchu, ale také přístup rodičů k jeho výkonům, jejich podpora a samozřejmě také jejich potřeba úspěšnosti dítěte (Šimíčková-Čížková, 2005, s. 97-98).

V oblasti citů a vztahů žák přechází od orientace na sebe k orientaci na kolektiv, navazuje vrstevnické kamarádké vztahy a s tím je spojen i objevující se pocit sounáležitosti a společné odpovědnosti. „*City se stávají stálejší a trvalejší. Diferencují se a vznikají nové citové kvality, zvláště tzv. vyšší city (estetické, morální apod.). Emoce a city jsou však jednoduché a mělké. Zdokonaluje se sebeovládání a regulace citových reakcí. Převažuje radostná nálada a optimismus.*“ (Novotná, 2012, s. 51)

## 2. 5 Dospívání

Vzhledem k tomu, že do věkové skupiny účastníků tábora, jehož přípravou a realizací se zabývá praktická část, spadá i období dospívání, je třeba blíže specifikovat i tuto etapu lidského života.

### 2. 5. 1 Charakteristika dospívání

Dělení období dospívání se v literatuře liší, lze najít fáze rané a pozdní adolescence (Petr Macek dokonce uvádí časnou, střední a pozdní adolescenci), puberty a adolescence nebo prepuberty, puberty a adolescence, ale celkové věkové vymezení je relativně stejné, tedy od 10. roku věku až do 20 let. Jde o přechodné období mezi dětstvím a dospělostí, které je velmi turbulentní a probíhá v něm značné množství změn osobnosti, a to jak fyzických, psychických, tak i v oblasti sociální. Typická je rozdílná doba nástupu dospívání a rychlost vývoje, a to nejen mezi chlapci a dívkami, ale také v rámci každého pohlaví, přičemž nejvíce je to patrné u změn fyzických. Dospívání je vázáno na společenské a kulturní podmínky, které určují nároky a také očekávání, která společnost na dospívajícího má. Obecně lze říci, že dospívání je „*období hledání a přehodnocování, v němž má jedinec zvládnout vlastní proměnu, dosáhnout přijatelného sociálního postavení a vytvořit si subjektivně uspokojivou, zralejší formu vlastní identity.*“ (Vágnerová, 2012, s. 367)

Dříve bylo dospívání nazýváno obdobím bouře a vzdoru, ale Macek (2003, s. 16) se domnívá, že v současné Evropě a Severní Americe je problematický a konfliktní vývoj ovlivněn zejména osobnostními faktory a situací. Což znamená, že komplikovanější vývoj nastane, pokud se sejde příliš mnoho úkolů a požadavků na adolescenta ve stejnou chvíli, naopak poklidnější průběh lze očekávat v situaci, kdy přicházejí postupně a pozvolna.

### 2. 5. 2 Raná adolescence

Raná adolescence (neboli pubescence) je časově vymezena přibližně 10. a 15. rokem věku dítěte, samozřejmě s ohledem na individuální odchylky způsobené již zmíněným rozdílným nástupem dospívání. Počátek puberty je totiž dán objevením se sekundárních pohlavních znaků. Novotná (2012, s. 52) pubescenci nazývá nejkritičtější, nejdynamičtější obdobím v životě člověka a také nejzajímavějším s ohledem na nápadné fyzické i psychické změny, a i ona uvádí, že v průběhu tohoto úseku života jsou velké individuální rozdíly.

Velké změny ve fyzickém vzhledu mají vliv na další změny v tomto období probíhající, které mohou být v pořádku jen za předpokladu, že je na to jedinec dostatečně připraven. Ve společnosti jsou často lépe přijímáni lidé atraktivní, což způsobuje, že tělesné „já“ má významný vliv na rozvoj sebepojetí a vlastní identity. Tělesné a hormonální proměny mají značný vliv na emoční prožívání, někteří autoři pubescenci nazývají obdobím emoční lability, vulkanismu či hněvu, bouří a stresu. S tím souvisí Eriksonova charakteristika tohoto období jako období hledání vlastní identity, které je doprovázeno nejistotou a pochybnostmi (Novotná, 2012, s. 53-54).

V rané adolescenci dochází k výrazným změnám také v oblasti myšlení, pubescent je již schopen uvažovat abstraktně, a to i o věcech, které reálně neexistují (Vágnerová, 2012, s. 369). Jeho myšlení je ale zároveň systematické a důsledné, také pružné a tvořivé. Nový způsob myšlení se promítá do kritického vnímání a hodnocení světa i sebe samého, někdy se objevuje až přehnaná kritičnost a takzvaný pubertální radikalismus (Novotná, 2012, s. 54).

Běžnou známkou pubescence je přesun od rodičovské autority k vrstevnickým vztahům, jedinec má silnou potřebu přátelství a vrstevníci mu napomáhají s citovou emancipací od rodiny a vybudováním určité nezávislosti. Roste také zájem o druhé pohlaví, prozatím ale jen ve formě her a fantazií (Novotná, 2012, s. 55).

### 2. 5. 3 Pozdní adolescence

Pozdní adolescence trvá přibližně dalších pět let, tedy od 15 let do 20 let, samozřejmě opět s možnou individuální variabilitou, a to zejména v oblasti sociální a psychické. Někteří autoři dokonce horní hranici tohoto období nechávají relativně otevřenou, protože vstup do dospělosti je ovlivněn velkou řadou skutečností, přičemž nejpodstatnějším vlivem jsou společenské a kulturní zvyklosti. V méně rozvinutých zemích je tento přechod realizován rituálem po dosažení určitého věku, ve vyspělých zemích jsou nároky na dospělého vyšší (Šimíčková-Čížková, 2005, s. 111). Počátek tohoto vývojového období je podmíněn biologicky, tedy pohlavním dozráním, a často v něm dochází k prvnímu pohlavnímu styku. Konec je spojován s ukončením profesní přípravy a nástupem do zaměstnání, čímž je dosaženo ekonomické nezávislosti na rodičích, v důsledku čehož jsou jedinci společností přiznána větší práva.

V pozdní adolescenci se posiluje *„sociální aspekt identity, tj. potřeba někam patřit, podílet se na něčem a něco s druhými sdílet. V daleko větší míře než v dřívějších fázích vývoje*



*se adolescent zamýšlí nad svou osobní perspektivou, uvažuje o budoucích cílech a plánech, a to jak ve vztahu k profesi, tak i v oblasti partnerských vztahů.*“ (Macek, 2003, s. 36)

Obvykle je také dokončena emancipace ze závislosti na rodičích a celkově se vztahy v rodině po předchozím turbulentním období zklidňují a stabilizují. To platí i v emoční oblasti, v tomto období už nejsou dospívající tak náladoví a citově nevyrovnaní, naopak je toto období charakteristické větší stálostí a menší impulzivností (Macek, 2003, s. 48). Vědomí možnosti ovládat svůj vlastní život vede k tomu, že adolescenti přistupují k seberealizaci aktivněji, experimentují s různými variantami chování a způsoby sebevymezení, což je užitečné, ale může to být i nebezpečné (někdy jdou při hledání vlastních limitů až do extrémů). U určité skupiny jedinců se objevuje takzvané adolescentní psychosociální moratorium, což se projevuje snahou odložit závažná rozhodnutí a prodloužit si ještě období před přechodem ke standardní dospělosti (Vágnerová, 2012, s. 371).

Tělesné změny jsou již v pozdní adolescenci obvykle téměř dokončeny, ale tělesný vzhled je stále důležitou součástí identity, protože v současné společnosti vládne jakýsi kult těla, kdy jsou vysoké hodnoty přisuzovány mládí a fyzické kráse. Pokud tedy adolescentův vzhled odpovídá aktuálnímu ideálu, dodává mu to sebevědomí, také například větší šance na úspěch u druhého pohlaví, v opačném případě to pak může být zdrojem nejistot a nízkého sebevědomí. Takový jedinec může nedostatečně atraktivní vzhled vnímat jako nespravedlnost, která bude zdrojem zklamání, úzkosti nebo dokonce zlosti ventilované například autoagresí (Vágnerová, 2012, s. 375-376).

V tomto období je dospívající schopen uvažovat hypoteticky a abstraktně, přičemž předmětem úvah může být naprosto cokoliv. Hledat platné řešení bez ohledu na realitu nebo původní hypotézu je umožněno schopností akceptovat hypotetický problém (Vágnerová, 2012, s. 379-380). Dalším znakem pozdní adolescence je systematizace poznatků, jíž je jedinec schopen. Dospívající zjišťuje vztahy mezi nimi, jejich vzájemné souvislosti, poznává nové obory a v rámci nich je schopen získat širokou pojmovou znalost, čímž do určité míry překonává dospělé. V neposlední řadě je potřeba uvést, že dochází k utřídění hodnotového systému a zvnitřnění převzatých morálních kodexů, adolescenti jsou však velmi citliví na autoritativní vnucování názorů, mají potřebu si dojít sami k vlastním názorům (Šimíčková-Čížková, 2005, s. 115).

### 3 PRAKTICKÁ ČÁST

Cílem bakalářské práce je vytvořit šestidenní program letního pobytového tábora se všestranně zaměřeným vzdělávacím obsahem, následně ho zrealizovat a zreflektovat s důrazem na propojení formálního a neformálního vzdělávání. Mezi zvolené cíle spadá utvoření programu. Do programu jsou zařazeny základní myšlenky, stanovení cílů a cílové skupiny, sestavení realizačního týmu, zajištění materiálu, ubytování a stravování, zajištění financování, práce týmu před a v průběhu akce.

Metodami vybranými pro účely této práce jsou pozorování, nestrukturované rozhovory, anketa spokojenosti dětí provedená v závěru letního pobytového tábora, realizace letního pobytového tábora se sběrem dat (rozhovory, pozorování), reflexe proběhlých aktivit, na základě analýzy dat návrhy změn a inovací.

Letní pobytový tábor je určen pro děti mladšího i staršího školního věku, jak je uvedeno již v názvu práce, a je určen přednostně pro děti v sourozeneckém vztahu. Starší sourozenci jsou psychickou oporou pro mladší sourozence. V období mladšího školního věku je významný a důležitý nástup do školy. Během mladšího školního věku dochází k velkým změnám v emocionálním vývoji. Mezi nejčastější emoce v období mladšího školního věku patří radost, smutek, strach a hněv, a mezi největší změny v tomto období spadají ty v oblasti poznávacích procesů. To se týká především fantazie, paměti, představivosti, pozornosti, rozvoje řeči a myšlení. Období staršího školního věku je významným sociálním mezníkem, v tomto období probíhá oficiální vstup do společnosti, konkrétních logických operací, s čímž souvisí myšlení, zpracování informací a řešení úkolů. Zvyšuje se emoční stabilita a děti jsou schopné seberegulace, tedy sebehodnotící emoce.

Průběh programu bude zrealizován přesně podle plánu, který je popsán v následujícím textu, kde je zařazeno i zarámování praktické části. Pokud by bylo nepříznivé počasí, byl by program nahrazen či uskutečněn ve společenské místnosti.

Děti budou seznámeny s celotýdenním plánovaným programem tábora a pravidly chování po celou dobu tábora. Každý účastník tábora by měl mít možnost si vytvořit vlastní představu o tom, co ho v dalších dnech čeká, měl by být povzbuzován k tomu, aby své dojmy, pocity, očekávání a přání nejen poznal, ale aby je dokázal skupině také sdělit.

