

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrilometodějská teologická fakulta
Katedra křesťanské výchovy

Vendula Vojáková

Studijní obor: Sociální pedagogika

**Domov mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší
odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci -
inovace volnočasové činnosti**

Bakalářský projekt

Olomouc 2010

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tento projekt vypracovala samostatně a uvedla v něm veškeré zdroje, ze kterých jsem při psaní projektu čerpala.

V Olomouci dne 6.4.2010

.....

podpis studentky

Poděkování

Děkuji paní Mgr. Mileně Öbrink Hobzové za odborné vedení tohoto bakalářského projektu - za pomoc, rady, připomínky a především za její čas, který projektu věnovala. Dále patří velký dík všem vychovatelkám Domova mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci za jejich vstřícnost. Spolupráce s nimi byla výborná. Zvláštní poděkování patří ředitelce SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci paní Mgr. Ivě Burdové, která mi poskytla mnoho cenných informací. Děkuji také všem svým blízkým, kteří se mnou měli během mého psaní velkou trpělivost. Bez těchto lidí by projekt nemohl vzniknout. Děkuji.

OBSAH

ÚVOD.....	7
1 CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ: DOMOV MLÁDEŽE	9
1.1 Domovy mládeže: základní informace	9
1.2 Domovy mládeže v krajském městě Olomouc	10
1.3 Domov mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci.....	11
1.4 Poslání Domova mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci.....	12
2 DOMOV MLÁDEŽE STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÉ ŠKOLY A VYŠŠÍ ODBORNÉ ŠKOLY ZDRAVOTNICKÉ E. PÖTTINGA V OLOMOUCI	14
2.1 Historie a současnost domova	14
2.2 Materiální zázemí	16
2.3 Stávající systém chodu DM	17
2.4 Provozované činnosti na DM.....	19
2.4.1 Pravidelné zájmové činnosti	20
2.4.2 Nepravidelné zájmové činnosti.....	22
2.4.3 Spolupráce s jinými zařízeními	22

2. 5	SWOT analýza DM.....	24
2. 6	Dotazníkové šetření mezi studenty na DM	28
3	PLÁN INOVATIVNÍ VOLNOČASOVÉ ČINNOSTI NA DM STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÉ ŠKOLY A VYŠŠÍ ODBORNÉ ŠKOLY ZDRAVOTNICKÉ E. PÖTTINGA V OLOMOUCI	30
3. 1	Návrh nového zájmového kroužku – kurzu tance a taneční terapie.....	30
3. 2	Prostory a materiální zabezpečení pro konání KTTT	31
3. 3	Financování KTTT.....	31
3. 4	Organizace KTTT	32
3. 5	Náplň KTTT	32
3. 5. 1	Latinskoamerické tance	32
3. 5. 2	Taneční improvizace.....	34
3. 5. 3	Jazz dance	34
3. 5. 4	Taneční a pohybová terapie.....	35
3. 5. 5	Terapeutický tanec	36
3. 5. 6	Posilovací cviky/strečink	37
3. 6	Lektor KTTT	38
3. 7	Struktura jednotlivých lekcí podle jejich zaměření.....	39
3. 7. 1	Úvodní lekce	39

3. 7. 2	Výuka latinskoamerických tanců	40
3. 7. 3	Lekce jazzu	42
3. 7. 4	Lekce taneční improvizace	43
3. 7. 5	Tanečně - terapeutická lekce	45
3. 8	Shrnutí.....	46
ZÁVĚR	47
POUŽITÉ ZDROJE	49
SEZNAM PŘÍLOH	51

ÚVOD

Volný čas dětí a mládeže je neustále aktuálním tématem, kterým se sociální pedagogika zabývá. Jak obohatit zájmový život dětí? A jak motivovat mládež ke smysluplnému využívání volného času? Tyto otázky si klade nejen každý sociální pedagog, ale valná většina rodičů, učitelů a v neposlední řadě také vychovatelů. A právě v souvislosti s vychovatelskou činností a problematikou naplňování volného času dětí a mládeže, vznikl tento bakalářský projekt.

Aby měl projekt šanci na budoucí využití, soustředí se pouze na jedno zařízení. V tomto případě se jedná o školské zařízení, Domov mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci.

Projekt je rozdělen do tří základních částí, které jsou dále rozpracovány do dalších podkapitol. Každá z těchto tří částí má své specifikum.

V první části projektu je čtenář uveden do prostředí domovů mládeže. Dozvídá se, jak je domov mládeže charakterizován, komu slouží a s jakými cíli je takové zařízení zřizováno. Dále se první část projektu stručně věnuje situaci domovů mládeže v krajském městě Olomouc. Již zde poukazuje na existenci konkrétního zařízení, tedy Domova mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci, a zabývá se jeho základním posláním.

Druhá část projektu se zabývá podrobnou analýzou výše zmíněného domova. Zaměřuje se na systém chodu tohoto zařízení, jeho historii a současnou situaci, jeho právní a finanční zázemí, materiální vybavení a personálním obsazení. Nemalou součást pak tvoří výčet provozovaných činností, jak pravidelných zájmových kroužků, tak i dobrovolnické činnosti studentů žijících na domově. Tato část také obsahuje výsledky krátkého dotazníkového šetření, které v rámci tvorby projektu proběhlo.

Třetí a zároveň poslední část projektu je věnována návrhu inovativní činnosti pro tento domov. Je v ní vytvořena koncepce nového zájmového kroužku s názvem Kurz tance a taneční terapie. Tento kurz je rozpracován jak po organizační stránce, tak i po stránce praktické. V této části projektu se čtenář dozví, kde by nový kurz probíhal, kdo

se ho může účastnit, či jak by byl financován. Pozornost je pak věnována zejména konkrétním tanečním činnostem, které by byly náplní kurzu. Je zde také zmínka o osobnosti lektora kurzu. Pro lepší orientaci čtenáře v taneční problematice se tato část projektu také snaží o přiblížení struktury a průběhu jednotlivých lekcí.

Součástí projektu je také závěr. V závěru se obracíme zpět k nejdůležitějším mezníkům celého projektu. Jsou v něm shrnuty veškeré poznatky, k nimž jsme během tvorby projektu dospěli. Obsahuje také zhodnocení, zda je projekt schopen splnit svůj cíl.

Cílem celého projektu bylo v první řadě vytvořit pro dané zařízení takový inovativní návrh, který by byl maximálně využitelný. Pro tyto účely bylo třeba prozkoumat detailně prostředí domova mládeže, proniknout do systému jeho výchovných opatření a samozřejmě také do nabízených volnočasových činností, v současné době již na domově fungujících. Vzhledem k tomu, že během zkoumání všech zmíněných faktorů se neobjevily žádné protiargumenty, proč by nově navržený kurz nemohl vzniknout, byl navržen tento projekt. Pakliže projekt v budoucnu přesáhne rámec elektronické či papírové podoby, naplní tímto svůj nejdůležitější záměr.

1 CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ: DOMOV MLÁDEŽE

První část projektu se soustředí na popis základních údajů o zařízeních pro děti a mládež studující mimo místo svého bydliště – domovů mládeže. Dále stručně popisuje situaci domovů mládeže v krajském městě Olomouc.

Tato část projektu také obrací svou pozornost k Domovu mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci, jakožto ke stěžejnímu pilíři celého projektu.

1.1 Domovy mládeže: základní informace

Domovy mládeže (DM) jsou ubytovací zařízení pro studenty, jejichž bydliště je od místa studia vzdáleno tak, že pro ně každodenní dojíždění do školy není možné.

Vyhláška ze dne 22. února 2005 o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních definuje domov mládeže jako zařízení, které: „...poskytuje žákům středních škol a studentům vyšších odborných škol ubytování, výchovně vzdělávací činnost navazující na výchovně vzdělávací činnost středních škol a vyšších odborných škol a zajišťuje těmto žákům a studentům školní stravování. Domov vede žáky a studenty k plnohodnotnému využívání volného času formou zájmových činností.“¹

Ve stejné vyhlášce pak můžeme registrovat i zmínku o přihlašování a ubytování žáků a studentů na DM: „...O umístění žáka nebo studenta do domova se rozhoduje na základě přihlášky podané zákonným zástupcem nezletilého žáka, zletilým žákem nebo studentem. Zákonný zástupce nezletilého žáka, zletilý žák nebo student podává

¹ Česko. Vyhláška ze dne 22. února 2005 o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních. In *Sbírka zákonů č. 108/2005*. 2005, částka 34, str. 1121.

příhlášku na každý školní rok. Žáci se ubytovávají v pokojích odděleně podle pohlaví a popřípadě i podle věku.²

Domovy mládeže mají za cíl vychovávat a dále vzdělávat své svěřence. Zaměstnanci DM se starají o naplňování volného času studentů, organizují zájmové činnosti a působí preventivně v oblasti sociálně patologických jevů.

Od v podstatě benevolentního kolejniho ubytování vysokoškolských studentů se ubytování na DM v mnohém liší. Je daleko striktnější. Důraz je kladen na pravidla provozního, ale i morálního rázu. Studijní záležitosti jsou kontrolovány, přítomnost a pohyb studentů na domovech je stále pod dohledem vychovatelů.

1.2 Domovy mládeže v krajském městě Olomouc

Město Olomouc je proslulé svou studentskou populací. Studenti tvoří neodmyslitelnou součást olomouckého koloritu. Kromě známé univerzity je v Olomouci také velké množství středních škol. Tyto střední školy se od sebe liší svým zaměřením. Nicméně všechny se nějakým způsobem musejí vypořádávat se studenty, kteří se rozhodli v té které škole studovat i přesto, že nepocházejí z tohoto města. Proto každá střední škola v Olomouci musí spolupracovat s dalším zařízením, a tím je domov mládeže.

Olomouckých středních škol je celkem 21, z toho pět gymnázií. Domovů mládeže je v Olomouci šest³:

- Domov mládeže Gorazdovo náměstí 1,
- domov mládeže Na Vlčinci 3,
- domov mládeže Rooseveltova 79,
- domov mládeže tř. 17. listopadu 6/A,
- domov mládeže U Hradiska 2,

² Česko. Vyhláška ze dne 22. února 2005 o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních. In *Sbírka zákonů č. 108/2005*. 2005, částka 34, str. 1121.

³ *Olomoucký kraj* [online]. 1.9.2009 [cit. 2010-02-23]. Seznam škol a školských zařízení v Olomouckém kraji. Dostupné z WWW: <<http://www.kr-olomoucky.cz/>>.

- domov mládeže U Sportovní haly 1.

Všechny tyto domovy mohou v Olomouci poskytovat ubytování středoškolským studentům. Kapacita domovů se v průměru pohybuje mezi 100 – 150 místy.⁴ To znamená, že město Olomouc může ubytovat nejméně 600 mimo-olomouckých studentů středních škol.

Poslední zmíněný, domov mládeže U sportovní haly 1, je předmětem další tvorby tohoto projektu. Jedná se o Domov mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické (SZŠ a VOŠz) E. Pöttinga v Olomouci.

1.3 Domov mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci

Domov mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga se nachází v krajském městě Olomouc, v městské části Lazce. Přednostně ubytovává studenty střední a vyšší odborné zdravotnické školy, ale je v něm také možno ubytovat studenty jiných středních a vyšších odborných škol.

Studenti se na DM přihlašují pomocí Přihlášky na DM⁵ a současně s ní vyplňují i Dohodu o podmínkách ubytování v DM⁶ Soužití studentů a vychovatelů je ošetřeno Vnitřním řádem domova mládeže, ale v podstatě funguje na principu dobrovolnosti.

Ředitelkou školy je od 1. března 2010 Mgr. Iva Burdová, která působila jako zástupkyně ředitele školy pro DM. V letošním roce na její místo nastoupila Mgr. Alena Nádvořníková.

⁴ *Olomoucký kraj* [online]. 1.9.2009 [cit. 2010-02-23]. Seznam škol a školských zařízení v Olomouckém kraji. Dostupné z WWW: <<http://www.kr-olomoucky.cz/>>.

⁵ Viz. Příloha č. 1 – Přihláška na DM

⁶ Viz. Příloha č. 2 – Dohoda o podmínkách ubytování v DM

Kontakt na DM:

Domov mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga

U Sportovní haly 1

779 00 Olomouc

email: domov@domov-epol.cz

Tel.: 585 223 145

1. 4 Poslání Domova mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci

Posláním Domova mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci je především vytvářet vhodné životní a studijní podmínky ubytovaným studentům.

