

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra primární a preprimární pedagogiky

Diplomová práce

Karolína Stoličková

Škola v přírodě s využitím prvků hiporehabilitace

Olomouc 2016

Vedoucí práce: doc. PhDr. Ludmila Miklánková, Ph.D.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma Škola v přírodě s využitím prvků hiporehabilitace vypracovala samostatně pod vedením doc. PhDr. Ludmily Miklánkové, Ph.D. a uvedla v ní všechny použité literární a odborné zdroje.

V Olomouci dne 11. 4. 2016

---

## Poděkování

Mé poděkování patří doc. PhDr. Ludmile Miklánkové, Ph.D. za odborné vedení, trpělivost, ochotu a čas, který mi v průběhu mé diplomové práce věnovala. Dále bych ráda poděkovala své rodině a příteli za podporu, kterou mi po celou dobu poskytovali.

## **OBSAH**

1 Úvod.....	6
2 Přehled poznatků.....	8
2. 1 Charakteristika věkové kategorie mladší školní věk.....	8
2. 1. 1 Anatomická a fyziologická specifika .....	9
2. 1. 2 Specifika psychického vývoje .....	10
2. 1. 3 Specifika sociálního vývoje.....	14
2. 2 Oblast výchovy dítěte k pozitivnímu vztahu k přírodě v Rámcovém vzdělávacím programu základního vzdělávání .....	17
2. 2. 1 Vzdělávací oblasti .....	17
2. 2. 2 Tematický okruh Rozmanitost přírody a vzdělávací oblast Člověk a zdraví – možnosti jejich propojení .....	20
2. 3 Hiporehabilitace a možnosti jejího uplatnění ve školní praxi.....	21
2. 3. 1 Hiporehabilitace ve zdravotnické praxi.....	21
2. 3. 2 Možnosti využití hiporehabilitace v České republice .....	31
2. 3. 3 Legislativa pro realizaci školy v přírodě .....	40
3 Cíle, úkoly a výzkumné otázky.....	43
4 Metodika .....	44
4. 1 Charakteristika výzkumného souboru.....	44
4. 2 Organizace výzkumu.....	49
4. 3 Užití statistické metody a techniky.....	50
5 Výsledky a diskuse .....	51
5. 1 Metodický námět pro realizaci školy v přírodě.....	51

5. 2 Vyhodnocení ankety k možnosti realizace vytvořeného metodického námětu v pedagogické praxi na 1. stupni ZŠ .....	80
6 Závěry .....	94
7 Souhrn .....	97
8 Summary .....	99
9 Literatura .....	101
10 Přílohy .....	111

## 1 Úvod

Návrh sestavit tento netradiční metodický námět pro školu v přírodě s využitím prvků hiporehabilitace vznikl z mých životních zkušeností v oblasti jezdeckví a ze vzpomínky na letní „koňský“ tábor v areálu nejmenovaného hipocentra. Jedinečné zážitky ve vybaveném areálu plném koní, obklopeném hlubokými lesy a krásnou přírodou umocnila skupina nadšených organizátorů a vedoucích, kteří nám, dětem, připravili dech beroucí program a plno aktivit v areálu hipocentra, v jeho okolí, ale i v zámeckém parku a hlubokých okolních lesích. Tento dvoutýdenní pobyt ve mně zanechal velmi hluboký zážitek a neustále se k němu ve vzpomínkách vracím. Ráda bych takový prožitek a nezapomenutelné vzpomínky dopřála i ostatním dětem, a proto vznikla myšlenka vytvořit metodický námět pro školu v přírodě s využitím prvků hiporehabilitace. Otázkou však je, jak propojit dvě odlišné oblasti – školství a jezdeckví.

Téměř každá škola pořádá každoročně pro své třídy několikadenní pobyty v přírodě. Pro žáky, kteří pilně a svědomitě po celý rok pracují, je škola v přírodě odměnou a žáci se na ni vždy velmi těší. Na tomto pobytu žáci plní různé úkoly, zapojují se do různých her, společně podnikají výlety do okolní přírody a ani si neuvědomují, že jsou neustále součástí učebního procesu. Činnosti a hry pobytu bývají spojeny určitým tématem. A tak se zrodila myšlenka propojit školu v přírodě s koňmi a s hiporehabilitací, tedy léčebným ježděním na koni.

V teoretické části diplomové práce se seznámíme s charakteristickými znaky věkové kategorie žáků mladšího školního věku. V následující podkapitole si přiblížíme poznatky oblasti výchovy dítěte k pozitivnímu vztahu k přírodě, které jsou definované Rámcovým vzdělávacím programem základního vzdělávání. Podkapitola o hiporehabilitaci nás uvede do problematiky oboru léčebného ježdění na koni a jeho následného uplatnění ve školní praxi. V praktické části diplomové práce budeme zjišťovat, zda je navržený metodický námět možno zrealizovat v praxi. Tato část nám poskytne informace o výzkumném souboru, organizaci výzkumu a i užitých statistických metodách, o výsledcích a následných závěrech diplomové práce.

Cílem diplomové práce je vytvořit metodický námět s využitím prvků hiporehabilitace pro výuku vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět v Rámcovém vzdělávacím programu základního vzdělávání (RVP ZV) a ověřit možnost jeho realizace na 1. stupni základní školy. Dílčím cílem je zjistit možnosti propojení tematického okruhu

Rozmanitost přírody a vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, a to se zaměřením na 2. vzdělávací období.

## 2 Přehled poznatků

### 2. 1 Charakteristika věkové kategorie mladší školní věk

Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) označujeme jako mladší školní věk období v rozmezí od 6–7 let, kdy v tomto období dítě vstupuje do školy, až do věku 11–12 let, ve kterém se začínají objevovat první známky pohlavního dospívání (prepubescence), se kterými souvisejí další psychické projevy. Mezi dětmi na začátku školní docházky a dětmi ve vyšších třídách 1. stupně základní školy však existují významné rozdíly, a proto někteří autoři dále období mladšího školního věku rozdělují do několika etap. Vágnerová (2012) uvádí následující dvě etapy:

- Raný školní věk – trvá od nástupu do školy, tj. od 6 let do 9 let. Je pro něj charakteristická změna sociálního postavení dítěte, vývoj dětské osobnosti, schopností a dovedností dítěte, zvládání nové sociální role a základy vzdělanosti (čtení, psaní, počítání).
- Střední školní věk – trvá od 9 do 11–12 let, čili období, kdy dítě ukončuje vzdělání na 1. stupni základní školy, přechází na stupeň 2., začíná dospívat a vytváří si určitou pozici ve škole, která předurčuje jeho budoucí sociální postavení v životě.