### 3. 1 DDM a jeho funkce

*„Dle zřizovací listiny plní Dům dětí a mládeže funkci, jako organizace zajišťující zájmové vzdělávání pro děti a mládež v Hostinném a okolí. Je součástí právního subjektu Základní umělecké školy Hostinné a řídí se vyhláškou MŠMT ČR číslo 432/1992 Sb., o střediscích pro volný čas dětí a mládeže. Dle této vyhlášky naplňuje tyto hlavní činnosti:*

- *Pravidelná zájmová činnost*
- *Příležitostná zájmová činnost*
- *Spontánní aktivity*
- *Pobytová a táborová činnost – může mít formu dětských pobytových táborů (DPT), letních příměstských táborů (LPT) nebo soustředění jednotlivých zájmových útvarů spojených s pobytem. Poslání mohou mít rekreační nebo odborně vzdělávací, které završuje či prohlubuje práci ZÚ.*

*Činnost DDM se řídí celoročním plánem (školní vzdělávací program). Na vedení zájmových činností se podílejí interní pedagogové volného času a externí spolupracovníci.“*

DDM: ZUŠ Hostinné. ZUŠ [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.zusadmhostinne.cz/ddm/>

Dům dětí a mládeže ve městě Hostinné nalezneme od září roku 2015 na budově „B“ bývalé Základní školy Karla Klíče Hostinné, která se nachází ve Školní ulici ve druhém patře. Tuto budovu nazýváme „Červenka“, i přes to, že je dnes budova žlutá. Tento objekt je tvořen třemi organizacemi. V přízemí nalezneme Základní uměleckou školu, v prvním poschodí školní družinu a ve třetím poschodí právě Dům dětí a mládeže s názvem „Vidíme svět vesele“. V Národním domě Dům dětí a mládeže sídlil od roku 1995, v současné době se tam pořádají pouze akce, jako je například karneval, poznávání rostlin, taneční kurzy apod. Od roku 2017 spadá Národní dům pod Městskou správu Hostinné. Pravidelná zájmová činnost představuje okolo 40 zájmových útvarů. Jsou to například kroužky sportovní, taneční, rukodělné, společenské, ale i technické a přírodovědné. Během školního roku se v DDM vystřídá okolo 350 účastníků, a to děti od 3 let až do 19 let. V Domově dětí a mládeže nalezneme aktivity i pro dospělé, jako jsou například jazykové kurzy, sportovní vyžití, ale i zábava. Příležitostná zájmová činnost zahrnuje několik nabídek výchovně vzdělávacího a rekreačního charakteru.

Dům dětí a mládeže pořádá akce, jako jsou například karnevaly, plesy, diskotéky, Den čarodějníc či Den dětí, soutěže, výlety, exkurze, představení, a také jednotlivé akce během jarních, podzimních či letních prázdnin v podobě příměstského tábora. V DDM se nachází takzvaný „školní klub“, který je určen především pro děti, které dojíždějí a čekají na autobus, nebo děti které už nemají možnost chodit do školní družiny, jelikož školní družina v Hostinném je umožněna dětem pouze do 3. třídy. Ve školním klubu najdeme hernu, místnost s počítači, čítárnu či hřiště. Žádná z těchto činností nemá pevný začátek ani konec. Děti mají možnost se odpoledne vzdělávat v kroužcích, aby jim uteklo čekání na autobus.

DDM: ZUŠ Hostinné. ZUŠ [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.zusadmhostinne.cz/ddm/>

### **3. 2 Popis areálu a okolí konání tábora**

Týdenní pobytový tábor Pecka dostal jednoduchý název po místě konání. O tomto kempu se na webových stránkách píše toto: *„Jsme menší kemp, který se nachází v malebném Podkrkonoší, nedaleko Nové Paky. Areál je postaven na místě, kde se již od počátku 20. století nacházela tzv. plovárna Prachovnik.“*

Kemp Pecka. Kemp Pecka [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz>

Do roku 2003 byl v provozu pouze přilehlý kiosek a koupaliště, jeden beachvolejbalový kurt a dva antukové kurty. V tom samém roce začala výstavba samotného kurtu, kdy se začalo budovat 18 čtyřlůžkových chatiček, sociální zařízení, občerstvení s krytou terasou a recepce. Od roku 2012 byla vystavěna zbývající ubytovací kapacita, která zahrnovala další 4 čtyřlůžkové chaty, sruby a rekonstrukce apartmánového domu. Od této doby se areál snaží přichystat vždy něco nového a užitečného na novou sezónu, jako jsou například nová dětská hřiště, sportovní zázemí, modernizace restaurace, rozšíření stanové plochy a mnohé další. Areál kemp Pecka se v současné době zaměřuje spíše na rodiny s dětmi, které v kempu naleznou velice široké vyžití jak pro starší děti, tak i pro ty nejmenší. Areál nabízí ubytování všech možných kategorií: ubytování ve vlastním stanu až po apartmány s vlastním sociálním zařízením. V areálu je mnoho dětských hřišť, lezecká stěna, trampolíny, antuková hřiště, hřiště na beach volejbal a mnohé další. Největším lákadlem je krásné přírodní koupaliště o rozměrech 37 m x 42 m.

Kemp Pecka. *Kemp Pecka* [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz>

### 3. 3 Ubytování

Kemp areál Pecka nabízí ubytování ve 22 čtyřlůžkových chatičkách, které jsou zcela zateplené s možností vytápění přímotopem. V chatičkách se nenachází ani sociální zařízení, ani kuchyňka, toto vybavení se nachází ve společných prostorech max. 100 m od chatek. Přimo u chatičky lze parkovat autem. V chatičce jsou dvě poschodové palandy, 4 židličky, stůl a skříň. Wifi a vstup na koupaliště je zahrnutý v ceně ubytování.

**V den odjezdu se musí chatička vyklidit do 10:00, předat klíče na recepci a uhradit veškeré závazky, které vznikly za dobu pobytu. Pokud se v areálu osoby zdržují i po 10:00, je nutné uhradit poplatek za vstupné do areálu.**

Díky možnosti sportovního vyžití a vybavení je kemp vhodný pro pořádání sportovních a adaptačních kurzů, školních výletů a dalších akcí, určených pro větší skupiny osob.

Ubytování pro školy a oddíly je možné ve všech druzích ubytování, které naleznete v celém areálu.

V areálu se nachází též společenská místnost, která má kapacitu cca 40 osob. Tuto místnost je možné využít pro různé aktivity jak za příznivého, tak i nepříznivého počasí. Areál nabízí možnost objednání stravy – polopenze, plné penze či výběr jednotlivých jídel.

**Z hygienických důvodů se neakceptují v kempu spacáky, lze si pouze zapůjčit povlečení na recepci či dovést vlastní.**

Ubytování – Kemp Pecka. *Kemp Pecka* [online] [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz/ubytovani/>



### 3. 4 Ustanovení

- *„Za rekreační areál včetně vybavení zodpovídá provozovatel. Provozovatelem rekreačního areálu je obchodní společnost CA SVĚT s.r.o., se sídlem Jivanská 1855/22, 193 00 Praha 9, IČO: 25433482. Povinností všech osob ubytovaných nebo pobývajících v tomto areálu je tento majetek ochraňovat, šetřit, udržovat pořádek a čistotu ve srubech, chatkách, apartmánech, sociálních zařízeních, na sportovištích a taktéž v okolí areálu.“*

Kemp Pecka. *Kemp Pecka* [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz/o-kempu/provozni-a-ubytovaci-rad/>

- Tento majetek mají všechny ubytované osoby povinnost ochraňovat a udržovat zde pořádek. Zásady ubytování je povinná dodržovat každá osoba zde ubytovaná tak, aby se neporušil pobyt ostatních. Rodiče nebo zástupci zodpovídají za chování a bezpečnost nezletilých dětí při pobytu v celém areálu.
- Povinností všech osob, které přijdou do tohoto areálu, je ohlásit se na recepci. Tyto osoby se musí legitimovat a zapsat se do ubytovací knihy. Samozřejmostí je seznámení se s provozním řádem areálu.
- Přespání je za poplatek, viz. ceník.
- Psi do areálu mohou pouze v doprovodu svého majitele. Mají zde zákaz se volně pohybovat. Majitel psa zodpovídá za úklid nečistot a bezpečnost pod pokutou.
- Vedoucímu nebo personálu areálu je nutné nahlásit při zahájení ubytování všechny škody a nedostatky v ubytovacím zařízení.
- Pobyt se končí předáním klíčů vedoucímu rekreačního areálu, nebo pověřené osobě dle dohody.
- Škody, které rekreant způsobí, musí uhradit v plné výši nebo po dohodě uvést do původního stavu. Za ztrátu klíče od ubytovacího zařízení se účtuje 50 Kč.
- Ubytování probíhá po 14:00, chatky je třeba uvolnit do 10:00.
- Musí se dodržet noční klid od 23:00 do 7:00.
- Úraz musí ubytovaná osoba nahlásit vedoucímu nebo pověřené osobě rekreačního zařízení.

- Kouření je přísně zakázáno, jako používání vlastních topných těles a vaříčů pod pokutou.
- Oheň lze rozdělovat pouze na vyhrazených ohništích.

Ubytovací řád je k dispozici na recepci, ve vývěskách a na webu. Pokud tento řád bude porušen, je ubytovaný okamžitě vyloučen z areálu nebo ubytovacího zařízení bez nároku na finanční náhradu. Každá ubytovaná osoba se musí seznámit s tímto řádem, který je pro všechny závazný.

Provozní a ubytovací řád – Kemp Pecka. [online] [cit. 20.03.2023]) Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz/o-kempu/provozni-a-ubytovaci-rad/>

### **3. 5 Příprava a plán tábora**

Na několika domluvených schůzkách s paní ředitelkou, účetní ZUŠ a DDM a všemi vedoucími, kteří budou vést tento tábor, jsme domluvili vše potřebné k organizaci a uskutečnění plánu. Jelikož se tento tábor pořádá už po několikáté, termín konání byl již stanoven z předchozího roku. O tento kemp je velký zájem, proto se termíny musí domlouvat dlouho předem. Velkou otázkou byla finanční stránka. Pro kalkulaci tábora jsme museli zjistit ceníky všeho, co budeme tento týden potřebovat a co využijeme.

Ceny se týkaly ubytování, stravování (rozšířená plná penze včetně celodenního pitného režimu), využití sportovišť (lezecká stěna a trampolíny), vstupné na hrad Pecka. Do celkové ceny tábora se musela započítat mzda vedoucích, parkovací místa v kempu a bylo počítáno i s výdaji za tvořivý a výtvarný materiál, který ve volnočasových aktivitách budeme potřebovat.

### Ceník ubytování 2022

POLOŽKA	ČERVENEC, SRPEN	KVĚTEN, ČERVEN, ZÁŘÍ	LEDEN - DUBEN ŘÍJEN - PROSINEC
Chata malá čtyřlůžková	920 Kč/chata/noc	700 Kč/chata/noc	400 Kč/chata/noc
Chata osmilůžková s příslušenstvím	2240 Kč/chata/noc	1800 Kč/chata/noc	1200 Kč/chata/noc
Chata dvanáctilůžková s příslušenstvím	3360 Kč/chata/noc	2700 Kč/chata/noc	1800 Kč/chata/noc
Apartmán dvoulůžkový	600 Kč/pokoj/noc	500 Kč/pokoj/noc	350 Kč/pokoj/noc
Apartmán čtyřlůžkový	1200 Kč/pokoj/noc	1000 Kč/pokoj/noc	700 Kč/pokoj/noc
Příplatek při ubytování na méně než 3 noci	40 Kč/chata/pokoj	40 Kč/chata/pokoj	40 Kč/chata/pokoj
Stan malý (do 4m <sup>2</sup> )	40 Kč/noc	40 Kč/noc	55 Kč/noc
Stan střední (do 9m <sup>2</sup> )	70 Kč/noc	70 Kč/noc	80 Kč/noc
Stan velký (nad 9m <sup>2</sup> )	100 Kč/noc	100 Kč/noc	100 Kč/noc
Povlečení	85 Kč/jednorázově	85 Kč/jednorázově	85 Kč/jednorázově
Rekreační poplatek osoby starší 18 let	15 Kč/osoba/noc	15 Kč/osoba/noc	15 Kč/osoba/noc
Pes/zvíře/noc	75 Kč/noc	55 Kč/noc	55 Kč/noc
Auto/noc	80 Kč/noc	55 Kč/noc	55 Kč/noc

### Ceník stravování 2022

POLOŽKA	DO 10 LET	NAD 10 LET
Snídaně	65 Kč	75 Kč
Oběd	70 Kč	90 Kč
Večeře	65 Kč	80 Kč
Plná penze	200 Kč	245 Kč
Polopenze	130 Kč	155 Kč
Svačina dopolední/odpolední	20 Kč	20 Kč
Druhá večeře	20 Kč	20 Kč
Pitný režim	20 Kč	20 Kč
Rozšířená plná penze (snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře, pitný režim)	260 Kč	305 Kč

### Ceník 2022

POLOŽKA	CENA
Vstupné dospělý	50 Kč
Vstupné dítě do 15 let	35 Kč
Jištění s instruktorem	250 Kč/hod
Zapůjčení sedáku	20 Kč/ks
Zapůjčení lana	40 Kč/ks

### Ceník vstupného trampolíny

VĚK	CENA
Dítě do 6 let	20 Kč/den
Dítě od 6 let do 15 let	30 Kč/den
Osoba nad 15 let	50 Kč/den



Ubytování – Kemp Pecka. *Kemp Pecka*. [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz/ubytovani/>