Zaměstnancům DM jde o bezproblémový chod zařízení, o vstřícné vztahy mezi ubytovanými a o dobrý studijní prospěch každého studenta. Ubytování na domově je dokonce podmíněno dobrými studijními výsledky. Proto občas ti, kteří mají problémy s učením, dostanou (po konzultaci vychovatelek s rodiči) přiděleny pevné studijní hodiny – tedy čas, který musí trávit na domově, a pokud možno studovat.

Studenti žijící na DM mohou navštěvovat všechny kroužky, které jim domov nabízí. Jejich přihlášení do jakékoliv zájmové činnosti ale není závazné, vše funguje na principu dobrovolnosti. Přestože jsou volnočasové činnosti stále rozvíjeny a obohacovány, nejsou hlavním posláním domova.

Stěžejním cílem DM je vychovávat studenty ke správným hodnotám a zdravému životnímu stylu. „Hodnotové orientaci se člověk učí na základě svých zkušeností s odměnami a tresty.“⁷ Proto je velice důležité stanovit studentům na domově pravidla, trvat na jejich dodržování a samozřejmě domluvit sankce za jejich porušování. Stejně tak se na DM udělují pochvaly a ocenění za různé činnosti, kterými se studenti podíleli

⁷ NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie téměř pro každého*. 1. vyd. Praha : Academia, 2004, str. 169.

na celkovém rozvoji domova. Co se týče zdravého životního stylu, je bezpochyby velmi důležité vést mladé lidi k aktivnímu trávení volného času, ale také k umění relaxovat, či zdravě se stravovat. Tento komplexní přístup k výchově studentů na DM je důležitým faktorem pro jejich další osobnostní růst. V období na rozhraní puberty a adolescence, kdy mladý člověk přichází do zcela nového prostředí, má toto poslání pro studenty nenahraditelnou váhu.

2 DOMOV MLÁDEŽE STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÉ ŠKOLY A VYŠŠÍ ODBORNÉ ŠKOLY ZDRAVOTNICKÉ E. PÖTTINGA V OLOMOUCI

Druhá část projektu se věnuje podrobné analýze Domova mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci, počínaje historií domova až po jeho současnou situaci. Seznamuje čtenáře s materiálním vybavením, personálním obsazením i legislativou, potřebnou pro chod zařízení. Nermalou měrou také přibližuje zájmovou činnost, kterou domov svým studentům nabízí, představuje všechny volnočasové aktivity provozované na DM. V neposlední řadě je zde zmínka o dobrovolnické činnosti studentů a spolupráci domova s jinými zařízeními.

Druhou část projektu uzavírá krátké zpracování dotazníkového šetření, které proběhlo mezi studenty na DM. Cílem tohoto šetření bylo zjistit zájem studentů o založení nového zájmového kroužku na jejich domově.

2.1 Historie a současnost domova

Historie domova je opravdu bohatá. Následující podkapitola popisuje vývoj DM od jeho zrodu v roce 1895 až po jeho současnost. Současné situaci domova je pak věnována další podkapitola.

2.1.1 Historie

Podle Lenertové je historie DM úzce spjata s historií školy, která sahá až do roku 1895. Tehdy Emanuel hrabě Pötting – Persing založil v Olomouci školu pro výchovu českých dívek – dodnes nazývanou Pöttingeum. Škola byla původně zřízena pro 200 žákyň, z nichž 60 bylo chovankami penzionátu. Ten měl mimo-olomouckým dívkám nahradit domácnost s veškerým zaopatřením.⁸

⁸ LENERTO VÁ, Eva. *Historie DM SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci*. Olomouc, 2005, str. 1.

V roce 1942 okupanti zabrali celou budovu školy kromě penzionátu. Výuka byla prováděna na jiných školách. V roce 1943 byl obsazen i penzionát a přeměněn na lazaret.

Do počátku 80. let byl domov mládeže umístěn v prostorách bývalého penzionátu. Bylo v něm ubytováno kolem 60 studentek.

V roce 1981 se část domova přestěhovala do budovy v areálu vysokoškolských kolejí na Šmeralově ulici. Zde byla pro studenty školy vyhrazena kapacita 80 lůžek. V budově školy byly některé pokoje domova mládeže přeměněny na učebny, ve zbytku pokojů ještě stále bydlely některé studentky. Takto rozdělený byl domov do roku 1989, kdy začaly být všechny jeho prostory ve školní budově využívány pro potřeby výuky. V roce 1990 byl již celý domov mládeže umístěn v budově na Šmeralově ulici. Kapacita DM Šmeralova byla 250 lůžek.⁹

V roce 1998 byl DM na Šmeralově ulici vyměněn za budovu vysokoškolských kolejí U Sportovní haly, v městské části Olomouc – Lazce, kde se nachází dodnes.

2. 1. 2 Současnost

V současné době sídlí domov mládeže v městské části Olomouc – Lazce, U Sportovní haly 1. Ubytovává dívky, ale i chlapce. Přednost mají studenti SZŠ a VOŠz E. Pöttinga, ale možnost ubytovat se na DM mají i studenti jiných středních škol a gymnázií v Olomouci. Studenti jsou povinni dodržovat Vnitřní řád DM.

O současném stavu DM, co se týče zájmu studentů o ubytování a plnění ročních plánů, nás informuje Výroční zpráva DM z roku 2008/2009: „Školní rok byl zahájen se 183 žáky, kteří byli rozděleni do 7 výchovných skupin. Domov mládeže byl v hodnoceném školním roce uzpůsoben k ubytování 160 děvčat a 23 chlapců. Pro školní rok 2008/2009 byly kladně vyřízeny všechny přihlášky k ubytování. Hlavní úkoly výchovně vzdělávací činnosti, vycházející z Koncepce výchovy v DM stanovené

⁹ LENERTOVIÁ, Eva. *Historie DM SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci*. Olomouc, 2005, str. 4.

Ročním plánem práce a rozpracované v měsíčních plánech a v Plánu činnosti v oblasti protidrogové prevence, byly splněny.¹⁰

Domov také umožňuje ve svých prostorách takzvané komerční ubytování, to znamená, že v období, kdy na domově nejsou studenti (víkendy nebo prázdniny), se v něm mohou za poplatek ubytovat soukromé osoby či skupiny.

Ve školním roce 2009/2010 bylo na domově ubytováno celkem 147 studentů.¹¹

2.2 Materiální zázemí¹²

Tato kapitola se zabývá vybavením domova. Obsahuje výčet materiálu na DM, informuje čtenáře o tom, co a kde lze na DM najít.

Domov má 183 lůžek v 35 ubytovacích buňkách. V každé buňce jsou dva pokoje, dvoulůžkový a třílůžkový, s vlastním sociálním zařízením. Všechny pokoje jsou vybaveny zánovním nábytkem. Vybavení domova odpovídá normě dané Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy České republiky (dále jen MŠMT).

Poslední stavební úpravy na DM byly provedeny ve školním roce 2000/2001. Vybudovala se nová hlavní vychovatelna, společenská místnost pro studenty a vrátnice.

Ve školním roce 2008/2009 byla na čtyřech podlažích dřevěná okna vyměněna za plastová, dále bylo vyměněno 60 kusů váleň, DM byl vymalován, na jednom poschodí byly vyměněny tapety za omítky, byl opraven výtah. Na každém patře je kuchyňka, televizní místnost, studovna a služební místnost pro vychovatele.

V suterénu se nachází technické zázemí domova. Dále keramická dílna, která je vybavena základními pomůckami pro výtvarnou a keramickou činnost. Nachází se zde také nově vybudovaná kuchyň. DM má dvě posilovny. Jedna je určena pro cvičení

¹⁰ SZŠ a VOŠz Emanuela Pöttinga, Olomouc – výroční zpráva za školní rok 2008/2009.

¹¹ Burdová, Iva. Domov mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga, U Sportovní haly 1, Olomouc, 12. 1. 2010.

¹² PÖTTINGEUM Olomouc : Almanach ke 110. výročí založení Ústavu hraběte Pöttinga V Olomouci. Olomouc : SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci, 2005, str. 27.

s posilovacími stroji, ve druhé jsou dva eliptické trenažéry a dvě spinningová kola. Studenti mají také možnost využít stolní tenis, stolní fotbal a elektronické šipky. Posilovny a místnost na stolní tenis a stolní fotbal jsou taktéž v suterénu budovy.

V přízemí se nachází společenská místnost – respirium s televizorem, videem a DVD. V respiriu je i piano. Vedle společenské místnosti je malá tělocvična se zrcadly, která je využívána pro sportovní činnost jako je aerobic, step aerobic, bodystyling a další. Do vybavení tělocvičny patří i činky, gumy a cvičební míče – overbally.

V přízemí DM jsou vybudovány také dva VIP pokoje, které jsou k dispozici hostům školy – například v období maturit jsou zde ubytováni členové maturitních komisí, pokud nejsou z Olomouce. Dále mají studenti k dispozici místnost s PC, internetem a připojením WiFi. V přízemí je také hlavní vychovatelna, kde mají studenti možnost vypůjčit si žehličku či fén. Také si zde mohou vybírat z široké nabídky společenských her.

Ve čtvrtém poschodí je knihovna. V současné době obsahuje její inventář přibližně 1300 knih. Obsah domovské knihovny tvoří především beletrie pro volný čas, včetně literatury vhodné pro potřeby povinné četby. Studenti ji mohou využívat kdykoliv ve svém volném čase.

2.3 Stávající systém chodu DM

Tato kapitola se zabývá samotným provozováním Domova mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci. Je zde popsána legislativní stránka a finanční zázemí, ale také materiální zabezpečení domova, jeho personální obsazení a organizace práce vychovatelek.

2. 3. 1 Legislativní ukotvení

Domov mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga je školské zařízení. Zřizovatelem domova je Olomoucký kraj a jeho činnost je vymezena zřizovací listinou.¹³

2. 3. 2 Finanční zázemí

Financování domova mládeže souvisí s financováním školy. Škola je příspěvkovou organizací a jejím zřizovatelem je Olomoucký kraj. Z kraje jsou škole i domovu mládeže přidělovány tzv. normativy¹⁴, aktualizované každý školní rok.

Normativy jsou finanční částky, kterými dané zařízení může disponovat. Jejich výši stanovuje MŠMT. Z ministerstva jsou rozděleny do všech krajů ČR. Každý kraj přepočítává a přerozděluje své normativy do jednotlivých škol a školských zařízení podle počtu jejich žáků. Tabulky s výši normativů v každém kraji nejsou veřejnosti přístupné.

Normativy určené pro domov slouží výhradně k jeho výchovné a zájmové činnosti. Provozní náklady domova hradí ubytování. Tato částka činí 1200,- Kč za jeden měsíc.

2. 3. 3 Personální zabezpečení a organizační struktura

Ředitelkou SZŠ a VOŠz E. Pöttinga, tedy i ředitelkou DM je od 1. 3. 2010 Mgr. Iva Burdová. Vedoucím pracovníkem domova je zástupkyně ředitele pro DM Mgr. Alena Nádvořníková.

Vyhláška ze dne 22. února 2005 o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních mluví o tzv. výchovné skupině: „Základní

¹³ *Olomoucký kraj* [online]. 1.9.2009 [cit. 2010-02-23]. Zřizovací listiny škol Olomouckého kraje. Dostupné z WWW: <<http://www.kr-olomoucky.cz/>>.

¹⁴ Lze najít ve Vyhlášce č. 492/2005 Sb., o krajských normativěch.

jednotkou výchovně vzdělávací činnosti v domově je výchovná skupina (dále jen „skupina“). Každou skupinu vede jeden vychovatel. Nejnižší počet žáků a studentů ve skupině je 20 a nejvyšší počet žáků a studentů ve skupině je 30. V odůvodněných případech může ředitel domova zvýšit nejvyšší počet žáků a studentů ve skupině až o 3.¹⁵

Na provoz domova dohlíží sedm vychovatelek, včetně zástupkyně ředitele SZŠ a VOŠz pro DM. Pracují na směnný provoz, takže se pravidelně střídají na denních, odpoledních i nočních službách. Pracovní doba je nepravidelná, probíhá v pětítýdenním cyklu. Každý cyklus čítá 40 hodin - 36 hodin přímé a čtyři hodiny nepřímé pracovní doby. Počet odpracovaných hodin v jednom cyklu odpovídá normám MŠMT.

Každá vychovatelka má na starosti jednu výchovnou skupinu, většinou podle ročníků, aby si skupina byla co nejbližší a měla podobné zájmy. Výjimku tvoří chlapecká skupina, v níž jsou všichni chlapi bez rozdílu věku, protože jich je v domově málo.