Období staršího školního věku zahrnuje dobu studia dítěte na 2. stupni základní školy a trvá do ukončení povinné školní docházky, tj. do 15 let věku (Vágnerová, 2012).

Podle Říčana (2014) je období mladšího školního věku čas, který pro dítě znamená radikální životní změnu. Dítě vstupuje do školy, povinná školní docházka mu otevírá zcela nový svět, nové obzory, o kterých nemělo ani tušení, urychluje rozumový rozvoj dítěte a učí ho myslet novým způsobem. Dítě si ve svém životě doposud hrálo, ať už v domácím prostředí či v mateřské škole, nyní však hru vystřídá školní práce a povinností s ní spjaté. Petrová (2010) období mladšího školního období označuje jako období latence, kdy je ukončena jedna etapa psychosexuálního vývoje a sexualita se ve vnitřním životě a v chování projevuje velmi slabě a skrytě. Langmeier a Krejčířová (2006) dodávají ještě pojem střízlivý realismus, kdy školák, na rozdíl od dítěte předškolního věku, je zaměřen na reálný svět, který chce pochopit. Realismus školáka je ze začátku velmi závislý na autoritě – učitel, rodiče, knihy, a je označován jako realismus „naivní“. Až později



se dítě stává kritičtější a mění se i jeho pohled na svět, vstupuje do období „kritického“ realismu.

Mladší školní věk je poměrně klidné, nebouřlivé a šťastné období. Převládá zde aktivita a snaživost dítěte, ochota spolupracovat. Někteří autoři (Kuric, 1986; Matějček, 1986; Vágnerová, 1999) tuto etapu nazývají jako období snaživosti a iniciativy. Dítě si svým výkonem dokazuje vlastní hodnotu. Cílem je dosažení pocitu zvládnutí činnosti a sebevědomí. Pokud dítě v tomto období vyrůstá v přiměřených a zdravých podmínkách, jeho rozvoj bude mít harmonický ráz.

### **2. 1. 1 Anatomická a fyziologická specifika**

„Období mladšího školáka je ohraničeno první a druhou strukturální přeměnou organismu.“ (Petrová, 2010, s. 106) Vývoj pohybových a ostatních schopností je většinou harmonický, růstové zrychlení zaznamenáváme na začátku a ke konci období. Výjimkou zde však nejsou individuální rozdíly, se kterými musíme počítat. Biologický věk nemusí korespondovat s kalendářním a liší se i růstové a hmotností křivky jednotlivých dětí. Růst těla je po vstupu do školy většinou ještě zrychlený a spolu s přírůstkem hmotnosti se postupně zpomaluje. Říčan (2004) uvádí, že průměrný chlapec vyroste ve věku od 6 do 11 let ze 117 cm na 145 cm, dívka bude v tomto věku přibližně o 1 cm vyšší než chlapec. Z hlediska hmotnosti se chlapec dostane z 22 kg na 37 kg a dívka na 37,5 kg, přestože má již širší pánev a o něco více podkožního tuku.

Podle Říčana (2004) dochází k četným změnám v obličejové části chlapců i dívek, dochází k prořezávání a výměně zubů, mění se postavení čelisti a tvar spodní části obličeje. Změní se tvar rtů, čelo ztratí typickou dětskou klenutost a více vystoupí obličejové rysy. Mozek v tomto období stále roste, zvyšuje se jeho hmotnost a jeho růst se zpomalí až kolem desátého roku života. Nyní je relativně plně vyvinut a do jednadvaceti let v něm budou probíhat další funkční změny.

Podle Brierleyho (2000) nebo Langmeiera a Krejčířové (2006) je další oblastí, která se velmi zlepšila, vývoj hrubé a jemné motoriky, kdy se pohyby dítěte stávají mnohem účelnější, rychlejší, přesnější, úspornější, koordinovanější, svalová síla je mnohem větší a dochází ke zpřesnění koordinace pohybů celého těla. V tomto období je dítě velmi aktivní a jeví zájem o pohybové hry a sportovní výkony, které vyžadují obratnost,

vytrvalost a sílu. Při psychickém napětí je pohyb vhodným prvkem uvolnění a vrací dítě do duševní rovnováhy. Rozvoj jemné motoriky zlepšuje také výkon při učení a psaní. Pohyby, které vykonávají velké svaly, jsou velmi obratné, oproti zatím nepřesným pohybům drobných svalů. Děje se to z důvodu dotváření koordinace mezi zrakem a jemnými pohyby prstů. Mezi dětmi jsou velké rozdíly v pohybových dovednostech zapříčiněné rodiči, kteří své děti k pohybu vedou či nevedou. Děti by v této oblasti měly dostat co nejvíce příležitostí, které povedou k rozvoji motoriky a pohybových schopností. V tomto období si děti již uvědomují své nezdary a neúspěchy, poměřují se s výkony svých vrstevníků. To vše může vést k negativnímu vztahu k pohybovým aktivitám, které musíme vhodnou motivací a činnostmi odstranit. „Opakované sociometrické studie ukázaly, že tělesná síla a obratnost hrají velkou roli v postavení dítěte ve skupině – rozhodují namnoze o obdivu a oblíbenosti, o vedoucí roli apod.“ (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 120) Existují však děti, které své nedostatky v pohybu dokáží nahradit výbornými výsledky v jiných oblastech, např. v oblasti matematiky, hudební výchovy atd., které by měl učitel a rodiče podporovat a nadále rozvíjet (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Rozvoj zaznamenává i druhá složka senzomotorické aktivity, kterou je vnímání, čili složitý psychický proces, související s pohybovými schopnostmi. Velký posun vidíme zejména v oblasti zrakového a sluchového vnímání, kdy je dítě pozornější, pečlivější, vytrvalejší a vše důkladně zkoumá. Vnímá spíše detaily než celek (Petrová, 2010; Vágnerová, 2012).