*„Hrad Pecka – Okruh B – Harantovské sklepy (mučírna, vinné a pivní sklepy, hodovní síň, láznička, interaktivní prvky)*

*Dospělí: 70 Kč*

*Senioři, studenti (16-25 let): 50 Kč*

*Děti (7-15 let), ZTP, ZTP/P: 35 Kč*

*Zdarma: děti 0-6 let, průvodci ZTP/P“*

Vstupné – Hrad Pecka. Hrad – Hrad Pecka [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.hradpecka.cz/hrad-8/vstupne/>

### **3. 6 Informace důležité pro účetní**

*„Storno podmínky:*

- po provedení rezervace je zákazníkovi zaslána zálohová faktura zpravidla na 70% ceny pobytu*
- splatnost faktury je 7 dnů od vystavení*
- pokud není faktura uhrazena, je rezervace přenechána dalšímu zájemci*
- společně s fakturou je zaslána smlouva o ubytování*
- při oznámení odstoupení od smlouvy dříve než 80 dnů před započítáním ubytování se účtuje jednotný storno poplatek 500,- za objednanou ubytovací jednotku*
- při oznámení odstoupení od smlouvy nejpozději 80 dnů před započítáním sjednaného dne započítání ubytování činí storno poplatky 35% sjednané ceny ubytování*
- při oznámení odstoupení od smlouvy nejpozději 50 dnů před započítáním sjednaného dne započítání ubytování činí tyto storno poplatky 60% sjednané ceny ubytování*
- při oznámení odstoupení od smlouvy nejpozději 15 dnů před započítáním sjednaného dne započítání ubytování činí tyto storno poplatky 80% sjednané ceny ubytování*
- při pozdějším oznámení odstoupení od smlouvy činí tyto storno poplatky 100% sjednané ceny ubytování*
- sjednanou cenou ubytování se rozumí cena uvedená ve smlouvě/rezervaci jako úhrada pobytu*
- pokud některý z návštěvníků nebude moci ze zdravotních důvodů na dojednaný termín nastoupit, po předložení lékařského potvrzení vrátíme návštěvníkovi 50% sjednané ceny ubytování (platí pouze pro osobu, na kterou je vystavené lékařské potvrzení)“*

Storno podmínky – Kemp Pecka. Kemp Pecka [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz/o-kempu/storno-podminky/>

### 3. 7 Informace pro organizátory tábora

Po vyřešení finanční stránky jsme dostali jako vedoucí důležitou informaci, a sice, že kapacita dětí je omezena minimálním počtem – 25 dětí. Domluvil se termín, do kdy rodiče mohou děti přihlásit. Bylo důležité, aby na přihlášce nechyběly údaje: jméno a příjmení účastníka, datum narození, telefonní číslo a e-mail zákonného zástupce, a nesměla chybět kolonka, zda je dítě na něco alergické, dále nechyběl ani souhlas s fotografováním. Veškeré potřebné formuláře se připravily a vložily na webové stránky ke stažení pro rodiče. O průběhu tábora informoval plakát, kde se zájemci dozvěděli termín a místo konání, věkovou hranici dětí a celkovou cenu tábora. Tento plakát byl vložen na stránky DDM, ve zpravodaji města Hostinné a na vývěškách. Na schůzce, na které jsme se sešli pouze vedoucí tábora, tj. 2 vedoucí a 2 praktikantky, jsme vymysleli program na celý týden. Museli jsme se spojit s externisty, zda nám přijedou zpestřit program. Chtěli jsme využít lezeckou stěnu, a tak jsem domluvila s vedoucím horolezeckého kroužku, že na tábor přijede a děti něco naučí. Domluvili jsme si, který den a v kolik vedoucí kroužku přijede. Dále jsem měla nápad spojit výlet na hrad Pecka s rytířem. Jelikož probíhal v DDM rytířský kroužek, oslovila jsem vedoucího i z tohoto kroužku o výpomoc. Domluvila jsem s ním, jaký den přijede. Na ten den jsem musela zajednat prohlídku hradu Pecka.

Měla jsem představu, že každý den na táboře bude na jiné téma. Pondělí bude probíhat ve sportovním duchu, v úterý se budeme věnovat dopravní výchově, ve středu se děti projdou na hrad Pecka a zahrají si na rytíře, ve čtvrtek si děti zahrají s barvami, bude to tvořivý den a nebude chybět ani koupání, kolektivní a sportovní hry. Do zahájení tábora jsem program kompletně připravila.

Tábor se naplnil, celkem se přihlásilo 28 dětí ve věku od 8 až 14 let. Rodiče účastníků tábora si vyzvedli potřebné formuláře k vyplnění. Po telefonickém rozhovoru s vedoucím kempu jsme vše potřebné k uskutečnění tábora domluvili (počet chatek, stravování, pronájem stěny a trampolíny atd.).

Základní umělecká škola, středisko Dům dětí a mládeže zve děti na:

# POBYTOVÝ TÁBOR V KEMPU PECKA

**Kdy: 17.7. - 22.7.2022**

**Kde: Kemp PECKA**



Tábor pro holky a kluky, kteří mají rádi celodenní pohyb na čerstvém vzduchu a rádi objevují výpravy po okolí. Bude to týden plný her, soutěží, zábavy a především koupání.

Program se přizpůsobí aktuálnímu počasí.

**Cena: 4800 Kč**



**Zahrnuje ubytování, stravu, celodenní pitný režim, výtvarný materiál.**

Přihlášky na webu [www.ddmhostinne.cz](http://www.ddmhostinne.cz) nebo v kanceláři DDM. Přihlášky odevzdávejte do 30. 4. 2022, platbu je nutné uhradit do 31. 5. 2022 na účet ZUŠ Hostinné.

Tábor lze uhradit zaměstnaneckými benefity!

Bližší informace u p. Šulcové tel.: 737710443

## 3. 8 Finální zarámování tábora

Den	Aktivity	Cíle	Shrnutí
Neděle	Seznamování - seznamovací hry - určení pravidel	Cílem bylo seznámit děti s celotýdenním plánovaným programem tábora a určení pravidel chování po celou dobu tábora.	Tento den se děti společně seznámily jak s novými kamarády, tak i s instruktory. Společně jsme si naplánovali pravidla na celý týden.
Pondělí	Sportovní den - kolektivní sportovní hry - horolezecká stěna	Cílem bylo, aby děti rozvíjely svou sílu a fyzickou kondici a aby se některé děti vypořádaly se strachem.	Tento den děti musely vložit důvěru jak v samy sebe, tak důvěru v instruktora. Děti musely využít jak fyzickou, tak i psychickou sílu.
Úterý	Dopravní program - představení práce městské policie - seznámení s pravidly koupání	Cílem bylo, aby si děti zopakovaly chování v silničním provozu a aby dodržovaly správná pravidla při odpoledním koupání na koupališti.	Tento den si děti zopakovaly, nebo se přiučily chování v silničním provozu. Odpoledne se děti vyřádily na místním koupališti, kde se také pořádně unavily.

Středa	Historický program - rytíř z Arnau - sportovní hry - odpolední výstup na hrad Pecka	Cílem bylo, aby děti pracovaly tento den jak kolektivně, tak i samostatně, ale také aby děti spoléhaly především samy na sebe.	Tento den si děti zkusily, jaké to je bojovat s rytířem z Arnau. Děti poznaly okolní krajinu města a zříceninu hradu Pecka.
Čtvrtek	Polytechnický den - práce s barvami - odpolední koupání - večerní stezka odvahy	Cílem bylo, aby děti prezentovaly svou představu a kreativitu, kterou následně realizovaly. Děti měly možnost zapojit svoji fantazii.	Tento den děti využily svoji představivost, fantazii a kreativitu, kterou do budoucna mohou využít i doma.
Pátek	Rozlučkový den - aktivita „vzpomínky zůstanou“ - rozdávání diplomů - zabalení věcí - odpolední koupání	Cílem bylo zavzpomínat na celý týdenní tábor, popřemýšlet o tom, co se dětem líbilo, a co naopak ne (nestrukturované rozhovory).	Tento den se děti rozloučily, vyměnily si kontakty a těšily se domů na rodiče či sourozence.

### 3. 9 Dokumenty a formuláře potřebné pro rodiče

#### Dětský pobytový tábor Pecka

\_\_\_\_\_

Jméno a příjmení dítěte

\_\_\_\_\_

Datum narození

\_\_\_\_\_

Trvalé bydliště

#### Prohlášení rodičů/zákonných zástupců ze dne odjezdu na tábor:

Prohlašuji, že ošetřující lékař nenařídil mému dítěti změnu režimu. Dítě nejeví známky akutního onemocnění (průjem, teplota apod.) a orgán ochrany veřejného zdraví (hygienik) ani ošetřující lékař mu nenařídil karanténní opatření. Není mi také známo, že by dítě v posledních čtrnácti dnech přišlo do styku s osobami, které onemocněly přenosnou nemocí. Dítě je schopno účasti na táboře.

Beru na vědomí, že pořadající osoba má povinnost zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví všech účastníků během konání tábora. Beru na vědomí, že nečinnost pořadající osoby nebo vedoucích a pracovníků tábora není v případě úrazů a náhlých onemocnění žádoucí.

Jsem si vědom, že je mou povinností informovat pořadající osobu o změně zdravotní způsobilosti a zdravotních obtížích dítěte (např. alergie, dieta, léky apod.), zahrnující i povinnost předložit příslušné odborné vyjádření lékaře.

**Místopřísežně prohlašuji, že veškeré údaje předané vedoucímu tábora odpovídají skutečnosti k dnešnímu dni.**

**Jsem si vědom/-a právních důsledků, pokud by údaje nebyly pravdivé.**

Upozorňuji také táborového zdravotníka na nutnost brát zřetel na některé obtíže mého dítěte (např. astma, alergie, užívané léky apod.):

Souhlasím s tím, aby v případě nutnosti bylo mé dítě z rozhodnutí zdravotníka tábora a hl. vedoucího tábora ošetřeno u lékaře, případně na lékařské pohotovosti.

Zde nalepte fotokopii průkazu  
pojištěnce zdravotní pojišťovny  
nebo zdravotníkovi tento průkaz odevzdejte

Datum: .....

Podpis rodiče ze dne odjezdu na tábor: .....

#### Kontakt na rodiče během tábora

Jméno:

Telefon:

Adresa:

Odevzdejte při nástupu na tábor! Bez prohlášení nebude dítě na tábor přijato!

## Nástupní list:

Odevzdejte vedoucímu při nástupu dítěte do tábora! Bez nástupního listu nebude dítě do tábora přijato!

Souhlas zákonných zástupců s poskytováním zdravotní péče dítěti a informací o zdravotním stavu dítěte vedoucímu a zdravotníkovi tábora

1) V době konání tábora Pecka od 17. 7. do 22. 7. 2022 souhlasím s poskytováním informací o zdravotním stavu mého nezletilého syna/dcery .....  
nar. .... ve smyslu ustanovení § 31 zákona č. 372/2011 Sb. O zdravotních službách ve znění pozdějších předpisů hlavnímu vedoucímu tábora Sáře Šulcové, nar. 23. 3. 2003, bytem Slévárenská 582, Hostinné 543 71, tel.: 737710447

a zdravotníkovi tábora Lucii Šaržikové, nar. 9. 3. 1984, bytem Poříčí-Trutnov 54101, tel.: 773979167

a určuji jej tímto osobou, na jejíž přítomnost má můj nezletilý syn/dcera právo při poskytování zdravotních služeb ve smyslu ustanovení § 28 odst. 3 písm. e) bod 1., a to ve shora uvedeném období.

2) Souhlasím s tím, aby v případě potřeby byla mému synovi/mé dceři v době konání tábora poskytnuta akutní péče ve smyslu § 5 odst. 1 písm. b) zákona o zdravotních službách bez mého souhlasu dle rozhodnutí lékaře.

3) Beru na vědomí, že v případě potřeby (určí tak lékař) se budu muset bezodkladně dostavit do příslušného zdravotnického zařízení k udělení souhlasu s poskytnutím zdravotnických služeb mému nezletilému synovi/mé nezletilé dceři a zavazuji se poskytnout v této věci veškerou potřebnou součinnost.

4) Prohlašuji, že v případě zvláštních okolností, zejména onemocnění mého dítěte, zajistím jeho bezodkladný individuální odvoz z místa konání akce před stanoveným termínem ukončení akce.

Prohlašuji tímto, že v době konání akce je možné mne kontaktovat na tomto telefonním čísle:  
Příjmení, jméno: ..... Telefonní číslo: .....