Čtyřikrát ročně zasedá na DM pedagogická rada, na níž každá vychovatelka hodnotí svou skupinu. Kromě těchto porad mívají vychovatelky podle potřeby „běžné provozní porady“. Zhruba každé 2 týdny se konají tzv. schůzky skupin, na nichž se řeší interní záležitosti skupiny – tyto schůzky si organizuje každá vychovatelka se svou skupinou sama.

2.4 Provozované činnosti na DM

Tato kapitola má za cíl seznámit čtenáře s konkrétními volnočasovými činnostmi, které jsou na DM provozovány.

Na domově funguje tzv. studentská rada, která podává návrhy a připomínky k životu na domově, navrhuje další aktivity, popřípadě zprostředkovává vzájemné

¹⁵ Česko. Vyhláška ze dne 22. února 2005 o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních. In *Sbírka zákonů č. 108/2005*. 2005, částka 34, str. 1121.

doučování mezi studenty. Všechny návrhy, které studentská rada podá, jsou diskutovány na pedagogických radách vychovatelek.

Díky spolupráci studentské rady a vychovatelek DM tak mohla vzniknout řada zájmových kroužků. Ty mohou studenti navštěvovat ve svém volném čase, který tráví na domově.

Nabídka volnočasových aktivit, kterých mohou studenti na DM využívat, je velice pestrá. Charakterizujeme ji v následujících podkapitolách.

2. 4. 1 Pravidelné zájmové činnosti

Pravidelné zájmové činnosti DM jsou ty, které na domově probíhají po celý školní rok. Vzhledem k tomu, že mají vychovatelky proměnlivou pracovní dobu, nelze sestavit žádný týdenní plán všech pravidelných zájmových kroužků. Každá z vychovatelek vede alespoň jeden zájmový kroužek. Studenti jsou o konání konkrétní činnosti informováni vždy s týdenním předstihem. Vychovatelky se snaží, aby všechny kroužky byly co možná nejpravidelnější, tzn.: aby probíhaly pokud možno vždy ve stejný den. Studenti jsou na tento způsob organizace volného času již zvyklí.

Činnosti, které takto na DM fungují, se přizpůsobují zejména potřebám a zájmům studentů. Většinu obyvatel domova tvoří dívky, proto se zde setkáváme zejména s „dívčími“ aktivitami. Při zavádění nových volnočasových aktivit je však nutno přihlížet také na materiální vybavení domova.

Výtvarný kroužek probíhá v místnosti v suterénu budovy. Zároveň slouží tato místnost i jako keramická dílna. Je vybavena barvami, štětci, papíry, lepidly, keramickými formami a různými dalšími pomůckami pro výtvarnou a keramickou tvořivost. Studenti pracují s rozmanitými materiály, vyrábí si šperky a dekorace z různých kovů, skla či dřeva. Ve formách na keramiku pečou hrnečky a svícny. Své výrobky buď použijí při výzdobě domova, nebo je darují do některé z organizací, s nimiž domov spolupracuje.

V suterénu DM také probíhá kurz vaření. Nově vybavená kuchyňka má prakticky vše, co studenti k vaření potřebují. Spolu s vychovatelkou už také napsali pěknou kuchařku, která se zaměřuje na jídla ekonomicky nenáročná, aby si je mohl „dovolit“ každý student. Obsahuje také typické rady pro každého začínajícího kuchaře. Při slavnostních příležitostech na DM, například o Vánocích, si studenti připravují jídla všeho druhu, pečou cukroví a podobně.

Tělocvična je určena pro lekce aerobiku, step-aerobiku a cvičení na balonech. Vybavení je dobré, v tělocvičně jsou k dispozici velké i malé nafukovací cvičební míče, tzv. gym bally a overbally. Dále pak cvičební gummy, činky a bedničky na step-aerobik. Tyto aktivity jsou oblíbené výhradně u dívek, chlapci tomuto druhu cvičení neholdují, dávají přednost cvičení v posilovně.

V respiriu, čili ve společenské místnosti v přízemí, se odehrávají další volnočasové činnosti, například dramatický kroužek. Vzhledem k tomu, že je respirium největším společným prostorem na DM, soustřeďuje se sem také filmový klub. Studenti si mohou vybrat ke zhlédnutí v podstatě jakýkoli film, pokud jeho děj nepůsobí kontraproduktivně na jejich mravní výchovu. Vítány a upřednostňovány jsou zejména filmy, které mohou do jisté míry studentům nahradit doporučenou literaturu. Dalším zájmovým kroužkem, který se odehrává v respiriu, je kurz znakového jazyka. Ten vznikl na popud studentů, kteří o něj jeví již delší dobu zájem.

Masérský kroužek je provozován hlavně kvůli zdravotnické orientaci většiny studentů na DM. Studenti se tak učí základní zásady práce se svaly a jejich regenerací. Po absolvování masérského kurzu sice nejsou oprávněni vykonávat masáže ve zdravotnických zařízeních, ale pro jejich vlastní potřebu je tento kroužek dostačující a může být také motivací pro další studium tohoto zdravotnického odvětví.

Mezi pravidelnou činnost studentů patří také vydávání časopisu Koktejl. Časopis vychází zdarma každé dva měsíce, pouze v rámci domova a školy. Náplň navrhuje rada časopisu tvořená studenty DM a koordinuje jedna z vychovatelek. V Koktejlu jsou probírána jak témata z oboru, tzn. ze zdravotnictví, tak i témata ryze osobního rázu, jako například příhody ze školních akcí, povídky, které píšou studenti o životě na domově, apod.

2. 4. 2 Nepravidelné zájmové činnosti

Kromě pravidelných zájmových kroužků se vychovatelky snaží studentům zajistit různorodý program podle aktuální situace ve městě. Studenti se tak mohou účastnit zajímavých besed nebo soutěží. Navštěvují výstavy, kina, divadla a další kulturní a sportovní akce, které město Olomouc nabízí.

Studenti také mohou využívat jak místnost na stolní tenis v suterénu domova, tak i obě posilovny. Svou návštěvu těchto prostor musí ale předem ohlásit některé ze sloužících vychovatelek.

Počítačovou učebnu, knihovnu a společenskou místnost s televizí (tzv. respirium) mohou studenti navštěvovat podle vlastní potřeby během dne. Jediné pravidlo je, aby se, zejména u počítačů, spravedlivě vystřídali všichni zájemci.

Dle zájmu studentů je jim umožněno, aby se podíleli na celkovém estetickém vzezření domova. Je vítáno, když se zapojují do malování hlavní chodby, nebo výzdoby společných prostor. Součástí těchto aktivit je i péče o květiny v domově i v jeho nejbližším okolí.

Nově bylo zakoupeno několik párů kolečkových bruslí včetně ochranných helem a chráničů. Brusle si mohou studenti zapůjčit, avšak podmínkou pro jejich využívání je, aby s nimi na vyjížďky vždy jela některá z vychovatelek. Záleží tedy, jak se studenti s vychovatelkami domluví.

2. 4. 3 Spolupráce s jinými zařízeními

Na domově je již několik let podporována dobrovolnická činnost. Vzhledem k zájmu a budoucímu profesnímu zaměření studentů sepsal DM dohodu o spolupráci se čtyřmi

zařízeními. Jsou to taková zařízení, ve kterých by se studenti zdravotnických škol mohli v budoucnosti realizovat. Jedná o spolupráci s těmito organizacemi¹⁶:

Český červený kříž (ČČK)

Studenti z DM každý rok vyrábějí dárky pro předvánoční akci ČČK dle požadovaných vzorů.

Ze strany ČČK jsou tak studentům na DM zajištěny dvě bezplatné přednášky na požadované téma. Přednášky bývají spojené s besedou.

Dětský domov Olomouc

Studenti SZŠ a VOŠz každoročně vypomáhají v nedalekém dětském domově (Dolní Hejčinská 35). Jejich výpomoc spočívá v organizaci jednorázových akcí, jako je například výlet do ZOO na Svatém Kopečku u Olomouce, návštěva filmového nebo divadelního představení nebo aktivity v rámci dětského dne.

Studenti se na oplátku mohou seznámit s chodem zařízení, s problematikou zde umístěných dětí, jejich vývojovými zvláštnostmi atd.

Domov důchodců Chválkovice

Spolupráce s domovem důchodců ve Chválkovicích je rozepsána téměř na každý měsíc. V září studenti pomáhají při sportovní olympiádě, v říjnu obsluhují a doprovázejí obyvatele domova na vinobraní, v prosinci vypomáhají s vánoční besídkou, v únoru spoluorganizují maškarní ples, v březnu společně s důchodci vítají jaro, v květnu pořádají zahradní slavnost.

¹⁶ LENERTOVÁ, Eva. *Historie DM SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci*. Olomouc, 2005, str. 5.

Studenti si v tomto zařízení mohou vyzkoušet práci se starými lidmi, s lidmi na invalidním vozíku, ale také ošetrovatelskou činnost, což je, vzhledem k jejich studijní orientaci, velmi vhodná praktická zkušenost.

Internát Speciální střední, základní a mateřské školy DC 90 s.r.o. Topolany

Spolupráce s internátem v Topolanech je založena na plánování volnočasových aktivit. Výpomoc studentů SZŠ a VOŠz bývá nárazová, podle potřeb internátu. Náplní dobrovolnické činnosti studentů je například plánování a organizace sportovního odpoledne, mikulášské nadílky, karnevalů, dne dětí a podobně.

Ze strany DC 90 v Topolanech bývá pravidelně zasílán na domov materiál do časopisu Koktejl – kresby, fotografie a podobně.

2.5 SWOT analýza DM

Tato kapitola se zabývá hodnocením aktuálního stavu Domova mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci. Zhodnocení bylo provedeno pomocí SWOT analýzy tohoto zařízení. Soustředí se tedy na kladné a záporné stránky DM, jeho příležitosti a hrozby. Pro lepší orientaci je SWOT analýza nejprve zobrazena v tabulce, poté následuje komentář.

Tabulka č. 1: SWOT analýza Domova mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga

SWOT analýza	
Strengths (přednosti)	Weaknesses (nedostatky)
<p>Dobrá dostupnost DM (cca 10 min. od centra města)</p> <p>Homogenost skupin na DM (studium stejného oboru, podobný věk)</p> <p>Dobrovolnost v účasti na akcích organizovaných DM</p> <p>Pěstování tolerance mezi studenty v důsledku kolektivního života na DM</p> <p>Pestrost nabízených volnočasových činností</p> <p>Vzájemná výpomoc při studiu</p> <p>Školské zařízení – stabilní platové podmínky pro zaměstnance DM, prázdniny</p>	<p>Nedostatky života na DM spojené s brzkým opuštěním rodiny (stesk po rodině, zažité stereotypy)</p> <p>Omezené soukromí studentů na DM</p> <p>Neschopnost individuálního přístupu ke každému studentovi ze strany vychovatelů</p> <p>Vliv skupiny na jednotlivce a s tím spojené riziko užívání alkoholu a jiných návykových látek</p> <p>Směnný provoz DM</p> <p>Nepravidelnost v časovém harmonogramu zájmových kroužků na DM</p>
Opportunities (příležitosti)	Threats (hrozby)
<p>Spolupráce s dalšími zařízeními</p> <p>Vytváření nových sociálních sítí</p> <p>Získávání nových zájmů díky nabídce činností na DM</p> <p>Účast na akcích pořádaných DM</p> <p>Další vzdělávání vychovatelů (v rámci školy)</p> <p>Možnost komerčního ubytování</p> <p>Možnost stáží a praxí pro studenty VŠ</p>	<p>Porušování Vnitřního řádu DM (pozdní příchody studentů na domov, abúzus alkoholu apod.)</p> <p>Hrozby spojené s pedagogickou zodpovědností vychovatelů</p> <p>Narušení rodinných vztahů</p> <p>Chátrání budovy DM</p> <p>Nedostatek žádostí studentů o ubytování na DM</p>

Komentář:

Přednosti DM SZŠ a VOŠz E. Pöttinga jsou četné. Domov se nachází jen kousek od centra Olomouce, takže je snadno dostupný. Studenti se sem dostanou pěšky nebo městskou hromadnou dopravou. Také škola se nachází cca 10 minut chůze od domova. Další kladnou stránkou domova je fakt, že se zde setkávají lidé v přibližně stejném věku 15 až 21 let. Studenti mají podobné zájmy, které také úzce souvisí s výběrem střední školy. Skupiny jsou v tomto smyslu homogenní. Velkou předností DM je zásada dobrovolnosti. Studenti si mohou vybrat, čeho se na DM budou účastnit a čeho ne. Jsou povinni respektovat pouze Vnitřní řád domova. Dalším kladem je pěstování tolerance, která se mezi studenty na DM časem velmi posiluje. Ne všichni studenti jsou z domova zvyklí na soužití s jinými lidmi v tak těsném kontaktu jako právě na DM. Domov nabízí také velké množství volnočasových činností, které lze využívat. Studenti si mohou vybrat z několika zájmových kroužků podle svého uvážení. Mohou se věnovat všem, ale nemusí navštěvovat žádný z nich, záleží pouze na jejich zájmu. Další nespornou výhodou života na DM je to, že si studenti mohou vzájemně vypomáhat se studijními záležitostmi. Funguje zde nepsané pravidlo, že se studenti po dohodě mezi sebou vzájemně doučují věci, na které ve škole chyběli nebo kterým nerozumí. Pro zaměstnance DM je pak výhodou, že je DM školské zařízení, tudíž mají relativně stálé platové podmínky a nemusí se tak strachovat o svůj pravidelný příjem financí. S prací ve školství také souvisí veškeré prázdniny, které má vychovatel jako placené volno.