## **2. 1. 2 Specifika psychického vývoje**

Podle Petrové (2010) psychika dítěte mladšího školního věku zaznamenává velký rozvoj v mnoha jejích oblastech. Jak již bylo zmíněno, rozvoj nastává v oblasti vnímání, a to především zrakového a sluchového. Dítě chce být aktivním účastníkem děje, chce pochopit souvislosti, zjistit vlastnosti předmětů a jevů, a proto je velmi pozorné, vytrvalé a zvědavé. Novotná, Hříchová a Miňhová (2004) uvádí, že poznávací procesy jsou velmi úzce spjaty s citovou složkou. Z oblasti zrakového vnímání se zlepšuje vidění na blízko, a to z důvodu výuky čtení a psaní. Tento děj je podmíněn změnou schopností ovládání akomodace čočky oka, ovlivňující vidění na různou vzdálenost. Pro menší děti je velmi obtížné setrvat u činnosti, která vyžaduje nazírat na věci zblízka, delší dobu, proto

je nutné činnosti často měnit. Podle Thorové (2015) je kvalita vnímání však velmi ovlivněna zkušeností a očekáváním. Dítě je schopné vnímat celek jako soubor částí, mezi kterými jsou určité vztahy. S vnímáním souvisí pojem vizuální diferenciacce, což znamená rozpoznání rozdílů polohy (nahore – dole, napravo – nalevo, atd.). Důležitou součástí pro školní výuku je schopnost správného vnímání pořadí, zpravidla číslic a písmen, které závisí na zralosti určitých oblastí mozku. Mladší školáci jsou také schopni systematického prohlížení věcí, které mají nějaký řád. Rozvoj sluchového vnímání neboli fonologické percepce je podmíněn rozlišováním zvukové podoby mluvené řeči. Většina dětí denně slyší mluvenou řeč a ve velké míře jí věnuje pozornost z důvodu potřeby rozumět ostatním. Na počátku období mladšího školního věku dítě pouze vnímá to, co mu člověk sděluje, ale nezná skladbu hlásek a slabik, které se později učí (Vágnerová, 2012).

Vnímání se stává cílevědomým aktem, tedy pozorováním, není náhodným procesem a dítě více poznává podstatu vlastností předmětů a jevů, objevuje nové vztahy a souvislosti, to, jak funguje svět. Dítě během této vývojové etapy přechází od vnímání konkrétních předmětů ke vnímání všeobecnějšímu. Stále více se také odpoutává od vztahu k tomu, co právě dělá a co právě vnímá. Na počátku školní docházky se rozvíjí i schopnost vnímání časové posloupnosti, kdy je dítě schopno si vzpomenout, co dělalo v minulosti. Tato oblast se postupně rozvíjí a dítě pomalu začíná rozumět pojmům dříve, později, co je blíže, dále (Petrová, 2010; Thorová, 2015).

Představivost, čili schopnost vybavit si v paměti dřívější vjemy, dosahuje u dítěte mladšího školního věku absolutní vrchol. Dokáže rozlišit skutečnost a fantazii a více vniká do reality života. Představivost ztrácí spontaneitu a ke světu představ se dítě vrací v četbě či při hře. Školní práce podporuje rozvoj úmyslné a záměrné představivosti, která potlačuje fantazii. Schopnost operovat s představami je předvojem schopnosti operace s pojmy (Novotná, Hříchová a Miňhová, 2004; Řičan, 2006).

Výrazně se rozvíjejícím prvkem mladšího školáka je řeč, která následně podporuje rozvíjení paměti a rozvíjí člověka v ostatních jeho oblastech (chování, prožívání, atd.). Řeč je základním předpokladem úspěšného fungování dítěte ve škole a úspěšného učení. Každé dítě vstupuje do školy s praktickou znalostí mateřského jazyka, mezi jedinci jsou však velké individuální rozdíly v bohatosti slovní zásoby, skladbě řeči a výslovnosti. Počet slov, která dítě pasivně či aktivně užívá, se s nástupem do školy rapidně zvyšuje. Dítě se učí nová slova, poznává jejich významy, učí se je vhodně užívat ve větách

po stránce stylistické i gramatické, jejichž úrovně postupem času stoupají. Pokrok je zaznamenán i v artikulaci, kdy mizí patlavost (Petrová, 2010).

Při vstupu do školy u dítěte převládá spíše neúmyslná, mechanická paměť, která je úzce spojena s vnímáním, proto je ve vyučování doporučena metoda názornosti. Aby si dítě spojilo již zažitě poznatky s novými, potřebuje k tomu pomoc dospělého. Paměť se opírá o slovní výpovědi a není závislá na okamžitých afektech. Dochází ke stabilizaci krátkodobé i dlouhodobé paměti. Dítě druhy paměti propojuje, užívá záměrných paměťových strategií, logického úsudku. Míra uvědomění cíle a účelu zapamatování zvyšuje efektivnost. Proces učení je rozvíjen v každé fázi vývojových etap člověka, konkrétně u žáka mladšího školního věku získává nový rozměr tím, že se opírá o řečové dovednosti, je plánovitý. Dítě dokáže svou pozornost rozdělit na více věcí, čímž roste složitost učení. S plánovitostí a záměrností si dítě osvojuje obecné strategie neboli postupy učení, tj. učí se, jak se učit, což shledáváme pro jeho nadcházející školní vzdělávání jako klíčový moment. Každé dítě má svůj systém učení, na který postupně musí přijít. Tento proces rozvíjí škola i rodina, mající v této oblasti nezastupitelný význam (Langmeier, Krejčířová, 2006; Novotná, Hříchová, Miňhová, 2004).

Podle Petrové (2010) má rozvoj pozornosti pro mladšího školáka prvořadý význam, protože rozhoduje o kvalitě ostatních poznávacích procesů, o úspěšnosti či neúspěšnosti v oblasti učení. Při vstupu dítěte do školy je jeho pozornost krátkodobá se spontánním zaměřením. Pozornost je často přerušována a není schopna odolávat rušivým elementům z okolí. Pozornost, která je ovládaná vůlí, je pro děti velmi vyčerpávající a ve velké míře ji ovlivňuje organizace vyučovací hodiny. Z tohoto důvodu je nutné do vyučování vkládat časté relaxační chvílky složené z krátkých pohybových aktivit, zpěvu, hravých prvků či jiných alternativních metod a přístupů. Čím je ročník nižší a děti mladší, úkoly v hodinách by měly být krátkodobější a mnohem častěji prokládány relaxačními chvílkami. S věkem se schopnost udržení pozornosti prodlužuje.

„Rozvoj myšlení mladších školáků se projeví používáním takové strategie uvažování, která se řídí základními zákony logiky a respektuje vlastnosti poznávané reality, ...“ (Vágnerová, 2012, s. 266). Dítě postupně opouští bezprostřední myšlení, založené na různých aktuálních pocitech, potřebách, na fantazii a egocentrismu. Mezi 6 – 7 rokem dochází ke kvalitativní proměně uvažování, kterou Piaget (2001) nazval fází konkrétních logických operací. Logické usuzování dítěte se opírá o konkrétní věci a jevy, které si dítě může názorně představit a z tohoto důvodu je důležité používat ve výuce

názorné pomůcky. Dítě tak dokáže propojit myšlenkové procesy, na jejich základě si logickými postupy vytvoří systém (chápe zahrnutí prvků do třídy, zařazuje, zachovává, přiřazuje, chápe souvislosti a vztahy). Školní výkony dětí jsou závislé především na dvou faktorech: motivaci, přiměřenosti úkolu. Mladší žáci jsou schopni pracovat s pomocí názorných předmětů, postupem času se myšlenková činnost odděluje od vnímání a stává se samostatným procesem. Jak již bylo uvedeno, dětské uvažování se mění postupně. Zprvu není logické uvažování rozvinuto do takové míry, aby ho dítě bylo schopné běžně užívat. Pokud dítě řeší problém a neví si s ním rady, použije nižší a primitivnější strategii uvažování. Daný problém však může řešit i intuitivně. Přejít na nový způsob uvažování je pozvolný a děti při tom zcela běžně užívají různých způsobů uvažování, které jsou již dávno zvládnuté. Jak uvádí Vágnerová (2014), myšlení žáka mladšího školního věku je vysoce vázáno na realitu. Dítě je schopno uvažovat o něčem, co je mu známé, přestože objekt není přímo přítomen. K představě mu postačí pouze minulé zkušenosti. Školák vychází při svých úvahách z vlastní zkušenosti a upřednostňuje způsob poznávání, kdy si může sám ověřit pravdivost tvrzení.