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

.....  
Příjmení, Jméno

.....  
Podpis

**Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na zotavovací akci a škole v přírodě:**

Evidenční číslo posudku:.....

**6. Identifikační údaje**

Název poskytovatele zdravotnických služeb:

Adresa sídla, nebo místa podnikání poskytovatele:

IČO:

Jméno, případně jména, a příjmení posuzovaného dítěte:

Datum narození posuzovaného dítěte:

Adresa místa trvalého pobytu nebo jiného bydliště na území České republiky posuzovaného dítěte:

**7. Účel vydání posudku**

**8. Posudkový závěr**

**A) Posuzované dítě k účasti na škole v přírodě nebo zotavovací akci**

- a) je zdravotně způsobilé
- b) není zdravotně způsobilé
- c) je zdravotně způsobilé s omezením \*) \*\*).....

**B) Posuzované dítě**

- a) se podrobilo stanoveným pravidelným očkováním ANO – NE
- b) je proti nákaze imunní (typ/druh):
- c) má trvalou kontraindikaci proti očkování (typ/druh):
- d) je alergické na:
- e) dlouhodobě užívá léky (typ/druh, dávka):.....

*Poznámka:*

\*) nehodící se škrtněte

### 9. Poučení

Proti bodu 3. části A) tohoto posudku lze podle § 46 odst. 1 zákona č. 373/2011 Sb., o specifických zdravotních službách, ve znění pozdějších předpisů, podat návrh na jeho přezkoumání do 10 pracovních dnů ode dne jeho prokazatelného předání poskytovatelem zdravotních služeb, který posudek vydal. Návrh na přezkoumání lékařského posudku nemá odkladný účinek, jestliže z jeho závěru vyplývá, že posuzovaná osoba je pro účel, pro nějž byla posuzována, zdravotně nezpůsobilá nebo zdravotně způsobilá s podmínkou.

### 10. Oprávněná osoba

Jméno, popřípadě jména a příjmení oprávněné osoby:

Vztah k posuzovanému dítěti (zákonný zástupce, opatrovník, pěstoun, popř. další příbuzný dítěte):

Oprávněná osoba převzala posudek do vlastních rukou dne:

.....  
**Podpis oprávněné osoby**

**Datum vydání  
posudku:**

.....



### 3. 10 Seznam věcí a režim tábora Pecka 2022

#### Oblečení

Tepláky, trika s dlouhým i krátkým rukávem, kraťasy, bunda (softshellová či větrovka), mikiny, spodní prádlo, oblečení na spaní, kvalitní pláštěnka, pokrývka hlavy, plavky, ponožky na každý den jedny (i navíc), kapesníky, vak na špinavé oblečení, bavlněné triko na rukodělnky (při nejlepším bez nápisu), dlouhé kalhoty (legíny, softshellové či sportovní)

#### Obuv

Pohodlné sportovní boty na výlet (pevná turistická obuv), holínky, přezůvky do chatky, sandály (otevřené boty na běhání) nebo boty k vodě

#### Hygienické potřeby

mýdlo, šampon, zubní pasta, kartáček na zuby, ručník 2x větší a menší (do sprchy a k vodě), opalovací krém, repelent, hřeben a další dle vlastních zvyklostí

#### Ostatní

Batůžek na výlety, láhev na pití, drobné kapesné dle uvážení rodičů, sluneční brýle, oblíbená hra (karty, domino a další...), knížka, psací potřeby, několik kolíčků na prádlo, pytel na špinavé prádlo, šátek na hry (zavázání očí a podobně), opalovací krém

#### Na stravování

příbor, podepsaný hrníček s rukojetí

#### Co s sebou na tábor nebalit a co je přísně zakázáno?

- Mobilní telefon, notebook či tablet a podobně
- Nože, či jakékoliv zbraně
- Cigarety, alkohol, drogy a jiné omamné látky
- Šperky, velká hotovost či cennosti

#### Nocleh

4lůžkové chatky, **povlečení je v ceně.**

**Nedávejte s sebou dětem mobilní telefony a další elektroniku!**

V případě potřeby je možno využít mobilní telefony vedoucího tábora.

**Za elektroniku, šperky, cennosti a drahé oblečení nezodpovídáme!**

Při nástupu předá zákonný zástupce hlavnímu vedoucímu tábora:

- Prohlášení rodičů ze dne odjezdu na tábor
- Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na zotavovací akci a škole v přírodě vydaný lékařem dítěte
- Nástupní list
- Léky označené jménem dítěte a dávkováním

**Bez těchto dokumentů nebude dítě na tábor přijato!**

Návštěva rodičů v průběhu tábora bez předchozí telefonické domluvy nebude umožněna z důvodu narušení programu tábora!

### **3. 11 Režim tábora**

Neděle

- Mezi 16:00-17:00 – příjezd účastníků na tábor, administrace, ubytování
- Přivítání, seznámení s prostory a seznámení s pravidly tábora
- Večeře
- Seznamovací hry
- Večerní hygiena
- Večerka

Pondělí–čtvrtek

- Budíček
- Rozcvička
- Ranní hygiena
- Snídaně
- 1. část dopoledního programu
- Svačina
- 2. část dopoledního programu
- Oběd
- Polední klid
- 1. část odpoledního programu
- Svačina
- 2. část odpoledního programu
- Osobní volno, hygiena
- Večeře
- Večerní program
- Večerka

Pátek

- Budíček
- Rozcvička
- Ranní hygiena
- Snídaně
- Úklid chatk a tábořiště
- Svačina
- Vyhodnocení tábora
- Oběd
- Rozloučení s táborníky
- Od 14:00-15:00 odjezd dětí

**Příjezd na tábor je v neděli od 16:00 do 17:00.**

**Odjezd z tábora je v pátek od 14:00 do 15:00.**

**Doprava na tábor a z tábora vlastní!!!**

### **3. 12 Stanovení cílů**

Letní pobytové tábory se snaží nabídnout dětem příležitost strávit čas mimo domov. Poznávat nové věci, zlepšovat své dovednosti a schopnosti. Mezi časté cíle letních táborů patří například podpora fyzické aktivity a zdravého životního stylu. Z těchto cílů vycházela i naše filozofie tábora. Rozvoj sociálních dovedností, jako je týmová práce, komunikace a přátelství. Tyto principy jsme zařadili ve sportovních aktivitách i v rámci historických zajímavostí. Podpora umělecké kreativity, vzdělávání a rozvoj dovedností. Získávání zkušeností s venkovním životem. Cílem našeho letního tábora je poskytnout dětem aktivní trávení volného času, kde dochází k rozvoji dovedností a zkušeností a k získání nových přátel a zážitků.

Obecné cíle představeného tábora v této práci jsou důležitým krokem pro dosažení plnohodnotného a úspěšného pobytového letního tábora.

1. Komunikace: Cílem je zlepšení komunikace mezi účastníky tábora. Tohoto cíle lze dosáhnout různými způsoby, například organizováním a hraním společenských her a aktivit, kterých jsme připravili nepřeberné množství pro komunikaci a spolupráci.
2. Fyzická aktivita: Cílem fyzické aktivity je zlepšení fyzické kondice u dětí, které se účastní pobytového tábora. Této aktivity lze dosáhnout například organizováním sportovních aktivit, jako jsou turistika, sportovní hry, sportovní soutěže, plavání. Což jsme na našem táboře díky počasí splnili na 100%.

3. Kreativita: Cílem je podpořit kreativitu u účastníků tábora. Tohoto bodu lze dosáhnout pomocí her, soutěží, workshopů a polytechniky, které byly též v našem programu zahrnuty.
4. Přátelství: Cílem je podpořit navazování nových vztahů a přátelství mezi dětmi pobytového tábora. Toho lze docílit pomocí organizovaných skupinových aktivit, společenských her a večerních programů.
5. Osobní rozvoj: Cílem je podpořit osobní rozvoj účastníků tábora. Osobního rozvoje dosáhneme například týmovou prací či komunikací, na které jsme též při organizaci aktivit mysleli.

Důležitým prvkem pro organizování letního pobytového tábora je, abychom si my jako organizátoři stanovili jasně definované a konkrétní cíle, které jsou měřitelné a realistické.

Chtěla bych, aby se děti na tomto táboře otevřely věcem, které jsou pro ně náročné, a aby se je snažily překonat. Příkladem je celodenní sportovně zaměřený program. Lezení na umělé stěně je opravdu vhodné pro všechny, protože všichni v sobě máme základy lezení z období, kdy jsme byli ještě dětmi a všude jsme lezli. Je to tedy přirozený pohyb, kterému se ale kvůli našemu modernímu životnímu stylu vyhýbáme, což je rozhodně škoda. Navíc děti nemusejí být ve vynikající kondici, aby mohly začít lézt. Pro některé děti možná bude limitujícím faktorem strach z výšek. Skvělou věcí na lezení je, že se při něm zapojují úplně všechny svaly, ať už se jedná o svaly končetin, nebo třeba o mezipatkové svaly, které patří k problémovým oslabeným svalům. Benefitem lezení je, že se zde neopakuje neustále ten samý pohyb, ale každý pohyb je specifický a velkou roli zde má také rovnováha, čímž se zapojují i svaly středu těla. Lezením se také výborně děti naučí ovládat své tělo, protože budou zkoušet nové pohyby a hledat optimální polohu svých těl tak, aby se udržely. Pro děti by mělo být lezení také výborným prvkem psychické relaxace. Během lezení se lezec dokáže plně koncentrovat pouze na zdolání cesty a není zde prostor na jiné rušivé myšlenky a z nich plynoucí chyby, čímž si můžete krásně „vyčistit“ hlavu. Lezení bude jako výborný doplněk k prakticky jakémukoliv jinému sportu, protože pozitivně působí na sílu, koordinaci a pohyblivost celého těla, což je nesporným bonusem pro všechny sporty. Protože budou děti celý týden v pohybu (sportovní, kolektivní hry, rytířské hrátky, koupání, lezení na stěně, turistika apod.). Výlet na hrad Pecka má za úkol dětem nahlédnout do historie. K těmto aktivitám využijí cíle, jako je například vítězství, spolupráce, zlepšení dovedností, vzdělávání

a zábava. Cílem mnoha kolektivních her je porazit hráče a stát se vítězem, poté je v některých aktivitách cílem spolupracovat, aby bylo dosaženo společného cíle. Tyto hry se zaměřují na rozvoj strategického myšlení a schopnosti efektivní komunikace. Některé kolektivní hry mají za úkol či cíl zlepšit své dovednosti a schopnosti, příkladem uvedu zlepšení rychlosti, obratnosti, taktického myšlení, koordinace nebo spolupráce s ostatními. Vzdělávací charakter může být také velkou součástí u kolektivních her, cílem je zlepšení svých znalostí a dovedností. Jelikož jsem doposud uváděla spíše sportovní či kolektivní aktivity, chtěla bych, aby si děti užily i jinou relaxační a tvořivou zábavu, při které budou mít možnost hrát si s barvami. Budou moci rozvíjet svoji kreativitu a fantazii. U kreativity se rozvíjí osobní vývoj jedince, sebevědomí, růst a seberealizace. Kreativní aktivity mohou poskytnout prostor pro vyjádření vlastních myšlenek a pocitů, což umožňuje rozvoj identity a individuálního stylu. Mým cílem je, aby se děti nejen rády hýbaly, ale také, aby se něčemu naučily. Na tomto táboře se naučí překonávat strach a naučí se vzájemně si pomáhat. Nejdůležitější ale je, aby se děti na táboře nenudily a maximálně si tábor užily.

### **3. 13 Realizace – Pobytový tábor Pecka**

Seznam účastníků jsme měli předem k dispozici, proto jsme 28 dětí podle věku a pohlaví rozdělili do chatek. Využili jsme přistýlek, aby se zmenšil počet chatek. Tento seznam jsme měli připravený před zahájením tábora.

#### **NEDĚLE**

Mezi 16:00-17:00 byl plánovaný příjezd účastníků na tábor. Následovala administrace. Od rodičů jsme převzali všechny potřebné vyplněné formuláře a prohlášení. Zdravotník tábora od rodičů zjistil potřebné informace ohledně alergií a léků dětí. Poté následovalo ubytování, které si rodiče mohli prohlédnout. Po rozloučení s rodiči mohl začít program pro děti. Společně jsme se přivítali a vzájemně se seznámili. Každý se musel krátce představit a něco o sobě říct.