Nedostatky života na domově jsou také zřejmé. V první řadě jde o brzké opuštění rodinného prostředí. Studenti nastupují na DM ve věku 15 let a většině z nich se v prvních měsících na domově stýská po rodině a kamarádech z místa bydliště. Další nevýhodou je malé soukromí. Vychovatelky mohou studenty kdykoliv přijít zkontrolovat, což se jim většinou v rodinách nestává a těžko si na tento způsob kontroly zvykají. Nedostatkem je z pedagogického hlediska také neschopnost vychovatelů individuálně přistupovat ke každému jedinci. V počtu cca 150 dětí na sedm vychovatelek takový přístup není možný. Velkou nevýhodou je také tlak, který je vyvíjen na každého člověka ve skupině. Ve skupinách dospívající mládeže se často stává, že se studenti snaží integrovat do skupiny prostřednictvím návykových látek. Za nedostatek se dá také považovat směnný provoz domova. Vychovatelky pracují každý

týden jinak, střídají se na denních, odpoledních a nočních službách. Ne každému taková pracovní doba vyhovuje. Dalším nedostatkem je fakt, že veškeré volnočasové činnosti jsou na DM provozovány nepravidelně. Studentům tak chybí v tomto směru řád, nemohou si uzpůsobit svůj volný čas tak, aby byl co nejstabilnější. V konečném důsledku se pak někteří studenti neúčastní ani těch zájmových kroužků, které by je za pravidelného režimu bavily.

Co se týče příležitostí na DM, v první řadě lze za příležitost považovat spolupráci domova s dalšími zařízeními, jako jsou domovy dětí a seniorů. Studenti mají možnost nahlédnout, jak různá zařízení fungují a rozšířit si jak svůj všeobecný přehled, tak i znalosti ve svém oboru (zdravotnictví). Příležitostí je pro studenty také vytváření nových sociálních sítí. Poznají mnoho nových lidí z prostředí domova, školy a dalších zařízení pro volný čas. Kromě poznávání nových lidí je další příležitostí pro studenty získávání nových zájmů. Díky nabídce volnočasových činností v sobě mohou studenti objevit jisté schopnosti, o kterých v předchozích letech nevěděli. Mohou se dostat k jiným sportům nebo umělecky laděným činnostem, ke kterým třeba v minulosti neměli přístup. Studenti mají po dobu svého pobytu na DM příležitost účastnit se všech akcí, které domov pořádá. Jedná se zejména o kulturní vyžití (návštěvy divadla, muzeí) a společenské události (pořádání dětského dne, dobrovolná pomoc na akcích partnerských zařízení atd.). Domov nabízí také příležitost pro své zaměstnance, zejména v oblasti dalšího vzdělávání. Vychovatelky mohou absolvovat různá školení v oblasti pedagogiky, výchovy mládeže či prevence užívání návykových látek. Příležitostí pro veřejnost je pak využití prostorů DM pro komerční ubytování. Toto ubytování je možné o víkendech a v období prázdnin, kdy studenti na DM nepobývají. Studentům vysokých škol je nabídnuta možnost absolvovat na DM odbornou stáž či praxi.

Mezi největší hrozby na DM patří v první řadě porušování Vnitřního řádu DM. Studenti na domově často nedomyšlí své jednání do konce a porušují pravidla, která byla stanovena pro jejich bezpečnost a bezproblémový chod zařízení. Jedná se o přestupky od méně závažných (poškození majetku DM, pozdní příchody, příchody pod vlivem alkoholu či jiných návykových látek, slovní napadení) po velmi vážné (úmyslné ničení majetku DM, otrava alkoholem, fyzické napadení, sexuální obtěžování, šikana). Hrozí tak kromě poškození věcí také vážné poranění nebo ublížení na zdraví jiné osobě,

což může mít samozřejmě trvalé následky. Za vážná provinění proti Vnitřnímu řádu DM je student z domova vyloučen. Méně závažné přestupky se řeší napomenutím nebo podmíněným vyloučením. S tím také úzce souvisí hrozba týkající se pedagogické odpovědnosti zaměstnanců DM. V případě, že by se na domově odehrála jakákoliv nezákonná událost, došlo by ke zranění s trvalými či smrtelnými následky, odpovědnost padá na hlavu vychovatele. Mezi další hrozby patří také možné narušení vztahů studentů s jejich rodinami. Brzký odchod z domova někdy znamená jejich vyčlenění z rodinného kolektivu, což může mít neblahý dopad na další etapy v životě studentů. Z praktického hlediska je pak hrozbou chátrání budovy DM. Stavba je denně využívaná mnoha lidmi, a tím pádem i velice opotřebovávána. Z provozního hlediska domovu hrozí, že v budoucnu bude ubývat počet žádostí studentů o ubytování.

2.6 Dotazníkové šetření mezi studenty na DM

Výše zpracovaná SWOT analýza domova čtenáře seznamuje mimo jiné s nedostatky tohoto zařízení. V rámci zkoumání volnočasových činností na domově bylo zjištěno, že tyto činnosti neprobíhají pravidelně, nemají žádný pevný časový harmonogram. V tomto směru jsme uvažovali alespoň o částečném napravení tohoto nedostatku. V lednu 2010 byl na DM zrealizován průzkum, jehož cílem bylo zjistit zájem studentů o nový volnočasový kroužek nazvaný Kurz tance a taneční terapie. Průzkum proběhl metodou dotazníkového šetření. Studentům byly rozdány krátké dotazníky¹⁷, které později posloužily jako základní pracovní materiál pro další tvorbu projektu. Samotný kurz, tedy jeho návrh, organizace, náplň a konkrétní struktura, je rozpracován ve třetí části projektu.

Průzkum byl realizován mezi respondenty ve věkovém rozmezí mezi 15 a 21 lety. Na domově je v současné době (2009/2010) evidováno 147 studentů. Dotazník vyplnilo pouze 52 z nich, z toho 39 dívek a 13 chlapců.

¹⁷ Viz. Příloha č. 3 – Dotazník

Na otázku „*Měl(a) bys zájem o kroužek tance a taneční terapie na DM?*“ odpovědělo kladně 24 respondentů - dívek, záporně 14 respondentů, z toho 13 chlapců. Zbývajících 14 dívek odpovědělo, že ještě neví. Dále tedy pokračovalo v dotazníkovém šetření 38 dívek.

Dotaz „*Který den by se Ti kurz na DM hodil nejvíce?*“ zodpovědělo 37 respondentů, někteří hlasovali vícekrát. Jedna dívka se k tomuto dotazu nevyjádřila. Na výběr byly tyto dny: pondělí, úterý, středa, čtvrtek a neděle. Shodný a zároveň nejvyšší počet hlasů – 15 dostalo úterý a čtvrtek. Pro středu bylo 7 hlasů, pro pondělí 6 a pro neděli pouze 2 hlasy.

Z tohoto krátkého průzkumu vyplývá, že má kurz 24 evidentních zájemců plus 14 potenciálních. Tento počet uchazečů je pro otevření kurzu dostatečný. Uskutečňoval by se v úterý nebo ve čtvrtek. Preference studentů jsou zde vyrovnané, proto by o dni konání kurzu rozhodl lektor, popřípadě vedoucí vychovatel DM.

Z dotazníků také můžeme využít poznatky, které jsme nasbírali zpracováním dalších otázek. Odpovědi na otázky o zkušenostech studentů s tancem, o jejich hudebních preferencích a doplňující otázka, totiž usnadnily samotnou tvorbu náplně kurzu. Dozvěděli jsme se, že předchozí zkušenost s tancem má 30 respondentů, zbylých 22 nikdy netančili. Co se týče hudebních preferencí, nejčastěji byly voleny tyto žánry: pop s 20 hlasy a rock s 26 hlasy. Na doplňující otázku „*Je něco, co bys v kurzu uvítal(a)? (kromě výše zmíněné náplně kurzu)*“ odpověděl jen jeden respondent, který by chtěl před začátkem kurzu absolvovat seznamovací lekci.

Průzkum mezi studenty umožnil udělat další krok k vytvoření návrhu inovativního řešení volnočasových činností na DM SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci. Tento návrh je podrobně rozpracován ve třetí a zároveň poslední části projektu.

3 PLÁN INOVATIVNÍ VOLNOČASOVÉ ČINNOSTI NA DM STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÉ ŠKOLY A VYŠŠÍ ODBORNÉ ŠKOLY ZDRAVOTNICKÉ E. PÖTTINGA V OLOMOUCI

Poslední část projektu se zabývá myšlenkou vytvoření nového zájmového kroužku pro studenty žijící na DM. Hlavním cílem bylo nabídnout studentům pravidelnou zájmovou činnost a zároveň ojedinělý druh aktivit, se kterými se doposud na domově nesetkávali. Vzhledem k tomu, že většinu studentů na DM tvoří dívky, je inovace výchovné činnosti směřována zejména k nim. Návrh je založen na výsledcích předchozího výzkumu.

3.1 Návrh nového zájmového kroužku – kurzu tance a taneční terapie

Po zvážení všech alternativ spojených s volnočasovou činností, jsme se rozhodli navrhnout pro domov mládeže otevření nového zájmového kroužku, Kurzu tance a taneční terapie (dále jen KTTT).

Tanec je tak starý jako lidstvo samo, vždy byl součástí lidské kultury, je tedy přirozený. Lidé se jím často baví.¹⁸ Tanec patří společně s hudbou k nejtypičtějším prostředkům sebevyjádření. Nesporné jsou také jeho léčebné účinky, o nichž vypovídá již letitá existence šamanismu a které v dnešní době využívá především tanečně-pohybová terapie.

Velmi častým problémem dnešní mladé populace jsou zlozvyky v držení těla.¹⁹ Není pochyb o tom, že tanec působí blahodárně na lidský pohybový aparát. Rovnoměrně zatěžuje svalstvo celého těla a přispívá k lepší fyzické kondici každého člověka. Tancem lze takovým zlozvykům předcházet, nebo je alespoň postupně zmírňovat.²⁰

¹⁸ ODSTRČIL, Petr. *Sportovní tanec*. 1. vyd. [s.l.] : Grada, 1997, str. 9.

¹⁹ HNÍZDIL, Jan; ŠAVLÍK, Jiří; CHVÁLOVÁ, Olga. *Vadné držení těla dětí*. 1. vyd. Praha : TRITON, 2005, str. 5.

²⁰ KRÖSCHLOVÁ, Jarmila. *Nauka o pohybu*. 1. vyd. Praha : Státní pedagogické nakladatelství, 1975, str. 11.

Podle Hannové je tanec lidské chování komponované z rytmických a kulturně zakotvených sekvencí neverbálních tělesných pohybů, které se liší od jiných motorických aktivit.²¹ Právě tato odlišnost tance od jiných motorických aktivit byla vodítkem k tomu, aby byl tanec zařazen do pravidelné zájmové činnosti mladých lidí. Aby i oni mohli proniknout do „tajů“ pohybu – nejen takového, jaký denně využíváme při chůzi a podobných automatických činnostech, ale i o něco vznešenějšího, který by mohl být pro každého člověka přínosem.

Na DM byl proveden průzkum, z něhož jsme při návrhu náplně kurzu vycházeli. Naším cílem bylo vytvořit kurz tak, aby byl pro studenty co nejoptimálnější. Při tvorbě ročního tematického plánu²² bylo třeba přihlížet na vývojová specifika skupiny, na zájmy studentů a jejich potřeby.