V tomto období je dítě schopno posuzovat a nazírat na danou skutečnost z více hledisek a brát v úvahu různé souvislosti a vztahy. Uvědomuje si, že lidé mohou mít na jednotlivé věci různé názory a postoje, učí se je akceptovat, popřípadě užívat pro svou potřebu. Důsledkem rozvoje myšlení je schopnost a změna způsobu manipulace se symboly a znaky, což předurčuje a napomáhá nácviku čtení, psaní a počítání. Dítě si uvědomuje vztah mezi písmeny, čísly, hláskami, dokáže je správně seřadit a doplnit, třídí a chápe jejich posloupnost (Thorová, 2015).

V rozvoji psychické stránky dítěte mladšího školního věku nesmíme opomíjet pojem metakognice, což je schopnost uvažovat o vlastním poznávání a schopnost využívat zpětnou vazbu. Zahrnuje sebeocenění vlastních znalostí a možností, ocenění ve smyslu rozpoznání vhodnosti určité strategie při řešení problému a připravenosti na danou problematiku (Novotná, Hříchová, Miňhová, 2004).

Velmi důležitým aspektem pro rozvoj psychické stránky dítěte je vnější motivace k dobrému výkonu. Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) je však výkonová motivace výsledkem inteligence dítěte, kdy zájem o úkoly je spojen s budoucí inteligencí s vývojovým stádiem.

### 2. 1. 3 Specifika sociálního vývoje

Dítě se vstupem do školy začleňuje do lidského společenství, kdy je jeho emocionální vyrovnanost a sociální obratnost důležitým aspektem. Děti tohoto věku jsou však optimisticky naladěny a veškeré dění interpretují pozitivním způsobem. Učí modelovat své vlastní způsoby chování, které přejímají z chování svých vzorů, jako jsou učitelé, rodiče a spolužáci, což podle Langmeiera a Krejčířové (2006) vede k rozvoji několika základních složek socializačního procesu.

Způsob sociální reaktivity – slabné labilita a impulzivita a reakce dítěte na druhé jsou odlišné než reakce na dospělé jedince, protože děti jsou si svými vlastnostmi, zájmy a postavením mezi lidmi mnohem bližší. Děti se ve skupině učí pomáhat slabším, spolupracovat, ale i soupeřit. Ve školním věku se zvýrazňují rozdíly v dominanci mezi dětmi, které by měl učitel včas rozpoznat a patřičně je korigovat (Thorová, 2015; Výrost, Slaměnik, 2008).

Schopnost seberegulace – u dítěte slabne egocentrismus a tím narůstá schopnost seberegulace a práce s empatií. Dítě se ve skupině vrstevníků učí rozumět různým názorům, přáním a potřebám různých lidí, dokáže odložit uspokojení svých potřeb a věnovat se školní práci. Dítě si klade vzdálenější cíle a je ve svých úkolech vytrvalé a postupně se stává odolnější vůči zátěži. Schopnost seberegulace ovlivňuje postavení dítěte v kolektivu, kdy děti s lepšími schopnostmi sebekontroly jsou oblíbené, oproti tomu děti impulzivní a dráždivé bývají skupinou odmítány. Seberegulace také podmiňuje větší porozumění dítěte vůči svým vlastním pocitům, kdy dítě bere ohledy na očekávání, postoje a požadavky okolí. Děti s věkově dostatečným emočním vývojem vnímají své vlastní pocity, emoce druhých lidí, své prožitky vyjadřují přiměřeným způsobem a narůstá u nich schopnost přiměřeně kontrolovat a regulovat své prožitky (Říčan, 2006; Petrová 2010).

Emoční porozumění – dítě v tomto věku postupně poznává, že své pocity, přání a motivy může před okolím skrývat. Postupem času se také u dětí objevuje schopnost chápání ambivalentních citů, tj. dítě začíná chápat velkou škálu citů a možnost současné přítomnosti i několika protikladných citů v jednom momentu (Petrová, 2010).

Emoční vývoj je velmi závislý na konkrétních sociálních zkušenostech každého dítěte, kdy jsou mezi školáky velké individuální rozdíly související s citovým uspokojením v raném dětství. Období mladšího školního věku je charakteristické citovou ovlivnitelností.

Emocionální stránka má vliv na úspěšnost i subjektivní spokojenost žáků, postupně se začínají objevovat vyšší city (etické, estetické, sociální, intelektové) (Petrová, 2010).

Vývoj v oblastech sociálních kontrol a hodnotové orientace byl již zahájen v období předškolního věku, tudíž školák již má zažitě určité normy sociálního chování, ví, co smí a co nesmí, co je dovoleno či zakázáno; a také základní hodnoty, tj. co je žádoucí a nežádoucí. Sociální hodnoty a hodnotové orientace jsou zpočátku velmi labilní a závislé na situaci, okamžitých potřebách dítěte a postojích dospělých autorit. Avšak během období mladšího školního věku se začínají stabilizovat. Vnitřní kontroly jsou ze začátku nepevné a musejí se podporovat zvnějšku. Stabilizace sociálních norem morálního jednání je závislé na logickém myšlení a rozšíření časové perspektivy, proto k jeho stabilizaci dochází později (Říčan, 2006).