K seznamování jsme využili kolektivní míčovou hru:

#### **Komu míč?**

**Popis hry:** Hráči sedí nebo stojí v kruhu a jeden z hráčů drží míč. Úkolem je házet si míč v kruhu tak, že házející vždy před hozením vysloví jméno osoby, které míč hodí. Ta ho chytí a opakuje situaci. Jména by se neměla opakovat a měly by se vystřídat všechny děti. Tato hra je dobrá na seznámení dětí mezi sebou. Cílem hry je zlepšování paměti.

Katalog her pro děti nejen na letní dětský tábor. Letní dětské tábory 2023 Klubu 112-atraktivní tábory pro děti [online] [cit. 20.03.2023] Dostupné z: <https://www.letni-detske-tabory.cz/katalog-her>

Po seznámení na děti čekala večeře v restauraci. Po celý týden byla zajištěna **rozšířená plná penze (snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře, pitný režim).**



Po večeři se všichni odebrali do chatků, kde si museli povléknout deky a polštář do zapůjčeného povlečení, jelikož se z hygienických důvodů v tomto areálu neakceptují spacáky.

Následovala společná prohlídka areálu kempu. Dětem bylo ukázáno, kde se nachází sociální zařízení, sprchy a umývárna. Prohlédli jsme si restauraci, kde se budeme po celý týden stravovat, šli jsme si prohlédnout přírodní koupaliště o rozměrech 37 m x 41 m, u kterého jsme děti poučili, jak se budou u bazénu chovat. Bez našeho svolení měli všichni

zákaz k bazénu chodit. Prohlédli jsme si sportoviště, která máme k dispozici. V areálu se nachází několik dětských hřišť, na kterých naleznete prolézačky, pískoviště, skluzavky a další herní prvky. Největším lákadlem pro děti jsou 2 maxi trampolíny. Nejvíce děti zaujala 8 m vysoká lezecká stěna a byly nadšené, když zjistily, že budou mít možnost na této stěně vyzkoušet své lezecké umění. V tomto kempu je hodně ubytovaných rekreatů s dětmi, jsou tu ubytované i další tábory, na koupání sem jezdí lidé nejen z blízkého okolí, a proto byly dětem rozdány zelené rozlišovací vesty, které musely po celý týden nosit. S vestami byly dobře vidět a my tak měli přehled a kontrolu, kde se děti nacházejí. Děti byly seznámeny s pravidly tábora a řádem kempu.

Cílem bylo seznámit děti s celotýdenním plánovaným programem tábora a určení pravidel chování po celou dobu tábora. Každý účastník by měl mít možnost si vytvořit vlastní představu o tom, co ho v dalších dnech čeká. Měl by být povzbuzován k tomu, aby své dojmy, pocity, očekávání a přání nejen poznal, ale aby je dokázal skupině i sdělit.

Uvítací řeč hlavního vedoucího měla děti seznámit s celým průběhem tábora. Činnost působí na vývoj skupinové aktivity. Skupina se na začátku nachází ve fázi formingu. Děti se podílely na společném tvoření pravidel. Na papír, který dostanou, zapíší svá přání a očekávání. Při tvoření pravidel se zapojí každé zúčastněné dítě, protože tvoření pravidel je kontraproduktivní. Dětem den skončil, ale na nás vedoucí pracovníky čekala večerní porada. Sešli jsme se ve společenské místnosti, kde jsme si sdělili naše dojmy z nástupního dne. Naším největším úkolem bylo monitorovat předpověď počasí. Každý večer jsme připravovali náhradní program, kdyby nám počasí nepřálo. Hlavní celotýdenní program tábora jsme již měli do detailu připravený před konáním pobytového tábora. Tento večer jsme se museli domluvit, kdo zajistí na zřícenině hradu Pecka odpolední prohlídku.

## **PONDĚLÍ – *Sportovní den***

### **Dopolední program:**

Úkolem sportovního dne bylo propojit vzájemně formální a neformální vzdělávání. Děti se musely naučit novým pravidlům u určitých společenských, či kolektivních her. U některých kolektivních her na sebe děti musely spoléhat, i když se zatím moc neznaly. Tento den na děti čekalo veliké překvapení, o kterém nevěděly. Od neděle děti mluvily o velké horolezecké umělé stěně, o tom, že by si ji chtěly vylézt. Jejich přání bylo naplněno. Po odpoledním odpočinku dorazil externista se svojí pomocnicí, která navštěvuje horolezecký

kroužek. Jednalo se tedy o dvojici, která má s lezením bohaté zkušenosti. Děti tento den měly překonat svůj strach z výšek a zjistit, jak na tom jsou se svojí fyzickou a psychickou silou.

Cílem tedy je: fyzická aktivita, kreativita a osobní rozvoj, komunikace a přátelství. Snídaně pro děti byla objednána po celý týden na 8:00, proto děti měly dostatek času na rozvíčku, ranní hygienu a úklid chaty. Po snídani následovalo bodování úklidu v chatce. Dopoledne jsme využili sportoviště kempu. Děti si mohly vyzkoušet házení na koš, jak se hraje s tenisovou raketou, jak se drží pingpongová pálka a jak se ping pong hraje. Zkusily si zahrát volejbal. Pro děti jsem měla připravené i jiné kolektivní a sportovní hry.

## **Paleček a obr**

**Popis hry:** Děti vytvoří kruh. Vedoucí dá dětem dva míče, jeden velký míč a jeden malý míč. Malý míč je paleček a velký obr. Na povel vedoucího si děti po kruhu podávají míče. Velký míč má dohonit malý. Když má velký i malý míč jeden hráč v ruce, hra končí. Po více kolech se může kruh postupně zvětšovat.

**Cíl hry:** procvičování manipulace s míčem různé velikosti, postřeh

**Pomůcky:** Menší a větší míč

## **Červení a bílí**

**Popis hry:** Vymezíme si hřiště na dvě poloviny. Na každé půlce je jedno družstvo – červení a bílí. Vedoucí stojí mimo hřiště a střídavě vyvolává jedno nebo druhé družstvo. Družstvo, které je vyvoláno, začne okamžitě pronásledovat druhé. Kdo je chycen, přechází k družstvu soupeřů. Vítězí družstvo, které chytilo nejvíce hráčů.

**Cíl hry:** rychlý běh, reagování na zvuk, obratnost, postřeh

**Pomůcky:** žádné

## **Molekuly**

**Popis hry:** Hra je určena pro skupinu spíše starších dětí. Hráči volně pobíhají ve vymezeném prostoru, dokud vedoucí hry neřekne nějaké číslo. Pokud řekne například číslo 8, úkolem hráčů je vytvořit co nejrychleji skupinu z 8 lidí. Ti, kteří se nevešli do počtu k žádné skupině, vypadávají. Hra končí až tehdy, kdy zůstane poslední hráč ve hře.

**Cíl hry:** rychlost běhu, postřeh, hbitost



**Pomůcky:** dostačující prostor pro hru

## **Cukr, káva, limonáda ... čaj, rum, bum!**

**Popis hry:** Tuto hru mohou hrát děti od 4 let a více. Určené dítě stojí otočené zády k ostatním a začíná říkat slova: Cukr, káva, limonáda, čaj, rum, bum! Dokud říká tato slova, ostatní děti běží směrem k němu. Jakmile se říká slova čaj, rum, bum, děti se musí zastavit a nesmí se hnout a dítě říkající říkanku se otáčí na hráče. Pokud si všimne, že se někdo hýbe, vrací se zpět na začátek. Poté se znovu otáčí a říká znovu říkanku. Vyhrává ten, kdo se jako první dostane k vyvolávači.

**Cíl hry:** rychlost, postřeh

**Pomůcky:** bezpečný prostor pro běh

## **Doteky**

**Popis hry:** Děti se rozdělí na dvě skupiny stejného počtu. Jedna skupina si zaváže oči šátkem a vedoucí každého k někomu přiřadí. Druhá skupina stojí a nechává kamaráda zkoumat obličej a různé části těla, oblečení. Na zkoumání mají určený čas (menší děti až 5 minut, starší 1-2 minuty). Poté se zkoumaná skupina zamíchá, a ti, co měli zavázané oči, hledají podle paměti svou dvojici. V druhém kole se role dětí vymění.

**Cíl hry:** seznámení, tělesný kontakt

**Pomůcky:** šátek

**Příprava:** Zdůraznit jemnost, ohleduplnost. Zeptat se na souhlas dětí hrát hru. Dodržet hygienu před hrou.

Katalog her pro děti nejen na letní dětský tábor. Letní dětské tábory 2023 Klubu 112-atraktivní tábory pro děti [online] [cit. 20.03.2023]) Dostupné z: <https://www.letni-detske-tabory.cz/katalog-her>

Měla jsem připravené kolektivní hry, hry zručnosti, překážkové dráhy, ve kterých jsem použila obruče, kužely, míče, lano atd.



Do dopoledního programu byla zahrnuta menší svačina připravená pracovníci restaurace.

Po dopoledním programem následoval oběd a polední klid.

### **Odpolední program:**

Na děti čekalo lezení po místní 8metrové stěně pod vedením zkušeného horolezce s horolezeckou zkouškou. Tento sportovec spolupracuje již řadu let s DDM Hostinné a jako externí pracovník zde vede horolezecký kroužek. Veškeré vybavení na lezení měl s sebou. Děti byly seznámeny se základy horolezectví.

Obecně se horolezectví považuje za nebezpečnou činnost, ale to platí jen pro určité oblasti. Například lezení na umělé stěně nebo po pevné skále s fixním jištěním může být bezpečnější než mnohé běžné sporty, například fotbal.

Vedoucí kroužku děti nejdříve seznámil s horolezectvím. Pokud děti hledají adrenalinový sport, při kterém se skvěle zabaví a zároveň budou rozvíjet svou sílu a fyzickou kondici, absolutně nic se nevyrovná horolezectví.

Děti se dozvěděly, že existuje velké množství druhů horolezectví. Nešplhá se vždy jen po skalách, ale i na stěnu v hale, a nikoliv pouze nahoru, ale i horizontálně nebo i směrem dolů (slačování). Děti se také seznámily s výbavou, kterou horolezec potřebuje při lezení. Výbavu si mohly prohlédnout, osahat a nakonec i vyzkoušet při samotném lezení.

**Sedací úvaz, jinak též sedák** – důležitá část výbavy horolezce. Je základem celého jištění (spojuje horolezce a lano). Skládá se z bederního pásu a nohavicového pásu. Aby bylo lezení bezpečné, je důležité sedák správně zapnout.

**Horolezecké lano** - tvoří významnou součást výbavy. Existují různé druhy horolezeckého lana v různé kvalitě a záleží také na tom, kde nebo kam plánujete lézt. Lano se dělí na statické a dynamické podle pružnosti. Statické lano se používá pouze při slačování. Častěji se používá lano dynamické. Základní vlastností je, že při pádu zabrání tak tvrdému nárazu.

**Lanová brzda nebo slačovací osma** - je jistící prostředek.

**Lezečky** - vnější strana lezeckých bot je gumová pro zlepšení přilnavosti ke skále nebo i na umělé stěně. Tyto boty by měly být dostatečně přiléhavé, ale i příjemné. Musí perfektně padnout na nohy.

**Přilba** – pro lezení je velice důležitá a měla by se vždy používat. Poskytuje ochranu při pádu a před občas uvolňujícími se kameny.

**Skoby, kladivo nebo kladivocepín**

**Karabiny a expresky** - tyto věci jsou nezbytnou součástí jištění. Karabiny jsou základem výbavy. Na každý výstup jich je potřeba minimálně 12. Expreska je popruhová smyčka, která se používá nejčastěji k jištění při skalním lezení.

Po lehké svačině přišlo na řadu samotné lezení pod zkušeným dozorem. Děti si oblékly vybavení. Všichni museli mít na nohou pevnou a plnou obuv. Některé děti se bály, proto jsme je nenutily. Výstroj si jen vyzkoušely obléknout a pak se mohly dívat na kamarády, jak se jim daří. Měla jsem radost, že i ti, kteří se báli a nejdřív nechtěli lézt, překonali strach a na stěnu kousek vylezli. Za to sklidili potlesk a velké uznání.

Horolezectví – Wikipedie [online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Horolezectv%C3%AD>

Horolezectví: Vývoj sportu a základní výbava | FitYOU.cz. FitYOU.cz- fitness portál/ *On-line Magazin-Cvičte chytrě*[online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://fityou.cz/horolezectvi-vyvoj-sportu-zakladni-vybava/>



### **Večerní program:**

Po odpočinku na děti čekalo vyhodnocení dne. Diskuse o tom, co se jim líbilo, zážitky z lezení, jak se dokázaly vypořádat se strachem atd.