3.2 Prostory a materiální zabezpečení pro konání KTTT

Ideálním prostorem pro KTTT je tělocvična v přízemí domova mládeže. Velikost tělocvičny je vhodná pro 15 – 20 lidí na lekci. Je vybavena zrcadly a pomůckami na posilování. Další nutné vybavení je hudební přehrávač.

3.3 Financování KTTT

Kurz tance a taneční terapie bude financován z rozpočtu domova. Lektor kurzu podepíše s DM dohodu o pracovní činnosti, peníze mu budou vypláceny měsíčně. Výplata lektora by se pohybovala v rozmezí 50 až 90 Kč za hodinu (tj. 300 až 540 Kč/měsíc). V případě, že by kurz vedla některá z vychovatelek, lekce KTTT by se jí započítávaly do měsíčního příjmu.

²¹ ČÍŽKOVÁ, Klára. *Tanečně-pohybová terapie*. 1. vyd. Praha : TRITON, 2005, str. 31.

²² Viz. Příloha č. 4 – Roční tematický plán KTTT

3.4 Organizace KTTT

Kurz tance a taneční terapie je rozvržen na jednu lekci týdně od září do června, tedy po dobu klasického školního roku. Dle výsledků průzkumu bude probíhat buď v úterý nebo ve čtvrtek. Jedna lekce trvá 90 minut. Kurz má na starosti jeden lektor a účastnit se ho mohou studenti, kteří bydlí na DM. Maximální počet studentů na lekci je 20.

Všechny lekce mají podobnou organizační strukturu. Na začátku proběhne nějaká aktivita na rozehrání (asi 10 minut), potom následuje hlavní taneční téma (asi 50 minut). Na konec lekce patří nějaké zklidňující aktivity – stretching, popřípadě slovní hodnocení lekce, návrhy studentů na průběh další lekce, zpětná vazba pro lektora atd. (asi 20 minut). Hlavní téma se může týkat jedné, ale i více lekcí. Je zaměřeno většinou na vyjádření nějakého pocitu. Student si může vyzkoušet pomocí pohybu, jak fungují mezilidské vztahy, jak je důležitá neverbální komunikace.

3.5 Náplň KTTT

Náplní Kurzu tance a taneční terapie budou různé druhy tance a pohybových aktivit. Záměrem lektora je, aby studenti získali pozitivní vztah k pohybu jako takovému a zároveň aby jim byl tento kurz nápomocen při řešení často nelehkých životních situací. Chce budovat dobrou komunikaci ve skupině, podpořit růst zdravého sebevědomí jednotlivců. Cílem je také aktivní odreagování studentů a vyplnění jejich volného času. Pro tyto účely bude využívat následující techniky:

3.5.1 Latinskoamerické tance

Latinskoamerické tance se řadí mezi sportovní tance, někdy zvané také společenské. Spolu se standardními tanci spadají v České republice do soutěžní oblasti Českého svazu tanečního sportu (ČSTS). Jsou to tance párové, nicméně skupina tanců z Latinské Ameriky se v poslední době stala velice oblíbenou sólovou záležitostí pro ženy. Mezi hlavní latinskoamerické tance patří samba, chacha, rumba, paso-doble a jive.

Samba²³ je temperamentní tanec původem z Brazílie. Když se řekne samba, každému se vybaví známý karneval v Riu de Janeiru. Základním pohybovým prvkem tohoto tance je tzv. bouncing, tedy zhoupnutí v kolenou doprovázené pohybem kyčlí vpřed a vzad. Specialitou samby jsou tříkrokové variace, které dovolují pohyb po celém parketu. Má nejrozmanitější rytmus ze všech latinskoamerických tanců. Samba se tančí na hudbu 2/4 taktu.

Chacha²⁴, nebo také Chachacha pochází z Kuby. Je nejmladším ze všech soutěžních tanců. Rytmicky je jednoduchá, lehce rozpoznatelná, takt je 4/4. Typickým pohybem je přeměna chachacha, která se kombinuje v jednom taktu se dvěma volnými kroky, popřípadě s další přeměnou. Důraz je kladen na práci kyčlí a přesnost kroků. Chacha je lehkomyšlná, svěží, bezstarostná.

Původ tance rumba²⁵ je poněkud nejasný, ale bývá označována taktéž jako „kubánská“. Charakteristickým je pro rumbu pomalý krok, který se tančí přes hranici 4/4 taktu, na doby 4 až 1. Rumba je často pro diváka velmi atraktivní, představuje milostnou hru mezi tanečními partnery. Střídají se v ní plynulé pohyby a rychlé akce. Typické pro rumbu jsou také tzv. „padačky“, kdy partner partnerku přidržuje v takové pozici, ve které by se sama neudržela.

Paso-doble²⁶ jako jediný tanec nevychází z černošské kultury, má kořeny ve Španělsku. Inspirací pro tento tanec byly známé býčí zápasy. V kombinaci s prvky flamenga je paso-doble diametrálně odlišné od ostatních latinskoamerických tanců. Hudba má svou ustálenou strukturu s typickými „korunami“. Celý tanec v divákovi evokuje zápas toreadorů s býkem. Partner představuje toreadora, partnerka ovšem není býk, ale toreadorův šátek, tzv. muleta. Takt je 2/4.

Jive²⁷ pochází ze Severní Ameriky. Tančí se ve 4/4 taktu. Typickým je pro něj důraz na druhou a čtvrtou dobu. Spojuje se v něm hned několik tanců – důrazný rock-

²³ ODSTRČIL, Petr. *Sportovní tanec*. 1. vyd. [s.l.] : Grada, 1997, str. 15.

²⁴ Tamtéž, str. 15.

²⁵ Tamtéž, str. 15.

²⁶ Tamtéž, str. 16.

²⁷ Tamtéž, str. 16.

and-roll, měkký swing a hravé boogie-woogie. Krokové techniky se střídají s různými druhy výkopů. Jive je ze všech latinskoamerických tanců nejrychlejší. Na soutěžích se tančí jako poslední, proto vyžaduje od tanečníků výbornou fyzickou kondici.

Další tance, jako například salsa nebo mambo, mezi sportovní tance nepatří, nicméně mají latinskoamerický původ a jsou také velice populární.

3. 5. 2 Taneční improvizace

Taneční improvizací je myšleno v podstatě jakékoliv využití pohybu pro vyjádření rozmanitých příběhů, situací, ale také pocitů. Je velmi příbuzná divadlu, ve většině případů ji lze přirovnat k pantomimě. Důležitý je výběr hudby, měla by vždy odpovídat tomu, co chceme tancem zahrát.

V taneční improvizaci si můžeme potvrdit fakt, že tanec není pouhým skladem jednotlivých pohybů. Měla by to být souhra, v níž pohyby vstupují do vzájemných vztahů a nabývají tak různých významů.²⁸

Improvizovat může v tanci kdokoliv. Proto je zařazení taneční improvizace do kurzu vhodné, ba dokonce i žádoucí. Ne každý je talentovaný na latinskoamerické tance. Avšak každý člověk má nějaký pohybový repertoár a ten lze využít a pracovat s ním vždy. Navíc i v životě hrajeme různé role, jak praví sociální psychologie, proto si také pohybem můžeme své role navzájem představit.

3. 5. 3 Jazz dance

Jazz dance je považován za jednu z forem moderního tance, často využívá prvky moderního i klasického baletu. Na rozdíl od baletu je však jazz poněkud „neučesaný“. Nemá pevně stanovená pravidla pro kroky, existují pouze typické pohyby, které se

²⁸ REY, Jan. *Jak se dívat na tanec*. 1. vyd. Praha : Vyšehrad, 1947, str. 84.

aplikují do různých krokových variací. Jazz dává prostor pro kreativní myšlení tanečníka. Z názvu je patrné, že se při tomto druhu tance používá jazzová hudba, nicméně dnes už toto tvrzení zcela neplatí. Na jazz se dá použít jakákoliv hudba, záleží pouze na vkusu a naladění těch, kteří ho chtějí tancovat.

Zvláštností jazzu je, že každá variace tohoto druhu má velmi mnoho možností, jak ji zatancovat. S jazzovými sestavami si tanečník může hrát, jak se mu zrovna chce. Může se pohybovat na různý rytmus i různou hudbu, a přesto využívat stejné kroky. Na jazz dance se projevuje taneční cítění každého tanečníka.

3. 5. 4 Taneční a pohybová terapie

Taneční a pohybová terapie je formou psychoterapie, ve které je přednostním prostředkem změny pohyb. Pohyb je chápán jako proces posilující emocionální, kognitivní, sociální a fyzickou integraci jedince. Je nedirektivní, nechává aktivitu převážně na klientovi. Cílem taneční a pohybové terapie není zdokonalení pohybu. Je jím objevování nových způsobů, jak vyjádřit pohybem emoce, které verbálně vyjádřit neumíme. Pracuje na odstraňování patologických stereotypů, ale také na rozšíření pohybového rejstříku jedince. K diagnostice používá tzv. analýzu pohybu.²⁹ Taneční terapie umožňuje člověku jasnější vnímání a orientaci ve vztazích k ostatním lidem i k sobě samému.³⁰

Důležitou osobností, která stála v roce 1966 u zrodu Americké asociace taneční terapie (American Dance Therapy Association – ADTA) byla Marian Chaceová. Kladla důraz zejména na integrativní a interaktivní aspekt tance, zabývala se tanečně-pohybovou terapií ve zdravotnictví. Dalšími důležitými osobnostmi byli například Rudolf Laban nebo Francizka Boasová.³¹ V roce 2002 vznikla také Česká tanečně-

²⁹ Česká asociace taneční a pohybové terapie : Tanter [online]. [2006] [cit. 2010-01-16]. Dostupný z WWW: <<http://www.tanter.cz/>>.

³⁰ ČÍŽKOVÁ, Klára. *Tanečně-pohybová terapie*. 1. vyd. Praha : TRITON, 2005, str. 35.

³¹ Tamtéž, str. 25.

terapeutická asociace. Z českých psychologů se o tanci v souvislosti s psychoterapií okrajově zmiňuje například Stanislav Kratochvíl.³²

Taneční terapii provádí psychoterapeut, který má pro toto odvětví terapie výcvik. Taneční terapeuti „čtou“ pohyby klientova těla za účelem diagnózy a léčby.³³ Pro její správné využití je potřebná dlouhodobější spolupráce terapeuta s klientem. Ve valné většině případů je skupinová. Je vhodná pro všechny věkové kategorie, samozřejmě s přihlédnutím na pohybové dispozice klientů vzhledem k jejich věku. Tuto terapii lze provádět také s duševně nemocnými, s lidmi s mentální retardací, ale i s lidmi na invalidním vozíku.

V taneční a pohybové terapii není použití hudby nutné. Většina terapeutů hudbu používá při některých technikách, nicméně jsou i tací, kteří spoléhají jen na „vnitřní rytmy“ klienta.

Taneční terapie v kurzu KTTT na domově mládeže by ovšem neprobíhala v takovém rozsahu, v jakém se využívá v práci s klientem, který o terapii zažádá. Spíš by byla jakousi „ochutnávkou“ pro studenty zdravotnických škol, ukázkou možných alternativ léčby duše.

3. 5. 5 Terapeutický tanec

Terapeutický tanec je velice blízký taneční terapii, s jednou výjimkou. Neslouží k psychoterapii. Je povrchnější, nezpracovává traumata z minulosti klienta, nepotřebuje dlouhodobou spolupráci. Hlavním cílem je aktivizace jedince a práce s jeho fantazií.³⁴ Lektor terapeutického tance nemusí být psychoterapeut, stačí mu několikadenní výcvik.

Terapeutický tanec pracuje s metaforou – člověk vyjadřuje své emoce tím, že jsou od něho oddáleny, převtěleny do nějakého přirovnání. Využívá kontakt jedinců ve

³² ČÍŽKOVÁ, Klára. *Tanečně-pohybová terapie*. 1. vyd. Praha : TRITON, 2005, str. 27.

³³ BENSON, Nigel C. *Seznamte se... Psychoterapie*. 1. vyd. Praha : Portál, 2005, str. 152.

³⁴ Česká asociace taneční a pohybové terapie : Tanter [online]. [2006] [cit. 2010-01-16]. Dostupný z WWW: <<http://www.tanter.cz/>>.

skupině, pracuje s tlakem, hledáním rovnováhy, hojně se také využívá imaginace. Je vhodný jak pro skupiny, tak i pro jednotlivce, přičemž práce se skupinou nabízí vždy více alternativ, je rozmanitější.