Vývoj morálního jednání a vědomí (chápání mravních norem a hodnot a jednání podle nich) závisí na celkovém vývoji dítěte, zejména kognitivním. Podle Piageta (2001) je morálka předškolního dítěte heteronomní, čili je závislá na dospělých; avšak u dětí mladšího školního věku se stává autonomní, což znamená, že dítě své jednání hodnotí a rozpoznává samo, uznává jednání za správné či nikoliv. Nejvíce je morální vývoj ovlivněn výchovnými postupy a vzájemným působením členů rodiny. Dítě, které celý život vyrůstalo v prostředí rodiny, je na ni silně fixované a přebírá její systém hodnot a postojů. Učitelova autorita v tomto ohledu neplní tak významný význam, jako rodičovská. Často se setkáme s problémem odlišnosti postojů rodiny a učitele, což dítě vnímá jako emocionální problém (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Thorová (2015) uvádí, že důležitou složkou socializačního procesu je osvojování sociálních rolí neboli očekávaných vzorců chování. Ve škole si dítě osvojuje novou roli žáka, poznává roli učitele, učí se způsobům chování v roli spolužáka. V této nové roli však ztrácí do jisté míry jistotu a bezpečí, kterých se mu dostávalo v rodině. Nástup do školy vyžaduje osamostatnění a přijetí zodpovědnosti za své jednání.

Velmi důležitým pro život v dospělosti je upevnění sexuálních rolí (mužské a ženské). Od muže se ve společnosti očekává jiné chování než od ženy. Mužům se toleruje výraznější prosazování, síla a odvaha, na rozdíl ženy jsou vnímány jako závislé a navenek city projevující bytosti, jsou úzkostnější a přizpůsobivější. Často se předpokládá, že rozdíly mezi muži a ženami jsou dány vrozenými vlastnostmi a vlohami. Mezi 8 – 10 rokem života vrcholí přejímání ženských a mužských dovedností, kdy dívky

se zajímají o klasické ženské domácí práce a chlapci o tradiční mužské činnosti (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Podle Petrové (2010) si dítě osvojuje uvědomělejší sebepojetí a sebehodnocení, což je zapříčiněno rolemi, které přijímá a ze svého postavení ve skupině vrstevníků. Již od třetího roku života si dítě uvědomuje samo sebe a užívá slůvka „já“, avšak uvědomělé sebehodnocení se rozvíjí až ve školním věku. Dítě se při svém popisu nezaměřuje jen na vnější vlastnosti, ale i na vlastnosti psychické a emocionální. Kladné sebehodnocení je pro duševní výkonnost i zdraví dítěte velmi důležité. Spousta psychických obtíží pramení z nejistoty hodnoty vlastního „já“. Velmi důležitý je přístup rodiny a akceptování dítěte v ní, kdy rodiče dávají dítěti najevo, zda si ho cení a tím mu jako v zrcadle ukazují jeho vlastní hodnotu (Langmeier, Krejčířová, 2006). Podstatný je pocit úspěšnosti či neúspěšnosti ve škole nabízející dítěti nové zkušenosti, ve kterých dítě nemusí uspět. Zde je důležitý postoj rodiny a učitele k výkonu dítěte a prisuzování příčiny neúspěchu. Pocit úspěšného či neúspěšného žáka se formuje právě v období mladšího školního věku.

Říčan (2006) uvádí, že vztahy mezi rodiči později dítě přejímá v rámci chování mezi mužem a ženou a zkušenosti nabírá i na základě sourozeneckých vztahů. Důležitým prvkem je také začlenění dítěte do kolektivu vrstevníků. Někteří autoři novějších studií potvrzují, že dítě je socializováno nejen zvnějšku (rodiči, sourozenci, vrstevníky, učiteli, atp.), ale socializuje se i samo (termín sebesocializace). Sebesocializace je alternativní pohled na socializační proces, který klade důraz na vnitřní procesy dítěte. Teorie sebesocializace je základem pro pojetí vlastní identity. Jak již bylo řečeno, tu ve velké míře ovlivňuje fungující rodina, uvnitř které plně fungují vzájemné vztahy a rodina plní všechny funkce. Rozvoj v této oblasti ovlivňuje i přítomnost či nepřítomnost sourozenců. Nepříznivý vliv na dítě pak má případný rozpad rodiny či jiné problémy. Již jsme zde zmiňovali sexuální roli, se kterou úzce souvisí sexuální identita. K rozpoznání sexuální identity patří rozpoznání pohlaví a jeho stability (Novotná, Hříchová, Miňhová, 2004).

Jak konstatuje Petrová (2010) nebo Langmeier s Krejčířovou (2006), nejdůležitější činností poznávání světa a začlenění do lidské společnosti je učení a práce. Děti vykonávají méně či více příjemné úkoly, které jsou plněny za dosažením určitého cíle. Dítě dokáže delší dobu vykonávat činnosti, které vyplývají z vnějších požadavků, a tím postupně vniká do světa práce. Stále důležitou činností pro zdravý rozvoj osobnosti je však hra, kterou



můžeme dle různých hledisek, oblastí, účelu a cílů dále rozdělit. Hra a práce jsou vnímány jako dvě odlišné činnosti se zvláštním zaměřením. Dítě se od narození neustále učí, systematické učení v pravém slova smyslu však začíná až po vstupu do školy, kdy je po dítěti vyžadována koncentrace na určitou práci a vynaložení potřebného úsilí k vyřešení problému. Proto je potřeba, aby byla činnost prokládána krátkými přestávkami. Obecně však platí, že neznamena, aby práce nebyla stejně zajímavá jako hra a hra by nemohla být stejně vážná jako práce.

Jak můžeme shlédnout, lidská psychika je složitý komplex nejrůznějších dějů, který je ovlivňován vnějšími i vnitřními okolnostmi a vjemy. Dítě v období mladšího školního věku prochází nejrůznějšími změnami a je na nás, kolik času a energie do jeho výchovy a vzdělávání vložíme.

## **2. 2 Oblast výchovy dítěte k pozitivnímu vztahu k přírodě v Rámcovém vzdělávacím programu základního vzdělávání**

### **2. 2. 1 Vzdělávací oblasti**

Vzdělávání žáků v České republice spadá do kompetencí Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a je dále upravováno několika kurikulárními dokumenty. Odrazovým můstkem pro vzdělávání představuje Národní program rozvoje vzdělávání, který se také nazývá Bílá kniha, Národní program vzdělávání a rámcové vzdělávací programy. Národní program vzdělávání vymezuje vzdělávání jako celek a rámcové vzdělávací programy definují jeho rámce v jednotlivých etapách, tj. předškolní, základní a školní vzdělávání.

Rámcový vzdělávací program základního vzdělávání (dále RVP ZV) je určen pro 1. a 2. stupeň základní školy, přičemž každý stupeň je dále rozdělen na dvě vzdělávací období. Navazuje svým pojetím a obsahem na Rámcový vzdělávací program předškolního vzdělávání a vymezuje vzdělávací obsah, očekávané výstupy, učivo a vše, co je nezbytné v povinném základním vzdělávání žáků. Vychází z nových strategií vzdělávání a z koncepce celoživotního učení, vytyčuje očekávanou úroveň vzdělávání pro absolventy jednotlivých etap. Vzdělávací obsah základního vzdělávání v RVP ZV (2013), platný od 1. 9. 2013, je rozdělen do devíti vzdělávacích oblastí, které jsou tvořeny jedním nebo několika vzdělávacími obory.