Zakončení dne bylo na trampolínách, kde si všichni užili hodně zábavy a legrace.



Následovala večerní hygiena a večerka.

### **Shrnutí celého dne:**

Tento den se děti skvěle zabavily a zároveň postupně rozvíjely svou sílu a fyzickou kondici. Některé děti se musely vypořádat se strachem. Tento den děti musely vložit důvěru v instruktora. Myslím si, že děti byly za celý den zdravě unavené.

Pro nás ale den nekončil, na nás jako vedoucí tábora čekala příprava dalšího dne. Nejdříve jsme zhodnotili celkový den, tedy pondělí: jak se děti chovaly, pozorovali jsme, zda tento den děti bavil a jaký měl úspěch. Bylo na dětech vidět, že sport a pohyb milují a baví je, proto jsme byli rádi, že právě tato skupina dětí se na tábor přihlásila. Na budoucí den jsme měli připravený program, kdy nás navštíví Městská policie Trutnov, aby dětem ochotně a pečlivě vysvětlila svoji práci. Každý večer jsme připravovali náhradní program, který jsme měli v záloze, kdyby nám počasí nepřálo.

### **ÚTERÝ – dopravní výchova**

#### **Dopolední program:**

I tento den byl ve znaku formálního i neformálního vzdělávání. Aby děti měly program pestřejší, pozvala jsem Městskou policii z Trutnova. Děti dostaly přednášku o tom, co vše u sebe musí policista nosit, jak je vybavený, i o tom, jak je vybavené policejní auto. Děti si mohly vše dopodrobna osahat. Tento večer čekal na děti i kvíz a test o tom, co si vše děti zapamatovaly z rána. A bylo jim vysvětleno, jak se chovat v silničním provozu. Za tento den děti dostaly ocenění a malé dárečky.

Cílem dne byla: kreativita, fyzická aktivita i osobní rozvoj, komunikace i přátelství.

Po budíčku, rozcvičce, snídani a bodování chat přijela do areálu policie. Jelikož je můj strýc velitelem Městské policie Trutnov, přišla jsem za ním s nápadem, zda by nám nepříjel udělat přednášku o své práci. Souhlasil, a proto na děti čekala beseda s příslušníky městské policie z Trutnova. Dva příslušníci městské policie ochotně a podrobně popsali svoji práci. Dětem se představili – Městská policie zabezpečuje místní záležitosti veřejného pořádku. Předvedli dětem různé policejní vybavení (pouta, pendrek, elektrický obušek atd.). Na velkém plyšovém psovi, kterého si přivezli, dětem ukázali, jak se odchyťávají psi. Děti si pak mohly toto vybavení prohlédnout a vyzkoušet. Také si mohly prohlédnout interiér policejního auta.



### **Odpolední program:**

Po obědě a poledním klidu se děti mohly těšit na odpolední koupání. Všichni byli seznámeni s bezpečností a chováním v areálu bazénu. Děti byly rozděleny do 4 skupin po sedmi. Tyto skupiny měly svého vedoucího, který je při koupání hlídal. Každé dítě muselo hlásit, kam se vzdaluje (WC, stánek s občerstvením atd.). Na koupališti se dětem rozdala svačina. Dodržoval se pitný režim. Děti musely mít pokrývku hlavy, sluneční brýle a musely se namazat opalovacím krémem. Před večerí měly děti osobní volno, aby se mohly osprchovat a oddechnout si.





### **Večerní program:**

Každý tábor organizovaný DDM Hostinné musí do programu tábora vložit dopravní výchovu, jelikož DDM spolupracuje s Besipem. Besip na oplátku dětem věnuje drobné dárky. Děti si zopakovaly, jak se mají správně chovat v silničním provozu. Po jaké straně se chodí, po jaké straně se jezdí na kole. Jak se správně rozhlížet. Dozvěděly se, jaká je povinná výbava kola, a mnoho jiného. Za úkol měly vyplnit kvízy a testy týkající se dopravní výchovy. Zahrály si dopravní pexeso a Double. Na konci na každého čekal drobný dárek.



Po ukončení večerního programu následovalo společné vyhodnocení dne. Děti si připomněly formou diskuse, co dnešní den viděly, co se dozvěděly nového a co se jim líbilo nebo co je nudilo.

Po vyhodnocení šly děti společně provést večerní hygienu a byla vyhlášena večerka.

### **Shrnutí celého dne:**

Tento den jsem chtěla zajímavou, ale především hravou formou zorganizovat program pro bezpečnost dětí. Myslím si, že díky programu si děti zopakovaly, či se přiučily něčemu novému, například jak se chovat v silničním provozu. Budu ráda, když tyto znalosti využijí v reálném životě. Děti ochotně dodržovaly pravidla při odpoledním programu, který se konal na místním koupališti. Děti se vyřádily a byly spokojené, že nám vyšlo krásné počasí.

Po večerce na nás čekala organizační porada na další den. Prohlídka hradu Pecka byla během dne potvrzena, externí pracovník rytířského kroužku účast také během dne potvrdil, a tak nezbývalo jen doufat, že předpověď krásného počasí vyjde. Na poradě jsme se museli připravit i na variantu nepříznivého počasí. Rytířský program by se uskutečnil ve společenské místnosti (klubovně), kterou jsme měli po celý týden k dispozici. Prohlídka hradu proběhne i v deštivém počasí.

### **STŘEDA – *Historický program***

#### **Dopolední program:**

V tomto dni probíhalo neformální vzdělávání spojené s formálním vzděláváním, jelikož si nejdříve děti pohrály s rytířem z Arnau, který pro ně měl přichystaný zábavný program. Po odpoledním odpočinku šly děti pozorovat okolní krásy přírody obce Pecka, a k tomu samozřejmě nechyběl ani výstup na hrad Pecka, kde na děti čekala přednáška přímo od nadšence a pracovníka hradu Pecka. Děti měly možnost si prohlédnout okruh Harantovských sklepů.

Cílem dne byla: kreativita, fyzická aktivita i osobní rozvoj, komunikace i přátelství.

Po budičku, rozcvičce, snídani a bodování chat jsem měla domluvený program s nadšencem a externistou historického šermu a bojového umění, který přijel i se svými pomocníky. Je to opět externí pracovník DDM, který vede kroužek rytířů. Pro děti si připravil představení s doprovodnou hudbou. Dětem ukázal historické zbraně, jak se používaly tyto zbraně při boji a jak s nimi bezpečně zacházet. Děti si mohly obléknout železnou košili a zjistily, jak je těžká. Mohly si vyzkoušet vybavení rytíře, např. meče, štíty, oděv aj.

Po dopolední svačině měly děti za úkol vymyslet rytířské představení (monolog, dialog, sepsání na papír, improvizace, rozhovory, vyprávění). Děti byly rozděleny do dvou



skupin a obě skupiny měly stejný úkol, vymyslet divadelní představení. Při tomto vystoupení si děti mohly vypůjčit kulisy a oblečení.

Cílem této aktivity bylo pracovat společně a kolektivně. Děti musely spojit všechny hlavy a vymyslet na místě představení, které následně po 30 minutách předvedly. U dětí se rozvíjela fantazie. Sledovala jsem, jak se během dvou dnů skamarádili, a i přesto, že se neznali tak dlouho, vymysleli něco neuvěřitelného, co je bavilo.

Tento program se dětem líbil. Slyšeli jsme na rytíře z Arnau od dětí jen samou chválu, a ještě u večere nám děti vyprávěly, jak se jim dnešní program líbil, a jaké krásné scénky vymyslely, které až do večera mezi sebou rozebíraly a komentovaly. Dokonce společně děti vymyslely ještě jedno představení, které nám před spaním zahrály. V tomto představení účinkovali všichni účastníci našeho tábora od nejmenších až po ty nejstarší.



Protože se tato aktivita konala na louce u lesa, tak jsem využila zbylého času do oběda a připravila jsem pro děti aktivitu v lese. Každé dítě buď samo a nebo ve dvojici mělo za úkol postavit domeček pro skřítku Bojovníčka z lesních přírodnin, např. klacíků, šišek, mechů apod. Tato aktivita trvala cca 30 minut.

Pomůcky: lesní přírodniny, orientace v prostoru

**Cílem této aktivity je:** důvěra, motorika.

Tato aktivita nebyla nijak hodnocena, každé dítě má jinou představu a fantazii o tom, jak by domeček pro skřítku Bojovnička mohl nebo měl vypadat. Společně jsme si prohlédli jednotlivé domečky v lese a na konci aktivity jsme se všichni pochválili a zatleskali si.

### **Odpolední program:**

Po obědě a poledním klidu se děti oblékly, do batohu si daly připravenou svačinu a pití a společně s vedoucími vyrazily pěšky na hrad Pecka, který se nachází nedaleko kempu.

### **Hrad Pecka**

*„Je jediným interiérově zpřístupněným památkovým objektem v celém regionu středního Podkrkonoší a Krkonoš. Láká nejen krásnou okolní krajinou s jedinečnými výhledy na hřebeny Krkonoš, ale i dvěma prohlídkovými okruhy zaměřenými na vlastní, autentickou historii hradu a městečka Pecka.“*

Hrad – Hrad Pecka. Hrad Pecka [online] [cit. 2000-03-20] Dostupné z: <https://www.hradpecka.cz>

Středověký hrad Pecka je památkový objekt, který je zpřístupněný v regionu středního Podkrkonoší a Krkonoš. Je zde kolem krásná krajina s úžasným výhledem na Krkonoše. Hrad Pecka byl původně gotický, který se později přestavěl na renesanční zámek. Hrad Pecka v roce 1830 vyhořel a až ve 20. století proběhla oprava tohoto objektu. Dvě prohlídkové trasy nás seznámí se západním palácem a ukážou nám rozsáhlé sklepení. Nejzachovalejší částí hradu je zastřešený Harantův palác. Kryštof Harant z Polžic a Bezdržic byl nejznámějším majitelem Pecky. Toto místo je v současné době dějištěm různých kulturních a společenských akcí. (Staněk, 1975, s.102)

Na děti čekal prohlídkový okruh B – Harantovské sklepy.

Prohlídkový okruh Harantovské sklepy dává nahlédnout do každodenního života hradu za působení Kryštofa Haranta. Vychází z dobových dokumentů, především ze soupisu Harantova majetku z roku 1621, a přibližuje nejen tehdejší zásobování zámku, uskladňování potravin a přípravu jídla, ale také stravování a hygienu Harantovy rodiny. Kromě vinného a pivního sklepa a spížíren je v expozici naznačena také hodovní síň Veselka a láznička.

Prohlídka je doplněna o středověkou mučírnu.

Tato trasa se doporučuje také rodinám s dětmi, které se mohou prostřednictvím několika interaktivních prvků historie dotknout i hravým způsobem.

Trasa B- Harantovské sklepy- Hrad Pecka. *Hrad- Hrad Pecka* [online]. [cit. 2022-03-20].

Dostupné z: <https://www.hradpecka.cz/prohlidky/trasa-b-harantovske-sklepy/>



Po prohlídce hradu nás čekala cesta zpět do kempu a večere.

### **Večerní program:**

Pozvaný rytíř měl pro děti připravený ještě jeden program, kde si vyzkoušely, jak se střílí z kuše na velký terč. Pro děti jsme společně připravily překážkovou dráhu, na které děti musely vystřelit papírovou raketu pomocí nožní pumpy na cíl. Zabavily se nejen děti, ale i vedoucí tábora.



Následovalo vyhodnocení dne, předávání diplomů. Diskutovalo se o tom, co se dětem líbilo. Den byl ukončen večerní hygienou a večerkou.

### **Shrnutí celého dne:**

I tento den si děti měly odnést zajímavé informace týkající se historie, ale především své zážitky a dojmy. Děti tento den musely pracovat kolektivně, ale spoléhat i samy na sebe.

Děti spoléhaly samy na sebe především v okamžiku, kdy šermovaly s rytířem z Arnau a při střílení z kuše. Byl to pro ně veliký zážitek, protože žádný účastník mého tábora nikdy v životě nestřílel z kuše. Při aktivitě vymyslet představení či scénku děti pracovaly společně a v kolektivu. Tento den jsem vyzorovala, jak děti bojují samy za sebe, ale i to, jak se mezi sebou po tak krátké době známosti umí domluvit.