3. 5. 6 Posilovací cviky/strečink

Protahování a posilování celého těla má pozitivní účinky na fyzickou kondici každého člověka.³⁵ Zařazení posilovacích cviků a strečinku je vhodné do jakýchkoliv lekcí, při nichž zatěžíme různé svalové skupiny.

Při posilování se jednotlivé svaly zpevňují a udržují svou pružnost. Podstatou posilování je střídání svalové kontrakce a relaxace. Svalová kontrakce (stah) se dělí na izometrickou a izotonickou, koncentrickou a excentrickou. Při izometrické kontrakci zůstává délka svalu stejná, mění se jeho napětí. Izotonická kontrakce má opačný průběh, sval se zkracuje, ale napětí je zachováno. Koncentrická potom zrychluje napětí, excentrická napětí brzdí. Relaxace svalů je důležitá pro obnovení energetických zásob a odstranění negativních metabolických látek.

Strečink je důležitý zejména pro protažení a zvýšení celkové flexibility člověka.³⁶ Existují tři základní druhy strečinku. Statický, dynamický a balistický. Statický strečink spočívá v tom, že v krajní poloze daného cviku zastavíme ve výdrži cca 15 – 60 sekund. Tímto typem strečinku protahujeme a uvolňujeme svaly, zařazuje se vždy na konec lekce. Provádí se při pomalé, melodické hudbě. Dynamickým strečinkem kromě protahování a uvolňování svalstva dochází také ke zlepšování kloubní pohyblivosti. Dynamický strečink je pohybově pestřejší a cviky na sebe volně navazují. Aby bylo dosaženo požadovaného efektu, každý cvik se musí opakovat čtyřikrát až osmkrát. Můžeme jej zařadit do všech částí lekce. Vhodná je kombinace statického strečinku s dynamickým. Balistický strečink spočívá v tom, že ve strečinkové poloze hmitáme a

³⁵ JARKOVSKÁ, Helena; JARKOVSKÁ, Markéta. *Posilování : s vlastním tělem 417krát jinak*. 1. vyd. Praha : Grada, 2005, str. 15.

³⁶ Tamtéž, str. 23.

tím se sval prodlužuje. Je vhodný jako příprava na následující zátěž. Nezvyšuje se jím ani pohyblivost, ani flexibilita, je využíván spíše vrcholovými sportovci.

3.6 Lektor KTTT

Osobnost lektora je velmi důležitá v každém zájmovém kroužku. Nejdůležitějším faktorem, který ovlivňuje valnou většinu vedení zájmových činností, je jistě odbornost. Proto i lektor KTTT musí být v první řadě člověkem kompetentním a samozřejmě zároveň nadšeným pro tuto věc.

Pro výuku tance by měl mít lektor předchozí praktickou zkušenost (tzn. být schopen ovládat základní taneční principy, jak teoreticky, tak prakticky). Stejně jako u jakékoliv jiné fyzické činnosti i u tance je vyžadována aktivní minulost lektora v oboru, který chce vyučovat. Samozřejmě z toho vyplývá, že lektor KTTT musí být přinejmenším pohybově zdatný. Současně by měl ovládat základní pedagogické dovednosti jako je například schopnost vedení lidí, kreativita či umění předávat informace jasně a srozumitelně.³⁷

Lektor KTTT by měl být autoritou, avšak na rozdíl od pedagoga by měl se svou skupinou pěstovat spíše přátelské vztahy. Vzájemný respekt a přátelská atmosféra kurzu mohou studentům přinést daleko více prožitků než „běžné hodiny tance“.

Nutno zmínit i fakt, že pro vedení taneční a pohybové terapie musí být lektor vyškolený. S tím souvisí již výše zmíněná odbornost, která je v případě provozování jakékoliv terapie její neodmyslitelnou součástí.

³⁷ KALHOUS, Zdeněk; OBST, Otto a kol. *Školní didaktika*. 1. vyd. Praha : Portál, 2002, str. 98.

3. 7 Struktura jednotlivých lekcí podle jejich zaměření

Předchozí kapitoly představily vše, co se v Kurzu tance a taneční terapie může objevit. Teoreticky čtenáře uvedly do problematiky všech typů tance, které budou do KTTT zařazeny. Tato kapitola je věnována struktuře každé lekce v závislosti na jejím zaměření, tzn. na tom, s jakým druhem tance či taneční techniky se bude zrovna pracovat, co bude jejím cílem a jak bude konkrétní lekce probíhat.

3. 7. 1 Úvodní lekce

Úvodní lekce je nezbytná jak z hlediska praktického, tak i z hlediska formování skupiny. Náplň úvodní lekce je volnější.

Aby bylo zahájení kurzu pro všechny příchozí atraktivní, lektor může použít například tuto seznamovací techniku: Studenti stojí v kruhu. Každý se představí jménem a udělá jakýkoliv svůj pohyb. Potom všichni tento pohyb zopakují společně se jménem toho, kdo se představoval. Takto proběhnou celkem tři kola, druh pohybu se nemění, mění se pouze jeho velikost. Cílem této techniky je, aby si studenti navzájem zapamatovali svá jména a aby překonali počáteční ostych z pohybu, který je u každého člověka přirozený.

Lektor také seznámí příchozí s bezpečnostními zásadami kurzu. To znamená hlavně a především přísný zákaz žvýkání žvýkaček. Nedoporučuje se nosit na lekce šperky, hodinky a jiné ozdoby na těle, které by mohly poranit ostatní nebo samotného majitele. Co se týče další bezpečnosti, studenti jsou povinni dodržovat Vnitřní řád domova mládeže.

Následuje stanovení pravidel. Na velký papír se napíší pravidla. Ta si studenti určí sami. Lektor potom doplní seznam pravidel o ta, která po studentech vyžaduje on. Papír s pravidly se potom připevní na jednu ze stěn tělocvičny.

Další na programu je krátký brainstorming. Studenti říkají, co od kurzu očekávají, co by chtěli dělat, co naopak nechťejí. Lektor vše zapisuje na flipchart a poté proběhne krátká diskuze o tom, co ze zmíněných věcí je a není proveditelné.

Lektor představí studentům roční plán, který vytvořil. Zdůrazní, že plán je pouze orientační a otevřený návrhům na případné změny.

V úvodní lekci se nezačíná s žádným novým tanečním tématem, ale aby byl závěr alespoň trochu taneční, studenti se pokusí vzpomenout si na své představovací pohyby a tentokrát je společně s lektorem budou provádět na hudbu.

Cílem úvodní lekce je v první řadě vzájemné seznámení, stanovení pravidel kurzu a ujasnění požadavků jak ze strany studentů, tak ze strany lektora. Lektor by měl v úvodní lekci navodit příjemnou, nenucenou atmosféru a do tance studenty prozatím netlačit.

3. 7. 2 Výuka latinskoamerických tanců

Jak je v předchozích kapitolách již řečeno, latinskoamerických tanců je pět (samba, chacha, rumba, paso-doble a jive). Pro lepší představu čtenáře nastíníme, jak by vypadala lekce každého z těchto tanců.

Na rozehrání lze použít již základní pohyby pro některý tanec. Můžeme využít prvky tance chacha, kdy se začíná jednoduše přenášením váhy z nohy na nohu s mírným doprovodným pohybem pánve. Pro sambu je typičtější houpavý pohyb pánve, pokrčená kolena. Pro rozehrání do tance jive můžeme použít různé druhy poskoků a výkopů. Opravdu záleží na tom, který tanec se chystáme dále na lekci učit. Každý takový rozehrávací pohyb si nejprve studenti zkouší pomalu, potom se pustí hudba jako zvuková kulisa, aby nasáli atmosféru tance. Lektor se pohybuje s nimi, nejprve v postavení zády ke studentům. Potom provádí stejný pohyb zrcadlově čelem k nim. Ruce jsou většinou volně podél těla.

Aby se rozpochovalo celé tělo, využijeme krouživé pohyby od hlavy směrem k chodidlům, to znamená, že nejprve provádíme kroužky hlavou, potom pokračujeme přes hrudník, ruce, pánev, kolena, až po kotníky.

Hlavním tématem lekce je konkrétní tanec. Pro tanec samba by lekce vypadala asi takto: Lektor sambu teoreticky představí. Poté studentům ukáže základní krok. Studenti si tento krok vyzkouší, nejprve pomalu, potom na hudbu. Postupně se během lekce naučíme tyto figury: samba na místě, zášvihy, volty, bota-fogo a sambovou otáčku.³⁸

Dostáváme se k tanci chacha. Než začneme zkoušet kroky, bude studentům chacha teoreticky představena. Poté jim lektor předvede základní krok s přeměnou chacha. Studenti zkouší s ním, několikrát, než se jim kroky zažijí. Tímto způsobem se během lekce naučíme ještě čtyři figury – sólo otáčku, New York, alternativní základní krok a kubánská přerušení.³⁹ Potom se pokusíme z těchto figur složit krátkou sestavu, kterou vyzkoušíme nejprve na pomalou a poté i na rychlou hudbu.⁴⁰

Rumba se velice často přirovnává k tanci chacha. Na naší lekci opět rumbu krátce představíme, abychom se mohli začít učit základní kroky. Lektor předvede základní krok a studenti opět napodobují. Naučíme se také pár dalších figur do tohoto tance: švih kyčle, kukaracha, sólo točka a posuvné dveře.⁴¹ V případě rumby je velmi důležité upozornit studenty na odlišný rytmus, než na jaký byli doposud zvyklí. V rumbě se zpravidla vynechává krok na první dobu taktu. To znamená, že se na 4/4 takt tancují pouze tři kroky.

Paso-doble je poměrně těžký tanec, proto na lekci tohoto tance budeme spíše improvizovat. Představíme tak jako každý tanec paso-doble teoreticky. Samozřejmě se naučíme základní postavení tohoto tance. Pro paso-doble je charakteristické tzv.

³⁸ Český svaz tanečního sportu [online]. 7.9.2001 [cit. 2010-02-16]. Legislativa ČSTS : Katalog figur. Dostupné z WWW: <<http://www.csts.cz/>>.

³⁹ Tamtéž.

⁴⁰ Hudbou je zde myšlena speciální taneční hudba upravená pro tanec chacha. Existuje tzv. tréninková chacha, která se liší od soutěžní hudby svou rychlostí, to znamená počtem taktů za 1 minutu. Nižší počet taktů způsobuje, že je hudba pomalejší a tanečník si na ni může zkoušet nové kroky. Soutěžní chacha je rychlejší, zde má tanečník prokázat rychlost svých nohou a tím také zvládnutí své choreografie. Počet taktů za minutu pro soutěžní chachu je 30-32.

⁴¹ Český svaz tanečního sportu [online]. 7.9.2001 [cit. 2010-02-16]. Legislativa ČSTS : Katalog figur. Dostupné z WWW: <<http://www.csts.cz/>>.

lukovitě prohnuté postavení těla. Po nácvičku postavení bude následovat improvizace, která bude uvedena zhruba takto: „Představte si, že jste v koridě. Jste toreadoři, kteří mají šanci pokořit býka. Je to hra na hrdiny, ale může dopadnout tragicky. Zkuste během následující skladby pokořit svého býka.“

Pro jive je typická rychlá, veselá hudba. I samotný tanec je velmi živý.⁴² Také jive bude nejprve představen. Poté se studenti naučí základní krok. Až si ho zažijí a zatancují na hudbu. Figury pro tento tanec mohou být například tyto: americká spina, stop and go, výkopy vpřed, výkopy stranou.⁴³

Na závěr lekce proběhne strečink. Měly by se protáhnout vždy ty tělesné partie, které byly nejvíce zatíženy. V našem případě největší pozornost potřebují nohy. Protahovací cviky na dolní končetiny se provádějí většinou vsedě, přitahováním hrudníku ke kolenům, úchopem špiček chodidel apod. Protože však byly zatíženy všechny části těla, krátce se věnujeme i strečinku krční oblasti, paží, zad a stěny břišní.

Lektor poděkuje studentům za účast, popřípadě krátce zhodnotí průběh lekce, dá prostor pro hodnocení i zúčastněným. Cílem těchto lekcí je osvojit si nové taneční kroky a naučit se vnímat rozdíly mezi jednotlivými tanci – poznat hudbu a umět alespoň teoreticky uchopit základní charakter těchto tanců.