Myšlenkou a cílem každé školy je vést žáky k pozitivnímu vztahu k přírodě. Učitelé žáky vhodnými organizačními metodami, formami a jednotlivými činnostmi, které jsou podmíněné a v souladu s RVP ZV (2013), nabádají k uvědomělé činnosti, ke vnímání a formování kladného vztahu k přírodě. Člověk je od nepaměti součástí přírody, na což bychom neměli zapomínat. Úkolem učitelů je docílit toho, aby žáci pochopili smysl této myšlenky a v životě se podle ní řídili.

Myšlenku pozitivního vztahu k přírodě můžeme u žáků na prvním stupni rozvíjet v rámci mnoha vzdělávacích oblastí, nejvíce však je toto téma zakomponované ve vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět (RVP ZV, 2013). Tato vzdělávací oblast je dále rozčleněna do pěti tematických okruhů. Prvním okruhem je Místo, kde žijeme, v rámci kterého se žák učí základní zásady bezpečného pohybu a pobytu v přírodě; učí se orientovat na mapě a v přírodě pomocí světových stran; ostatním lidem sděluje své vlastní zážitky, zkušenosti a zajímavosti z oblasti přírody u nás a v jiných zemích a výsledky dokáže porovnat; žák v neposlední řadě rozšiřuje své vědomosti o okolní krajině a celkově o své vlasti. V rámci tematického okruhu Lidé a čas se žáci učí pochopit význam minulosti a práce našich předků, chráněných částí přírody a přírodních památek na našem území, což velmi přispívá k prohloubení kladného vztahu k přírodě. V tematickém okruhu Rozmanitost přírody, kterým se budeme více zabývat v následující podkapitole, žáci získávají cenné teoretické poznatky podložené praktickými dovednostmi o živé i neživé přírodě a o ohleduplném chování a ochraně přírody. Člověk a jeho zdraví je posledním okruhem vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět, který vytyčuje obsah vzdělávání učiva o lidském těle, správných dovednostech na návycích, o podpoře zdraví a zdravého způsobu života. Člověk a jeho zdraví nám nabízí učivo o lidském těle, o funkcích jednotlivých orgánů a o podpoře zdravého životního stylu. Žák se učí pečovat o své tělo, a o své zdraví, účelně umí plánovat svůj čas pro jednotlivé činnosti. Součástí je učivo o podpoře a preventivní ochraně svého zdraví, o hygieně. Důležitou složkou se stává nauka o způsobu chování v situacích, které ohrožují lidský život, čili jak se v takových situacích zachovat, popřípadě jak ošetřit zranění či zavolat pomoc. Žáci se učí chovat se ohleduplně k příslušníkům druhého pohlaví a začínají vnímat odpovědnost nejen za sebe a své chování, ale i za druhé. Jak již bylo řečeno, člověk je součástí přírody, proto i tohle učivo je v rámci budování kladného vztahu k přírodě velmi důležité. Výuka obsahu vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět se ve 2. vzdělávacím období uskutečňuje v rámci předmětů Vlastivědy a Přírodovědy.

Na základě získaných vědomostí si žák osvojuje základní učivo o přírodě, učí se chápat základní vztahy a zákonitosti přírody, na popud učitele v rámci školního vyučování či ve vlastním volném čase podniká výlety do přírody a praktikuje další činnosti s tím spojené, a tím proniká do hloubky dané problematiky. Vztah k přírodě však můžeme u žáků vzbudit či podpořit i činnostmi spadajícími do následujících vzdělávacích oblastí: Jazyk a jazyková komunikace, Umění a kultura, Člověk a zdraví, Člověk a svět práce.

Při hodinách českého jazyka můžeme u žáků pozvednout zájem o přírodu čtením a prací s vhodnými texty, kdy nerozvíjíme jen jeho jazykové kompetence, ale i jeho představivost a fantazii. Učíme ho také volit vhodná slova a užívat pestrou slovní zásobu při různorodém povídání a vykreslování nejrůznějších přírodních jevů a zvláštností. Podobně tak můžeme učinit i v rámci výuky výtvarné výchovy, kdy žák pomocí široké škály výtvarných technik ztvárňuje jakoukoliv oblast přírody. Velmi tím přispíváme k rozvoji jeho dovedností, fantazie a uvědomění, jak může být příroda krásná a malebná, ke vnímání drobností a detailů. Při výuce předmětu Člověk a svět práce, který spadá do stejnojmenné vzdělávací oblasti, můžeme žáky seznámit se spoustou přírodního materiálu, sdělit si pravidla práce s těmito materiály a s dalšími vztahy a zvláštnostmi, spadajícími do oblasti učení o přírodě. V neposlední řadě v rámci předmětu Tělesná výchova, která je zařazena do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, si žáci osvojují pohybové dovednosti a návyky, které mohou využít při každodenních činnostech ve vztahu k přírodě.

V RVP ZV je tematika učiva o přírodě zakomponována i v průřezových tématech, a to konkrétně v tématu Osobnostní a sociální výchova, kdy se žák učí dobrým vztahům s lidmi ale i s přírodním světem; a při Enviromentální výchově, nabádající člověka k zamyšlení a následným činnostem v rámci problémů životního prostředí.

Jak můžeme shledat, učivo o přírodě a pozitivním budování vztahů k ní může být vyučováno v rámci několika vzdělávacích oblastí a vyučovacích předmětů za využití různé škály vyučovacích metod a forem. Vnímání přírody, jejích zákonitostí a vzájemných vztahů mezi přírodou a konkrétním člověkem je pro každého žáka individuální. Pozitivní vztah k přírodě by měl být dětem vštěpován od malička rodiči, později i za pomoci učitele by dále měl být rozvíjen a upevňován.

## **2. 2. 2 Tematický okruh Rozmanitost přírody a vzdělávací oblast Člověk a zdraví – možnosti jejich propojení**

Jak již bylo řečeno v předchozí podkapitole, tematický okruh Rozmanitost přírody spadá do vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět (RVP ZV, 2013). Výuka se ve 2. vzdělávacím období realizuje prostřednictvím předmětů vlastivědy a přírodovědy. Vzdělávací oblast Člověk a zdraví je realizována vyučovacím předmětem Tělesná výchova. Žák v rámci okruhu Rozmanitost přírody získává podrobnější informace a vědomosti o živé (rostliny, houby, živočichové) a neživé přírodě (voda, vzduch, nerosty a horniny, půda) a o propojení obou oblastí, tím se snaží pochopit princip rovnováhy přírody. Planeta Země a veškerý život, který se na ní odehrává, tvoří jeden nedílný celek. Praktickým pozorováním krajiny se žák přesvědčuje o proměnách přírody a hodnotí vliv lidské činnosti na krajinu, zda je pro ni přínosem či nikoliv. Na základě praktických pozorování porovnává základní znaky a projevy života, dokáže rozřadit organismy do skupin a pozoruje a rozumí jednotlivým ekosystémům. Učivo je tedy zaměřeno na získání vědomostí o podmínkách života na Zemi, o významu rostlin, živočichů a složek neživé přírody, o vzájemných vztazích jednotlivých oblastí a v neposlední řadě se žák učí ohleduplnému chování a ochraně přírody. Je nutné, aby si uvědomil svou odpovědnost vůči přírodě a morální povinnost při ochraně přírody a životního prostředí.