Pro nás ale den nekončil, na nás čekala příprava následujícího dne. Po náročném turistickém dni na nás čekala příprava polytechnických pomůcek k tvořivé činnosti (centrifuga na práci s barvami, barvy, trička, ...). Trička jsme rozdělili podle velikosti dětí. Každé tričko jsme označili nalepovací cedulkou se jménem. Tento večer jsme nemuseli řešit předpověď počasí na druhý den, neboť se tento kreativní program mohl uskutečnit ve společenské místnosti (klubovně). Po tak náročném dni jsme šli po dokončení naší přípravy hned spát.

## ČTVRTEK – *Polytechnický den*

### **Dopolední program:**

Cílem dne bylo rozvíjet logické myšlení a uvažování, kdy děti musely zapřemýšlet, jaké dvě barvy vznikají smícháním. Například žlutá + modrá = zelená, žlutá + červená = oranžová, modrá + červená = fialová. Tento den si děti zkusily něco, co jen tak doma nevyzkouší. Během dopoledního programu účastníci tábora dostali i pozvánku do Domu dětí a mládeže, kde se organizují různé akce a aktivity, které se týkají polytechniky. Dům dětí a mládeže pro děti připravuje další rozvíjející aktivity na toto téma. Děti se mohly těšit též na odpolední koupání, protože nám krásné počasí přálo. Večer byla pro děti připravena stezka odvahy, kdy mi přijeli pomoci externisté z Domu dětí a mládeže Hostinné v krásných kostýmech. Připravili jsme pro děti veliký okruh kolem kempu Pecka. Tento den bylo propojeno jak formální, tak i neformální vzdělávání.

Po budičku, rozcvičce, snídani a bodování chat se děti mohly těšit na hrátky s barvami. Připravila jsem pro ně zdobení triček létajícími barvami. S centrifugou na barvy se dají velmi jednoduchým způsobem vytvářet výrazné dynamické obrázky. Děti mohou pomalým nebo rychlým otáčením kliky ovlivňovat vznik uměleckého díla. Během otáčení se na papír nanese barva a odstředivá síla vytvoří skvělé vzory. Potom už jen obrázky dotvořit dle vlastní fantazie a pak obtisknout na tričko. Tento program se dětem líbil. Zkoušely, zkoumaly a pozorovaly, co umí barvy. Každý si tak vytvořil originální tričko na památku. Mezi programem se děti stihly nasvačit.



### **Odpolední program:**

Po obědě a poledním klidu se děti mohly opět těšit na odpolední koupání. Před tím, než jsme odešli k bazénu, společně jsme si zopakovali pravidla bezpečnosti a chování. Děti byly opět rozděleny do 4 skupin po sedmi. Tyto skupiny měly svého vedoucího, který je při odpoledním koupání hlídal. Každé dítě muselo hlásit, kam se vzdaluje (WC, stánek s občerstvením atd.).

### **Večerní program:**

Jelikož to byl poslední večer, který děti prožijí na táboře, se všemi vedoucími jsme pro ně připravili stezku odvahy, dvě vedoucí se staraly o děti. Hrály s dětmi kolektivní hry a ve volném čase si vyráběly masku. Ostatní vedoucí šli připravit stezku odvahy na nedalekou stráž a les. Museli jsme označit cestu, kterou stezka vedla. Označili jsme ji neonovými barevnými náramky. Během stezky na děti čekaly dva kostlivci, černý muž s lucernou a bílá paní, u které si vyzvedly odměnu – bonbon nebo lízátko. Děti se na stezku moc těšily a nedočkavě čekaly, až se setmí. Na stezku byly děti pouštěny po dvou. Během cesty potkaly kostlivce, u kterých musely poslepu sáhnout do dvou sklenic. V jedné nahmataly mezi pilinami gumového hada, ve druhé v písku plastového pavouka. Museli projít kolem černého muže s lucernou. Zde říkaly básničku nebo zpívaly. Nakonec došly k bílé paní, která chtěla vědět, co bylo ve sklenicích, a za správnou odpověď dostaly odměnu. U bílé paní děti čekaly na poslední dvojici. Pak šly společně do kempu. Cestou posbíraly barevné svítící náramky, které si nechaly na památku. Všichni statečně stezku zvládli.

Po stezce následovala hygiena a večerka.





### **Shrnutí celého dne:**

Tento den byl pro děti dnem oddechovým, kdy měly možnost zapojit svou fantazii. Mohly si vzájemně pomáhat. Děti prezentovaly svou představu, kterou následně zrealizovaly. Dodržovaly nastavená pravidla při odpoledním programu. Večer měly možnost překonat svůj strach.

Po stezce odvahy jsme děti uložili ke spánku. Byli všichni za celý den tak nabití dojmy a vyčerpání, že hned usnuli. A na nás čekala poslední práce našeho celotýdenního programu, a to každému dítěti připravit diplom, aby měl na co vzpomínat. Každý den jsme hodnotili uklizené chatky, polední odpočinek, chování dětí, a dokonce i to, jak děti jedly. Každé dítě se mohlo těšit na svůj speciální diplom, který ho za celotýdenní pobytový tábor vystihoval.

## **PÁTEK**

### **Dopolední program:**

Po budíčku, rozcvičce a snídani na děti čekal celkový úklid chat. Děti si musely sbalit všechny své věci zpátky do batohů, tašek a kufrů kromě plavek ručníků a věcí potřebných ke koupání. Svlékly povlečení, které musely odnést na určené místo. Zametly podlahu, srovnaly nábytek a pak proběhla kontrola pokojů. Po svačině si děti odnesly své věci do společné klubovny, kde jsme společně zhodnotily celý týden tábora. Vedoucí tábora rozdali dětem diplomy po bodovém sečtení za nejčistší a nejlépe uklizenou chatu. Všechny děti dostaly na památku diplom za celý tábor Pecka s malým dárkem. Dětem se tábor líbil. Jako zhodnocení tábora jsme dětem rozdali papíry ve formátu A4, kde bylo v každém řádku pět hvězdiček. První hvězdička znamenala to nejhorší hodnocení a 5 hvězdiček bylo to nejlepší hodnocení. Protože jsme na táboře měli i ty nejmenší účastníky, kteří neuměli číst, tak jsme jim diktovali, jak by zhodnotili například program v pondělí, jak se jim líbil rytíř z Arnau, horolezecká stěna, trampolíny, odpolední koupačky, a nakonec jak se jim líbil celý náš týdenní program

tábora. Toto pro nás byla zpětná vazba od dětí. Nakonec jsme si všichni sedli do kroužku a probíhalo mluvené nestrukturované hodnocení. Někteří chtějí jet příští rok znovu, pokud se tento tábor v této lokalitě uskuteční.



**Název poslední aktivity celotýdenního pobytového tábora zněl: Vzpomínky zůstanou.**

**Cíl:** Slavnostní ukončení programu, malování na hrníčky, rozvoj nápaditosti, kreativity, tvořivosti

**Orientační čas hry:** 60 minut

**Prostředí:** Společenská místnost

**Pomůcky:** čisté bílé hrníčky, barvy na sklo

**Průběh aktivity:**

Tato aktivita byla naše poslední, a tak se jednalo o rozloučení účastníků tábora. Na památku si děti mohly vytvořit vlastní hrníček tábora a všichni se na něj mohli podepsat. Naposledy si mohli společně zahrát jakoukoliv aktivitu, zazpívat si, pobavit se a vyměnit si navzájem kontakty.

Tato aktivita byla pro některé děti smutná, protože věděly, že je to poslední aktivita našeho týdenního programu, ale i tak si ji děti užily. Zároveň se těšily z toho, že si vlastnoručně mohly vyrobit dárek na památku. Na dětech byly vidět vděčné úsměvy, že si tábor užily. Přišly nám osobně poděkovat, řekly, že nás mají moc rádi a že se těší na příští rok. Odpoledne si pro děti přijeli rodiče a své velké díky vyjádřili malými dárečky.

**Odpolední program:**

Po obědě, který byl posledním stravováním, jsme společně odešli k bazénu, kde jsme čekali na příjezd rodičů. I tento poslední den byli všichni seznámeni s bezpečností a chováním v areálu bazénu. Děti byly rozděleny opět do 4 skupin po sedmi. Tyto skupiny měly svého vedoucího, který je při koupání hlídal. Každé dítě opět muselo hlásit, kam se vzdaluje (WC, stánek s občerstvením atd.).



V 15:00 tábor skončil. Společně se všemi vedoucími jsme do auta naložili věci, které jsme potřebovali na program tábora. S velkým poděkováním za ochotu a trpělivost jsme se rozloučili s personálem kempu. Sice s únavou, ale s dobrým pocitem a velkou úlevou, že se nikdo z dětí vážně nezranil, jsme odjeli domů.

### **3. 14 Vyhodnocení cílů**

Cíle, které jsem stanovila pro letní pobytový tábor, se účastníci tábora snažili dosáhnout. Měla jsem upřímnou radost z toho, co děti dokázaly za šest dní pobytového tábora. Děti se otevřely novým věcem a snažily se navázat nové vztahy. Je důležité si uvědomit, že dosažení cílů není vždy snadné, ale děti měly motivaci a vytrvalost k tomu jich dosáhnout. Zlepšily své komunikační schopnosti, protože se aktivně zapojovaly do skupinových aktivit. Naučily se naslouchat a projevovat vlastní myšlenky a pocity. Děti rozvíjely fyzický fond těla, snažily se být aktivní v různých sportovních aktivitách jako například v turistice a plavání. Účastníci zlepšovali své tělesné zdraví. Podíleli se na rozvíjení své kreativity, fantazie a představivosti, které využili při malování a tvoření. Měli možnost nahlédnout do tajů barev a procvičili si či zlepšili jemnou motoriku rukou. Děti si vytvořily nová přátelství a posílily stávající vztahy. Hledaly společné zájmy s ostatními účastníky tábora, otevřely se novým myšlenkám, postojům a zkušenostem. Naučily se tolerovat a hodnotit své chování. Myslím si, že všechny mé stanovené cíle byly splněny.

Cílem mé bakalářské práce bylo vytvořit šestidenní program letního pobytového tábora se všestranně zaměřeným vzdělávacím obsahem, následně ho zrealizovat a zreflektovat s důrazem na propojení formálního a neformálního vzdělávání. Mezi mými cíli bylo utvoření programu, do kterého patří například základní myšlenky, sestavení realizačního týmu, zajištění materiálu, ubytování a stravování, zajištění financování, práce týmu před a v průběhu akce.

Díky celotýdennímu pohybu se děti naučily poznávat rozsah svých pohybů. Naučily se pohyby nové a ovládaly své tělo. Vyzkoušely si střílet z kuše a bojovat s mečem. Seznámily se s historií a dějinami hradu Pecka. Dozvěděly se, co je pracovní náplň městské policie a společně si osvěžily vědomosti o správném chování v silničním provozu. Ale především děti vytvořily dobrou partu, která se vzájemně podporovala a pomáhala si. Tato parta zažila spoustu legrace a zábavy při kolektivních hrách, kdy nesměla chybět spolupráce. Děti mohly porovnat své vědomosti. Využily svou kreativitu a fantazii. Překonaly strach nejen z výšek ale i z temnoty. Užily si letní slunečné chvílky u bazénu.

Děti se na táboře nenudily, maximálně si tábor užily a domů si odvezly skvělý prázdninový zážitek. Z neformálních rozhovorů a diskuse na konci tábora jednoznačně vyplynulo, že děti byly spokojené, tábor si užily a odvezly si domů plno zážitků.

Po celou dobu tábora nám počasí přálo, a proto jsme všechny aktivity mohly zrealizovat venku na čerstvém vzduchu. Byla jsem připravená i na alternativu špatného počasí, kdy jsem měla připravené hry, kvízy, tvoření aj., které bychom museli realizovat v klubovně, kterou jsme mohli využívat. Díky účasti na tomto táboře jsem získala nové zkušenosti s vedením dětí a posílila si organizační schopnosti.

### **3. 15 Reflexe od dětí**

Hodnocení od dětí probíhalo každý večer. Pravidelně po večeři, kdy si děti potřebovaly oddychnout a byly plné zážitků po prožitém dni měly za úkol pomocí pantomimy předvést, co se jim tento den nejvíce líbilo. Děti zaujal kreativní způsob vyjádření pomocí mimiky a gestikulace s prvky tance, a to vše bez použití hlasu. Po této aktivitě mělo každé dítě za úkol nakreslit smajlíka nebo mračouna podle toho, jak se jim celý den líbil. Smajlíka nebo mračouna děti kreslily na arch papíru, který jsem předem připravila na každý večer.