3. 7. 3 Lekce jazzu

Jako před každou lekcí se krátce v deseti minutách protáhneme. Před jazzovou hodinou je dobré provést rozehtání volně, aby si každý rozpohyboval to, co potřebuje. Lektor klade důraz na rozcvičení kotníků, pánve a paží, provádí cviky jako návod pro studenty a samozřejmě se tak i sám rozehtáje.

⁴² Tréninková hudba pro tanec jive se pohybuje v rozmezí od 34 do 36 taktů za minutu. Soutěžní tempo pro tento tanec je však o něco vyšší (40 – 43 taktů za minutu).

⁴³ Český svaz tanečního sportu [online]. 7.9.2001 [cit. 2010-02-16]. Legislativa ČSTS : Katalog figur. Dostupné z WWW: <<http://www.csts.cz/>>.

Hlavním tématem lekce je jazz dance. Nejdůležitější pro jazzovou lekci je výběr hudby. Jakmile má lektor v rukou kvalitní hudbu, která studenty nadchne, má z poloviny vyhráno. Je dobré vědět, jaký hudební žánr se studentům líbí, popřípadě se s nimi domluvit, aby si donesli něco vlastního. Měl by mít předem připravenou nějakou krokovou variaci. Běžně pak studenty tuto variaci naučí na pravou stranu, to znamená, že začíná tančit od pravé nohy, všechny prvky a rotace jdou doprava. Jakmile je sestava zvládnutá a zatančená i na hudbu, dá lektor instrukci, aby si studenti zkusili ty samé kroky od levé nohy. Nechá jim prostor několik minut a potom jim verzi od levé nohy předvede a opět se sestava zkouší postupně, až do té doby, kdy ji studenti zvládnou zatancovat na hudbu.

Jakmile je variace zvládnutá na obě dvě strany, můžou si s ní studenti různými způsoby pohrávat. Například ji mohou tancovat úplně malými pohyby, nebo naopak velkou, s dlouhými pažemi, na moderní nebo na klasickou hudbu. Možností je nespočet, záleží především na jejich fantazii.

Na závěr lekce proběhne opět strečink celého těla. Po jazzových lekcích může lektor strečink vést do krajnějších pohybových poloh studentů. Trénuje se tak rozsah pohybu.

Lektor zhodnotí průběh lekce a vyzve k hodnocení i studenty. Cílem jazzové hodiny je především aktivní odreagování studentů.

3. 7. 4 Lekce taneční improvizace

Aktivita na rozeřtání bude tentokrát netradiční. Protože jsme v hodině taneční improvizace, budeme improvizovat, představovat si a hrát už od začátku. Lektor dá instrukci: „Zkuste se po místnosti projít takovým způsobem, jakým chodíte do školy.“ Studenti se vžijí do situace, kdy jdou ráno do školy a chodí takto po tělocvičně. Lektor postupně obměňuje situace – chůze v zimě, na procházce, chůze do práce, na schůzku. Takto se zahřejeme a můžeme začít s improvizací.

Hlavní téma taneční improvizace buď určí lektor přímo na hodině, nebo si může téma se studenty domluvit předem.⁴⁴ Pro konkrétnější představu o taneční improvizaci si například vezměme téma „Vztek“. Lektor nabádá studenty, aby si představili každý sám pro sebe situaci, nebo i více situací, které je přivádí k vzteku nebo zlosti. Nechá jim prostor pro zamyšlení a potom pustí hudbu, kterou na téma vzteku předem vybral. V tomto případě by studenti neměli do poslední chvíle vědět, o jakou píseň půjde. Mohou ji znát, ale neměli by čekat, že zazní zrovna tahle, aby si nevědomě nepřipravovali taneční projev.⁴⁵ Lektor nedává žádné konkrétní pokyny, ale je dobré říct studentům, že vztek, který budou tančit, je pouze jejich a že záleží jen na nich, jak se budou pohybovat.

Následuje krátká debata o pocitech, které studenti během svého „tanečního vzteku“ prožívali, popřípadě jaký to na ně mělo dopad.

Další a zároveň poslední částí této lekce je posilování. Existuje spousta posilovacích cviků na celé tělo. Můžeme ke cvičení využít balóny, které mají vliv na správné držení těla, šetří zádové svaly a zároveň s jejich pomocí zlepšujeme schopnost koordinace. Posilovací cviky budou zaměřeny hlavně na oblast břišního a zádového svalstva, posílíme také hýžděové svaly a svaly horních končetin (biceps, triceps). Po posilování se krátce protáhneme.

Na závěr ještě lektor zhodnotí celou lekci, ale měl by se vyvarovat hodnocení tanečního stylu studentů – jde o improvizaci, tanec tudíž nemusí vypadat esteticky – není to záměr taneční improvizace. Je dobré studentům za jejich účast poděkovat.

⁴⁴ ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie : ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. 1. vyd. Praha : Portál, 1998, str. 93.

⁴⁵ Na téma vzteku můžeme použít například píseň z muzikálu Moulin Rouge s názvem Roxanne.

3. 7. 5 Tanečně - terapeutická lekce

Pro terapeutickou lekci není nutné žádné speciální rozcvičení, přesto se krátce protáhneme a rozpohybujeme, může to být za doprovodu nějaké příjemné hudby.⁴⁶

Pro přiblížení průběhu lekce taneční terapie můžeme použít například téma „Spolupráce“. Toto téma lektor představí studentů přímo na lekci a krátce ho uvede. Zeptá se studentů, jestli je spolupráce s ostatními lidmi v jejich životě důlek, popřípadě proč tomu tak je. Položí také otázku, zda podle nich spolupráce souvisí s důvěrou či nikoliv. Nechá prostor pro diskuzi.

První technikou je hra na experimentátory. Provádí se ve dvojicích, které si studenti nejprve vyberou sami, v dalším „kole“ pak sestaví dvojice lektor. Dvojice se navzájem lehce dotýká dlaněmi. Jeden z dvojice je v roli experimentátora, což znamená, že mírným tlakem do dlaní svého kamaráda určuje jeho pohyb, směr pohybu, rychlost pohybu a podobně. Ten, se kterým experimentátor manipuluje, se nejprve snaží vyhovět a vnímavě reagovat na jeho pokyny, v další fázi se pak naopak snaží vzdorovat a vytváří protitlak. Role se samozřejmě vymění, aby každý zaujal obě stanoviska. Cílem této aktivity je, aby si studenti vyzkoušeli dominanci nad druhým člověkem a naopak podřízenost. Aby zjistili, která role jim více vyhovuje a proč tomu tak je. Dalším cílem je rozpoznání rozdílu mezi tím, když jdou události podle našich představ a tím, když je našemu úsilí kladen odpor. Součástí této techniky je tudíž i krátká reflexe studentů.

Druhou technikou je technika tlaku a tahu. Studenti pracují, opět ve dvojicích, s váhou svých těl, zkoušejí vytvářet rovnovážné polohy a hledají jejich krajní meze těchto poloh. Na této technice lektor vyzdvihuje, jak si studenti důvěřují, jaké jsou vztahy mezi lidmi ve dvojici – zpravidla funguje, že čím je větší důvěra, tím „rizikovější“ jsou i polohy. Opět stručně rozebereme, co studenti při této technice prožívali.

Obě tyto techniky může doprovázet hudba, ale pouze jako kulisa. Je dobré doporučit studentům, aby během aktivit spolu nemluvili, ale nezakazujeme jim to.

⁴⁶ Hodí se cokoliv melodického, vhodný interpret je například zpěvačka Enya.

Oddechovou aktivitou je například tanec, při kterém vede vždy jedna část našeho těla. Například vede-li nás ruka, tančíme za svou rukou, ruka udává směr i charakter pohybu. Takto se prostřídají různé části těla. Tento typ tance lze vložit mezi dvě předchozí, pro odlehčení atmosféry a intenzivnější pohyb.

Na závěr lekce se lektor přemění v tzv. zrcadlo. Studenti kopírují jeho pohyby, takže to vypadá, jako by se viděli navzájem v zrcadle. Volí takové pohyby, které jdou snadno napodobit, nic složitého, ale snaží se být plynulý a ladný. Nakonec poděkuje studentům za spolupráci a zeptá se jich na jejich názory – jak se jim pracovalo bez hudby, ve dvojicích, jak se během lekce cítili. Může pro tyto účely použít i krátký dotazník.

3.8 Shrnutí

Návrh založení Kurzu tance a taneční terapie vznikl na základě předchozího zhodnocení aktuálního stavu DM. Je zjevné, že na domově chybí ve volnočasových činnostech zejména pravidelnost. Proto jsme se rozhodli vytvořit koncept nového zájmového kroužku tak, aby byl tento nedostatek odstraněn a kurz mohl probíhat na DM pravidelně. Díky průzkumu, který proběhl na domově v lednu 2010, bylo zjištěno, že o navrhovaný kurz studenti jeví zájem. Na základě tohoto zjištění pak vznikl podrobný návrh KTTT včetně všech náležitostí, popsanych právě v této části projektu. Kromě praktických poznatků nezbytných pro vlastní realizaci kurzu, nás tato část seznamuje také s jeho náplní. Představuje tedy, co konkrétně by se studenti v kurzu naučili, jak by jednotlivé lekce probíhaly a jaký přínos by tyto zmíněné aspekty pro studenty měly, respektive jaký je cíl těchto lekcí.

ZÁVĚR

Již samotný název projektu napovídá, jaká byla hlavní myšlenka při jeho tvorbě. Vytvořit návrh na inovaci volnočasové činnosti v konkrétním zařízení. Aby však nově navrhovaná činnost nebyla vytržena z kontextu, bylo třeba se nejprve důkladně seznámit se zařízením, ve kterém by se změna mohla realizovat. Zařízení, které jsme pro tento projekt vybrali, je Domov mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci.

Aby čtenář dobře pochopil smysl psaní tohoto projektu, je hned v prvních kapitolách seznámen s domovy mládeže obecně. Protože se projekt zabývá jedním z domovů mládeže v krajském městě Olomouc, bylo také třeba poukázat na současnou situaci domovů mládeže ve zmíněném městě.

Druhou část projektu tvoří analýza vybraného Domova mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci. Domov je popsán jak z hlediska materiálního zabezpečení budovy, tak i z hlediska provozního, tzn. jak je na domově zajišťována výchovná a volnočasová činnost. Zájmových činností, kterých studenti mohou využívat ve svém volném čase, je na domově mnoho. Všechny jsou v této části projektu představeny.

Jako hodnotící prvek současného stavu zařízení DM nám posloužila SWOT analýza zařízení, která zakončuje druhou část projektu. Čtenář se z ní snadno dozví, jaké jsou kladné a záporné stránky domova, popřípadě jaké má domov příležitosti a co mu naopak v budoucnu může hrozit. Aby měl projekt v budoucnosti šanci na uplatnění v praxi, při jeho návrhu jsme vycházeli právě z údajů SWOT analýzy.

Domov mládeže Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci disponoval již před vytvořením tohoto projektu širokou nabídkou zájmových kroužků. Po důkladném zhodnocení se ve volnočasové činnosti domova našel nedostatek. A právě „díky“ tomu mohl vzniknout projekt, jehož cílem bylo tento nedostatek odstranit.

Onou mezerou v systému chodu Domova mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga je jistá nepravidelnost v nabízených volnočasových aktivitách. Proto jsme se rozhodli předložit domovu návrh na nový zájmový kroužek, který by měl stabilní časový harmonogram. Tímto kroužkem je Kurz tance a taneční terapie.

V poslední, třetí, části projektu je Kurz tance a taneční terapie podrobně rozpracován. Při jeho plánování jsme vycházeli zejména z výsledků dotazníkového šetření, které proběhlo na domově v lednu 2010. Z tohoto průzkumu vyplynulo, že je mezi studenty o navrhovaný kurz zájem.

Právě ta část projektu, která představuje Kurz tance a taneční terapie – jeho organizaci, náplň a také nástin jednotlivých lekcí kurzu, je pro splnění stanoveného cíle nejpodstatnější. Předkládáme v ní totiž takový návrh na inovaci, který je z hlediska možností domova i zájmu studentů snadno proveditelný. Nic by tedy nemělo bránit tomu, aby byl Kurz tance a taneční terapie na Domově mládeže SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci v září 2010 zahájen. Pokud se tak stane, pak tento bakalářský projekt splní svůj účel. Takové zjištění by pro nás bylo samozřejmě velmi radostné.

POUŽITÉ ZDROJE

Literatura:

BENSON, Nigel. *Seznamte se... Psychoterapie*. 1. vyd. Praha : Portál, 2005. 175 s. ISBN 80-7367-005-4.