Vzdělávací oblast Člověk a zdraví obsahuje vzdělávací obor Tělesná výchova, která žáky vede k poznání vlastních pohybových možností a zájmů, k poznávání účinků jednotlivých pohybových činností vyžadujících určitou tělesnou zdatnost, vede k dosažení duševní a sociální pohody. Vzdělávání vede od spontánní pohybové činnosti k řízenému a uvědomělému počínání, postupně zvyšuje žákovy dovednosti a tělesnou zdatnost. Žáci se také učí práci s vlastními silami a jak následně regenerovat.

Tematický okruh Rozmanitost přírody a vzdělávací oblast Člověk a zdraví spolu úzce souvisejí a ve školském učivu se velmi prolínají, protože, jak už bylo řečeno, člověk je součástí živé přírody a je s ní velmi úzce spjat. Člověk nebo žák v teoretické i praktické rovině ovládá učivo o živé a neživé přírodě, zná zákonitosti a vzájemné vztahy mezi jednotlivými složkami a umí se v přírodě patřičně pohybovat, užívat vlastní tělo a síly k dosažení určitých výkonů. Každý člověk by měl mít k přírodě pokoru a ve velké míře ji ctít, obdivovat ji a vnímat jako jedinečný a významný úkaz, který je potřeba chránit. Kromě vědomostí o přírodě však musí pochopit vztahy a zákonitosti spojené s jeho

vlastním tělem, o které se musí naučit vhodně pečovat. Příroda bez člověka existovala spoustu let, člověk bez přírody však na zemi existovat nemůže, proto ji svým ohleduplným chováním a způsobem života musí ochraňovat nebo obnovovat, aby ji zachoval i pro další generace. Aby však byl člověk takového myšlení a chování schopen, musí k němu být cíleně veden od malička, a to především rodiči a učiteli, kteří dále obohacují žákovy myšlenky a postoje, důležité pro jeho následující život.

## **2. 3 Hiporehabilitace a možnosti jejího uplatnění ve školní praxi**

### **2. 3. 1 Hiporehabilitace ve zdravotnické praxi**

Člověk a kůň mohou společně provozovat spoustu činností a aktivit. V dnešní době je však velká řada možností k výběru dle toho, v jaké oblasti práce s koněm se daný jedinec chce pohybovat a také, co od činností očekává. Ambiciózní jedinci zvolí dráhu aktivního jezdeckví, čili aktivně sportují. Ti, kteří nemají sportovní ambice, chtějí si v prostředí koní spíše odpočinout a berou svého jedince jako rovnocenného partnera, zvolí cestu rekreačního ježdění. V neposlední řadě je na světě skupina lidí, kteří si tohoto jedinečného a vznešeného tvora zvolili ke své léčbě a zde se dostáváme k samotnému pojmu hiporehabilitace.

Hiporehabilitace neboli léčebné ježdění na koni, je jednotný název, který zastřešuje různorodé aktivity, činnosti a terapie ve všech oblastech, kde se objevuje kontakt koně a člověka, a to se zdravotním postižením nebo bez. Je to nejrozšířenější forma animoterapie – léčby užívající působení zvířat na člověka. Byla uznána za samostatnou fyzioterapeutickou metodiku, která využívá k léčbě prvky specifické pro koně. „Hiporehabilitace je komplexní forma terapie pomocí koně ve smyslu fyzio-, psycho- a socioterapie. Jednotlivé složky nelze oddělit, pouze některou upřednostnit.“ (Hermannová, 2002, s. 2). Nejedná se v žádném případě o jezdeckví, ale o cílenou terapii, kde je středem zájmu klient a kůň se stává prostředkem v rukou terapeuta.

Hiporehabilitace je alternativní metoda, která léčí osoby se zdravotními ale i psychickými problémy, ale její kořeny sahají hluboko do minulosti. Dle Hollého a Horňáčka (2005) se vlivem jízdy na koni zabýval již mnoho let před naším letopočtem „otec“ evropské medicíny Hippokrates, podle jehož jména, které znamená v překladu

z řečtiny „koňovládce“ (hippos = kůň, kratein = vést, vládnout; kratos = síla), je odvozen název této léčebné metody, který se ale začal užívat až od poloviny 20. století. Prvními zachovanými informacemi o léčebném využívání koně pochází z 2. století starověku od Galena z Pergamu, který byl osobním lékařem římského císaře Marka Aurelia a jízdu na koni mu předepsal jako lék. Léčebná jízda na koni se však nerozvíjela pouze na evropském kontinentě, například jihoameričtí indiáni pokládali své bojovníky v bezvědomí příčně přes hřbet koně a koně nechali jít krokem či klusem. Rytmičtý pohyb koně a nárazy těla masírovaly hrudní koš a podporovaly uvolnění dýchacích cest a měly stejný účinek jako resuscitace. V období středověku a novověku se mnoho evropských autorů, především encyklopedistů, zabývalo významem koně pro zdravý pohyb a zdravý způsob života, což dalo za vznik řadě odborných děl, učebnic, výzkumných pojednání apod. Jak uvedla Kulichová (1995), ke konci 19. století vznikají různá cvičebná nářadí tvaru koně se sedlem pro užití v mechanické zdravotní gymnastice. Velký rozmach tato disciplína však zaznamenala ve 20. století, kdy se po 1. světové válce v Anglii koně používali k rehabilitaci ortopedických zranění válečných invalidů a v polovině 20. století se rehabilitací zotavovaly děti postižené dětskou mozkovou obrnou epidemického rázu. Obrovským povzbuzením a motivací pro jedince se zdravotním postižením se stala dánská drezurní parajezdka Liz Hartel, částečně ochrnutá na obě nohy, která se účastnila v letech 1952 a 1956 olympijských her a získala zde dvě stříbrné medaile. Začátkem 60. let začínají vznikat organizace zabývající se hiporehabilitací, vývoj probíhá nejvíce v Evropě a USA a po celém světě probíhají kongresy a konference. V roce 1985 založili nadšenci pro tento obor první mezinárodní organizaci s názvem Riding for the Disabled International (RDI), která byla v roce 1988 přejmenována na The Federation of Riding for the Disabled International (FRDI) a nyní nese název Federation of Horses in Education and Therapy International (HETI) a čítá 47 členských států celého světa včetně České republiky a každá země provádí hiporehabilitaci různými způsoby (Current Members, 2016) [online].