### **3. 16 Zpětná vazba od rodičů**

Na základě neformálních rozhovorů po skončení tábora s rodiči dětí jsme se utvrdili v tom, že byl pro děti tábor přínosný a poutavý. Nejen, že si děti užily plno zajímavých aktivit, ale zároveň se nenásilnou formou dozvěděly plno informací z různých oblastí (historie, dopravní výchova, polytechnika atd.). Rodiče ocenili, že jejich dítě mohlo rozvíjet své schopnosti a získávat nové dovednosti, též byli rádi, že se jejich dítě naučilo spolupracovat, komunikovat a respektovat druhé a získalo tak nové kamarády. Zároveň ocenili, že děti byly celé dny venku a sportovaly a nebyly závislé na internetu (mobilu, počítači).

## ZÁVĚR

Cílem bakalářské práce bylo vytvoření šestidenního programu letního pobytového tábora se všestranně zaměřeným vzdělávacím obsahem pro děti předškolního a školního věku, které jsou v příbuzenském vztahu. Byla zde popsána realizace a reflexe programu s důrazem na formální a neformální vzdělávání. Samozřejmostí celého připraveného programu byla jeho následná realizace a zhodnocení. V teoretické části byly vysvětleny všechny základní pojmy týkající se volného času a sepsány informace o letních táborech, formálním a neformálním vzdělávání, mladším školním věku a dospívání. V praktické části byla nejvýznamnější zejména příprava her a aktivit celodenního táborového programu, protože pro děti je důležitý pohyb a rozvoj znalostí, schopností a dovedností. Z tohoto důvodu byl tábor koncipovaný jako všestranně zaměřený. K této podobě tábora přispěli externí pracovníci DDM, kteří zde vedou kroužky zaměřené na sport. V rámci praktické části práce byla představena nezisková organizace DDM, její činnosti a funkce.

Stanovený cíl, vytvořit šestidenní program letního pobytového tábora se všestranně zaměřeným vzdělávacím obsahem, následně ho zrealizovat a zreflektovat s důrazem na propojení formálního a neformálního vzdělávání, se podařilo naplnit. Mezi mými úkoly bylo nejen utvoření programu, ale též sestavení realizačního týmu, zajištění materiálu, ubytování a stravování, zajištění financování, práce týmu před a v průběhu akce.

Vzhledem k mé několikaleté praxi s vedením táborů jsem se snažila připravit na vše, zejména na změny počasí – program se vždy musí přizpůsobovat aktuálnímu počasí. Na všechny tábory jsem měla pokaždé připravený bohatý program, který jsem nikdy všechen nevyužila, neboť dětem se musí nechat také určitá volnost. Pokud se dětem líbí nějaká činnost nebo hra, neměla by se jim zbytečně ukončovat, pokud to situace dovolí. Z mé praxe vyplývá, že děti volnost a zábavu ve hře vycítí a komunikace s nimi je poté snadnější. Proto mým největším záměrem a zároveň přáním bylo, aby děti z tábora po šesti dnech odcházely spokojené a měly zájem se tábora zúčastnit i příští rok.

Formální vzdělávání a neformální vzdělávání jsou dva různé způsoby získávání dovedností a znalostí, ale mohou se navzájem doplňovat a propojovat. O to jsme se celý tým v rámci celého tábora snažili. Formální vzdělávání je organizovaný proces, který probíhá v rámci školského systému, zatímco neformální vzdělávání je spontánní a informální a odehrává se často mimo oficiální vzdělávací instituce. Propojení formálního a neformálního vzdělávání může mít mnoho výhod, například využití reálných zkušeností a příkladů.

V neformálním vzdělávání mohou děti či účastníci tábora získávat praktické zkušenosti, které potom mohou využít v rámci formálního vzdělávání. Formální vzdělávání může zahrnovat praktická cvičení a projekty, či programy získané z neformálního vzdělávání. Formální i neformální vzdělávání umožňují účastníkům rozšířit své dovednosti a znalosti, aby se mohli lépe připravit na budoucí život či kariéru.

V programu každého dne jsem se snažila propojit formální a neformální vzdělávání. U sportovního dne jsem se snažila děti naučit pravidla her, která poté využily ve volném čase tábora. U lezení si děti musely zapamatovat důležité součásti výbavy horolezce (pevné boty, sedák, lano, atd.). Po teoretické přípravě, kdy jim bylo vysvětleno, co horolezectví obnáší, si děti mohly vyzkoušet vylézt umělou horolezeckou stěnu na vlastní kůži. Teorii bezpečnosti využily v praxi při samotném pobytu na táboře, kde nebyly ubytovány samy. Proto musely dávat pozor nejen na svou bezpečnost při všech aktivitách, ale také na to, aby neohrozily ostatní osoby v areálu. K tomuto pomohl program s městskou policií. I v historickém programu bylo propojeno formální a neformální vzdělávání. Děti se seznámily s historií hradu Pecka, poslechny si okruh Harantovských sklepů, během dne si pak mohly zkusit, jaké je to být rytířem, vyzkoušet si kostýmy, bojovat s mečem a zkusit si střelbu z kuše. V polytechnickém programu děti měly možnost nahlédnout do tajů barev a jejich chování při tvorbě. Seznámily se s fungováním odstředivé síly, na vlastní oči viděly, co barvy dokážou při míchání, jaké vzory mohou vzniknout působením odstředivé síly. Důkazem bylo originální barevné tričko, které si děti v rámci této aktivity vytvořily.

Ač jsem již měla zkušenosti s organizací pobytového letního tábora, při tvorbě a realizaci tohoto jsem si uvědomila, jak je důležité dětem naslouchat, vnímat je empaticky, zároveň je motivovat k překonávání překážek, učit je samostatnosti a zodpovědnosti. Určitě jsem se díky tomuto táboru naučila být rozhodnější, nastavit si jasná pravidla jak mezi týmem vedoucích, tak mezi dětmi navzájem. Naučila jsem se věci plánovat, koordinovat a řídit veškeré aktivity. Během letního tábora jsem musela komunikovat s různými lidmi (účastníky tábora, rodiči, spolupracovníky atd.), což mi pomohlo rozvíjet komunikační schopnosti a efektivně je využívat ve všech situacích. Během tábora jsem si procvičila schopnost kritického myšlení a řešení problémů, když se objevily neočekávané situace, například již zmíněné změny počasí. Naučila jsem se spolupracovat s ostatními členy týmu, aby byly veškeré naplánované aktivity tábora úspěšné a plynule na sebe navazovaly. Toto mi pomohlo rozvíjet dovednosti týmové práce a spolupráce. Během letního tábora se objevovaly nenadálé situace, které vždy vyžadovaly rychlou reakci, díky čemuž jsem rozvíjela svoji adaptabilitu a flexibilitu. Jako vedoucí jsem se na letním táboře naučila motivovat děti a vést skupinu, aby účastníci dosáhli

společného cíle. Tyto získané dovednosti jsou pro mne do budoucí práce volnočasového pedagoga velmi cenné.

V neposlední řadě by děti měly odcházet z tábora s pocitem úspěchu. Kvalitní tábory by měly být přizpůsobené potřebám a schopnostem dětí, aby se mohly cítit úspěšně v aktivitách, které si vyberou. Úspěch může dětem poskytnout pocit sebevědomí a sebedůvěry, což má pozitivní vliv na jejich další vývoj a vlastně celý život. Celkově vzato by děti měly na konci tábora mít pocit spokojenosti, radosti, bezpečí, sounáležitosti a úspěchu.

Jako velký úspěch tohoto tábora vnímám počet dětí, které se tábora zúčastnily. Jsem ráda, že se každým rokem vracejí známé tváře, díky kterým se ujišťuji, že tyto tábory mají smysl a já svou práci odvádím svědomitě a pečlivě. Vytvořený program může dále posloužit jako inspirace či předloha pro ty, kteří budou mít zájem v následujících letech nějaký dětský pobytový tábor vymyslet a realizovat.

## POUŽITÁ LITERATURA:

- BURDA, J. *Tábory a další zotavovací akce*. Praha: NIDM, 2008. ISBN 978-80-86784-59-5.
- HARMACH, J., 2004. *Tábory a jiné zotavovací akce: průvodce jejich přípravou*. Praha: IDM MŠMT. ISBN 80-86033-93-7
- HAVLÍČKOVÁ, D., ŽÁRSKÁ, K. *Kompetence v neformálním vzdělávání*. Praha: NIDM, 2012. ISBN 978-80-87449-18-9.
- FRANC, D., ZOUNKOVÁ, D. MARTIN, A., 2007. *Učení zážitkem a hrou. 1. vyd.* Brno: Computer Press, a. s. ISBN 978-80-251-1701-9.
- HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. 176 stran. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
- KOMINAREC, I. *Úvod do pedagogiky volného času*. Prešov: Grafotlač , 2004. ISBN 80-968608-5-2.
- MACEK, P. *Adolescence*. 144 stran. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-747-7.
- NOVOSÁDOVÁ, M., PŘÍŠOVSKÁ, L. *Úvod do neformálního vzdělávání*. Praha: Dům zahraniční spolupráce, 2019. ISBN: 978-80-88153-68-9.
- NOVOTNÁ, E. *Pedagogika volného času*. Prešov: Rokus, 2017. ISBN 978-80-89510-58-0.
- NOVOTNÁ, L. *Vývojová psychologie*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2012. ISBN 978-80-261-0115-4.
- PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času*. 231 stran. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.
- PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času*. 145 stran. Praha: PedF UK, 2014. ISBN 978-80-7290-666-6.
- PETROVÁ, A., PLEVOVÁ, I. *Vybrané kapitoly z vývojové psychologie*. Ostrava: PedF Ostravské univerzity, 2018. ISBN 978-80-7599-078-5.
- PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. 400 stran. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0403-9.
- STANĚK, J., *Krkonoše a Podkrkonoší*. 308 stran. Praha: Olympia, 1975. ISBN 27-051-75
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Ostravská univerzita, 2005. ISBN 80-244-0629-2.
- VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová Psychologie*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-308-0.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. 531 stran. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.
- VÁGNEROVÁ, M. *Základy psychologie*. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-246-0841-3.

## INTERNETOVÉ ZDROJE:

Celotáborová hra – to je věc! In: *Dobrodružství.info* [online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://dobrodruzstvi.info/tabory/game>

DDM Foto Video: ZUŠ Hostinné. *ZUŠ Hostinné*[online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://www.zusaddmhostinne.cz/ddm-foto-video/>

DDM: ZUŠ Hostinné. *ZUŠ Hostinné*[online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://www.zusaddmhostinne.cz/ddm/>

Horolezectví: Vývoj sportu a základní výbava | FitYOU.cz. FitYOU.cz- fitness portál/ *On-line Magazin-Cvičte chytré*[online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://fityou.cz/horolezectvi-vyvoj-sportu-zakladni-vybava/>

Horolezectví-Wikipedie[online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Horolezectvi%C3%AD>

JUNÁK – ČESKÝ SKAUT, Z. S., 2023. Historie. *Skaut: najít kamarády, zažít dobrodružství* [online]. Praha [cit. 2023-03-21]. Dostupné z: <https://www.skaut.cz/skauting/historie/>

Kam s dětmi o prázdninách – Bleskove.cz *Bleskove.cz*[online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://www.bleskove.cz/styl/3903-kam-s-detmi-o-prazdninach>

Katalog her pro děti nejen na letní dětský tábor. Letní dětské tábory 2023 Klubu 112-atraktivní tábory pro děti[online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://www.letni-detske-tabory.cz/katalog-her>

Kemp Pecka. *Kemp Pecka*[online]. [cit. 2022-03-20]. Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz>

Kemp Pecka. *Kemp Pecka* [online] [cit. 2000-03-20]. Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz/o-kempu/provozni-a-ubytovaci-rad/>

MŠMT. *Často kladené dotazy: Tábory* [online]. [cit. 2022-11-27]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/casto-kladene-dotazy>

MŠMT. *Letní tábory* [online]. [cit. 2022-11-27]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/letni-tabory-2>

Storno podmínky – Kemp Pecka. Kemp Pecka [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz/o-kempu/storno-podminky/>

Trasa B- Harantovské sklepy- Hrad Pecka. *Hrad- Hrad Pecka* [online]. [cit. 2022-03-20].

Dostupné z: <https://www.hradpecka.cz/prohlidky/trasa-b-harantovske-sklepy/>

Ubytování- Kemp Pecka. *Kemp Pecka* [online] [cit. 2022-03-20] Dostupné z: <https://www.kemppecka.cz/ubytovani/>