ČÍŽKOVÁ, Klára. *Tanečně-pohybová terapie*. 1. vyd. Praha : TRITON, 2005. 119 s. ISBN 80-7254-547-7.

FILKA, Jaroslav. *Metodika tvorby diplomové práce*. 1. vyd. Brno : Knihař, 2002. 223 s. ISBN 80-86292-05-3.

HNÍZDIL, Jan; ŠAVLÍK, Jiří; CHVÁLOVÁ, Olga. *Vadné držení těla dětí*. 1. vyd. Praha : TRITON, 2005. 31 s. ISBN 80-7254-656-2.

JARKOVSKÁ, Helena; JARKOVSKÁ, Markéta. *Posilování : s vlastním tělem 417krát jinak*. 1. vyd. Praha : Grada, 2005. 212 s. ISBN 80-247-0861-2.

KALHOUS, Zdeněk; OBST, Otto a kol. *Školní didaktika*. 1. vyd. Praha : Portál, 2002. 448 s. ISBN 80-7178-253-X.

KRÖSCHLOVÁ, Jarmila. *Nauka o pohybu*. 1. vyd. Praha : Státní pedagogické nakladatelství, 1975. 144 s.

NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie téměř pro každého*. 1. vyd. Praha : Academia, 2004. 318 s. ISBN 80-200-1198-6.

ODSTRČIL, Petr. *Sportovní tanec*. 1. vyd. [s.l.] : Grada, 1997. 115 s. ISBN 80-247-0632-6.

REY, Jan. *Jak se dívat na tanec*. 1. vyd. Praha : Vyšehrad, 1947. 169 s.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie : ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. 1. vyd. Praha : Portál, 1998. 246 s. ISBN 80-7178-264-5.

Interní zdroje DM SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci:

PÖTTINGEUM Olomouc : Almanach ke 110. výročí založení Ústavu hraběte Pöttinga V Olomouci. Olomouc : SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci, 2005. 97 s.

LENERTOVIÁ, Eva. *Historie DM Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické E. Pöttinga v Olomouci*, 2005. 22 s.

Legislativní dokumenty:

Česko. Vyhláška ze dne 22. února 2005 o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních. In *Sbírka zákonů č. 108/2005* . 2005, částka 34, s. 1121 - 1128.

Internetové zdroje:

Česká asociace taneční a pohybové terapie : Tanter [online]. [2006] [cit. 2010-01-16]. Dostupný z WWW: <<http://www.tanter.cz/>>.

Český svaz tanečního sportu [online]. 7.9.2001 [cit. 2010-02-16]. Legislativa ČSTS : Katalog figur. Dostupné z WWW: <<http://www.csts.cz/>>.

Olomoucký kraj [online]. 1.9.2009 [cit. 2010-02-23]. Seznam škol a školských zařízení v Olomouckém kraji. Dostupné z WWW: <<http://www.kr-olomoucky.cz/>>.

Další zdroje:

Rozhovory se zaměstnanci DM SZŠ a VOŠz E. Pöttinga v Olomouci.

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1 – Přihláška na DM

Příloha č. 2 – Dohoda o podmínkách bydlení v DM

Příloha č. 3 – Dotazník

Příloha č. 4 – Roční tematický plán KTTT

SZŠ a VOŠz E. Pöttinga, Pöttingova 2, Olomouc - Domov mládeže

U Sportovní haly 1, 772 00 Olomouc, Tel.: 585 223 145 e-mail: domov@domov-epol.cz

PŘIHLÁŠKA DO DOMOVA MLÁDEŽE

Příjmení		Datum narození	
Jméno		Místo nar.	
		Rodné číslo	
Bydliště	Ulice, číslo Domu	Zdrav.poj.	
	Místo, obec		
	PSČ, pošta		
Škola, kterou bude žák(yně)/student(ka) navštěvovat			
Název			
Adresa			
Obor		Ročník	
Otec		Matka	
Jméno a příjmení		Jméno a příjmení	
Bydliště		Bydliště	
Tel. domů		Tel.domů	
Tel. do zaměstnání		Tel.do zaměstnání	
Adresa, na kterou Vám budeme zasílat zprávy (včetně čísla telefonu):			
Informace pro vychovatele (nemoci, způsob léčby, jiná závažná sdělení):			

- Měsíční poplatek za ubytování pro školní rok 2010/2011 bude stanoven dle vyhlášky 108/2005 ze dne 22.2.2005
- Vzhledem ke způsobu financování si ředitelství DM vyhrazuje právo výše uvedené ceny ve zdůvodněných případech upravit i v průběhu školního roku
- Doklad o uhrazení poplatku za ubytování musí žák/student předložit vychovateli do 10.dne příslušného měsíce. Poplatek za ubytování lze uhradit bankovním převodem, složenkou nebo přímou platbou hospodářce školy ing. Bernátové.
- Stornovací podmínky: Pokud nemůže žák/student z jakýchkoliv důvodů do DM nastoupit, je povinen zákonný zástupce (zletilý žák/student) tuto skutečnost neprodleně oznámit vedoucí vychovatele.

Žádám tímto o přijetí své dcery, syna, svěřence*) do Domova mládeže SZŠ a VOŠz E.Pöttinga v Olomouci na školní rok 2010/2011. Zároveň stvrzuji souhlas s uvedenými platebními podmínkami a zavazuji se k dodržování požadovaných platebních termínů za pobyt v DM.

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

.....
Podpis žadatele, zákonného zástupce

*) nehodící se škrtněte

SZŠ a VOŠz E.Pöttinga,Pöttingova 2,Olomouc –Domov mládeže

U Sportovní haly 1, 772 00 Olomouc,tel.: 585 223 145 e-mail: domov@domov-epol.cz

DOHODA O PODMÍNKÁCH UBYTOVÁNÍ V DOMOVĚ MLÁDEŽE

Uzavřená mezi:

1. SZŠ a VOŠz E.Pöttinga,Pöttingova 2,Olomouc – Domov mládeže (dle zřizovací listiny), U Sportovní haly 1, 772 00 Olomouc (dále jen DM)
a
2. žákem/žákyní, studentem/studentkou(jméno,příjmení,bydliště)
..... a
3. zákonnými zástupci žáka/žákyně,studentem/studentkou (jméno,příjmení,bydliště)
.....

Podmínky pobytu žáka/žákyně, studenta/studentky v DM a některá organizační opatření:

1. Žáci/studenti jsou do DM přijímáni na jeden školní rok. Přihlášku na další školní rok je potřebné podat do 20.7.2009
2. Pokud zákonný zástupce nebo zletilý žák/student neuhradí platbu za ubytování za dva měsíce, bude žákovi/studentovi pobyt v DM ukončen k poslednímu datu druhého neuhrazeného měsíce
3. Používání vlastních elektrospotřebičů je podmíněno souhlasem vychovatele, úhradou měsíčního poplatku dle ceníku služeb DM a platnou revizní prohlídkou.
4. Ukončení ubytování v DM na vlastní žádost v průběhu školního roku musí být učiněno písemně.V případě ukončení ubytování v průběhu měsíce se poplatek za ubytování nevrací ani nekrátí
5. Při nástupu do DM si žáci/studenti přivezou:
 - Žáci poprvé ubytovaní v DM 2 fotografie formátu občanského průkazu
 - 1500,- Kč na úhradu ubytování a stravování
 - Osobní prádlo a oblečení, domácí obuv na přezouvání, toaletní potřeby
6. Týdenní provoz v DM začíná v neděli v 16:30 hodin a končí v pátek v 17:00 hodin.
7. Chování, práva a povinnosti žáků v DM jsou určeny Vnitřním řádem Domova mládeže, se kterým jsou všichni seznámeni. Seznámení se s tímto dokumentem doporučuje vedení DM i zákonným zástupcům.
8. Zákonní zástupci i žáci/studenti berou na vědomí, že dosažením zletilosti žáků/studentů přechází na ně veškerá práva a povinnosti z uzavřených dohod jakož i jiných dokumentů, které budou v souvislosti s přijetím do DM podepsány.
9. Nabytím plnoletosti žáka/studenta není dotčeno právo podávat informace zákonným zástupcům.
10. DM si vyhrazuje právo využít ubytovací zařízení ke komerčním účelům za dodržení podmínek BOZ.
11. Nástup k ubytování je podmíněn souhlasem s vnitřním řádem DM, v opačném případě je důvodem ke zrušení přijetí k ubytování.

Podpisem této dohody smluvní strany výslovně potvrzují závaznost výše uvedených podmínek.

Prohlášení žáka/žákyně: **Souhlas s podmínkami dohody**

.....
Podpis žáka/žákyně, student/studentka

Prohlášení zákonných zástupců, zletilých žáků/studentů: **Souhlas s podmínkami dohody**

Souhlasím(-e) s tím,aby vychovatel byl pravidelně informován školou o mém prospěchu(prospěchu syna,dcery).
Dávám(-e) souhlas ke shromažďování údajů uvedených v přihlášce a Dohodě a dále těch, které poskytnu (poskytne syn/dcera)
písemně, a to pro účely výchovně vzdělávací činnosti a nezbytné evidence o žácích/studentech DM

.....
Podpis zákonných zástupců, zletilého žáka/studenta

Řádně vyplněnou přihlášku a dohodu zašlete laskavě obratem,nejpozději do 20.7.2010, na adresu Domova mládeže.

V návaznosti na ukončení přijímacího řízení na školách budete písemně vyrozuměni o přijetí či nepřijetí a to nejpozději do 7.8.2010.

Mgr. Iva Burdová
ředitelka školy

Mgr. Alena Nádvorníková
zástupkyně ředitelky pro DM

Dotazník – kurz tance a taneční terapie

Milé studentky, (popřípadě studenti!!!)

Obracím se na Vás s krátkým dotazníkem, ve kterém se pokusím zjistit Váš zájem o nový kroužek na Vašem DM. Dotazník je anonymní. Děkuji za Váš čas při jeho vyplňování.

Náplň kurzu:

Latinskoamerické tance (pro dívky) – samba, cha-cha, rumba, paso-doble, jive; **terapeutický tanec** – tanec, jehož pomocí vyjadřujeme své emoce a pomáhá nám budovat vztahy ve skupině...; **taneční terapie** – dlouhodobější spolupráce skupiny, pomoc při řešení osobních problémů...; **jazz dance** – prvky moderního baletu v krátkých tanečních formacích; **taneční improvizace** – něco mezi tancem a divadlem, hra s hudbou; **posilování**; **stretching**...

!!! Zájemci o kurz nemusí mít předchozí taneční zkušenost!!!

Pohlaví: muž / žena

Věk:

Zájmy:.....

1. Měl(a) bys zájem o kroužek tance a taneční terapie na DM?

- a) ANO, nápad se mi líbí
- b) NEVÍM, možná bych se přišel/přišla podívat
- c) NE, tanec mě nezajímá

2. Máš zkušenosti s nějakým druhem tance?

- a) ANO, chodil(a) jsem do nějakého kroužku
- b) ANO, absolvoval(a) jsem taneční
- c) NE, zatím nemám žádnou zkušenost

3. Který den by se Ti kurz na DM hodil nejvíce?

- a)pondělí
- b)úterý
- c)středa
- d)čtvrtek
- e)neděle

4. Jaký druh hudby preferuješ?

- a)POP
- b)Rock
- c)R´n´B, hip-hop...
- d)Latinskoamerické rytmy, salsa...
- e)Jiný – prosím, napiš jaký:.....

5. Je něco, co bys v kurzu uvítal(a)? (kromě výše zmíněné náplně kurzu)

.....

Děkuji za Vaše odpovědi a případné návrhy.

Těším se na Vás – doufám už brzy! ☺

Vendula Vojáková

(studentka oboru Sociální pedagogika na CMTF a oboru Psychologie na FF UP
v Olomouci;

členka a lektorka v Klubu Sportovního Tance Quick Olomouc)

Příloha č. 4

**Roční tematický plán Kurzu tance a taneční terapie na DM SZŠ a
VOŠz E. Pöttinga v Olomouci**

ZÁŘÍ – Seznamte se.

ŘÍJEN – Pohyb a krása

LISTOPAD – Barvy tance

PROSINEC – Mezilidské vztahy

LEDEN – Chlad a lidské hranice

ÚNOR – Lidé mnoha tváří

BŘEZEN – „Třináctá komnata“

DUBEN – Zlost, vztek a hádky – jde to bez nich?

KVĚTEN – Láska a souznění

ČERVEN – Na přání