Jedna z prvních písemných zmínek o hiporehabilitaci v České republice a na Slovensku pochází podle Hollého a Horňáčka (2005) z území Slovenska. V Psychiatrické léčebně v Hronově byly prováděny první kurzy. Toto místo se nachází v blízkosti starého tábora Marka Aurelia, který zde prováděl jízdu na koni na doporučení svého osobního lékaře Galéna. Na příznivý vliv jízdy na koni upozorňoval také osobní lékař císařovny Marie Terezie (1717 – 1780). Další významnou osobností s kladným

vztahem k jezdeckví byl T. G. Masaryk, který od svých 18 do 80 let jezdil na koni a tvrdil, že je to nejrychlejší tělocvik léčící komplexně celé tělo. V bývalém Československu se setkáváme se snahou o provádění hiporehabilitace po roce 1979 v rehabilitačním ústavu Chuchelná, kde se léčily děti postižené dětskou mozkovou obrnou. V období 80. let vznikají další ústavy s využitím terapie hiporehabilitace. Největší rozvoj však nastal až po roce 1989 z důvodu financování provozu koní a uvolnění handicapovaných občanů do společnosti. V roce 1991 se poprvé Česká republika účastnila mezinárodního kongresu světové hiporehabilitační společnosti RDI v Dánsku. Téhož roku byla na podnět Dr. Frantalové založena Česká hiporehabilitační společnost, která v roce 1994 přesídlila do Prahy a zde funguje dodnes. Tato společnost sdružuje lékaře, fyzioterapeuty, pedagogy a jezdecké instruktory, pacienty a rodiče dětí s handicapem. Společnost si dává za cíl dohlížet na odborné provádění metody, školit pracovníky, navazovat spolupráci nejen v naší republice, ale i v zahraničí (Hollý, Hornáček, 2005).

Jak již bylo uvedeno, hiporehabilitace je název zastřešující aktivity a terapie ve spojení koně s člověkem, a to konkrétně ve čtyřech oblastech, jejichž pojmy se lidem často pletou, a proto bychom si je měli podrobně vysvětlit. Tato disciplína je na světě poměrně nová a neustále prochází vývojem, doplňují se poznatky, mění se její rozdělení. Dříve, jak ve svých publikacích uvádí Hollý a Hornáček (2005) a Kulichová (1995), se hiporehabilitace dělila na tři hlavní skupiny: hipoterapie, pedagogicko-psychologické ježdění a sport handicapovaných (parajezdeckví), které si později podrobně charakterizujeme. Hiporehabilitace podle Klüvera (1988) zahrnovala oblast lékařství, psychologie, pedagogiky a sportu.

Avšak kvůli poptávce společnosti, klientů, vzniku nových aktivit a rozvoji této disciplíny se její rozdělení nepatrně změnilo, rozrostlo se ještě o jedno odvětví navíc a některá změnila své názvy. Podle V. Lantelme, specialistky na hiporehabilitaci a dřívější předsedkyně České hiporehabilitační společnosti, se v současné době hiporehabilitace dělí na hipoterapii, psychoterapii pomocí koní (dříve léčebné pedagogicko-psychologické ježdění), aktivity s využitím koní a parajezdeckví (Hiporehabilitace, 2009) [online].

### 1. Hipoterapie (HT)

Zahrnuje cílené využití práce s koněm, ježdění a vození se na koni v kroku, klient na koni je z hlediska ovládání koně naprosto pasivní. Tato oblast je vyhledávána lidmi

s poruchami pohybového aparátu, terapie je prováděna výhradně individuálně a má za výsledek odstranění nebo alespoň zmírnění těchto onemocnění. Působí také pozitivně na zlepšení koordinace, rovnováhy, chůze a běhu, zlepšuje dýchání, uvolňuje svalové napětí, upravuje držení těla, zvyšuje sebevědomí, odbourává stres a agresivitu a mnoho dalších věcí. Podstatou terapie je využití trojrozměrného pohybu koňského hřbetu, čili přirozeného pohybu koně, jako motorického vzoru, kterému se klient přizpůsobuje a tím dochází k pokusu o soulad pohybu koně a klienta. Podmínkou hipoterapie je nutný dohled specializovaného fyzioterapeuta, který s klientem pracuje na základě lékařského doporučení. Pro každého klienta je nutno stanovit individuální léčebný plán s cílem terapie. Hipolog (vodič koně) zde slouží jen jako pomocník v přípravě a v ovládnutí koně během rehabilitace. Kůň je veden pouze v kroku a klient je v závislosti s terapeutickým cílem na koni různě polohován. Po personální stránce tato metoda využívá v závislosti na handicapu a pokročilosti klienta od 2 do 4 osob (Vávrová, 1996).

## 2. Psychoterapie pomocí koní (PPK)

Psychoterapie pomocí koní je oblast hiporehabilitace, která dříve nesla název Léčebné pedagogicko-psychologické ježdění (LPPJ) a nabízí terapii v širším měřítku, než hipoterapie. Tato metoda psychoterapie a socioterapie využívá prostředí jezdecké stáje, práce s koněm ze země, vzájemného vztahu zvířete a člověka a také vození se a ježdění na koni, kdy si klient koně řídí sám. Terapie probíhá skupinově, pokud stav klienta nevyžaduje individuální přístup a řídí ji kvalifikovaný odborník – psychoterapeut, psycholog, psychiatr, který spolupracuje s hipologem (vodičem koně) a ostatními pomocníky. Terapie zvyšuje kvalitu života klienta a působí psychologickými a pedagogickými prostředky jako prevence, léčba a rehabilitace poruch zdraví. Kůň svou přirozenou autoritou a reakcemi podněcuje emocionální a psychické procesy a tím dochází ke zmírnění a nápravě psychických a fyzických projevů jedince, které byly vyvolány duševními chorobami nebo poruchami chování. Tímto způsobem práce se snažíme vytvořit vztah mezi pacientem, koněm a terapeutem nebo vztah mezi pacienty. Speciálním odvětvím psychoterapie pomocí koní je voltiž, neboli gymnastika na koni, kde klient provádí dle instruktáže klasická či speciální voltižní cvičení. Hlavním cílem je podpora sebedůvěry klienta prostřednictvím cvičení odvahy, samostatnosti, obratnosti, nebo naopak tlumení agresivity, výchova k zodpovědnosti a kázní. V případě, kdy se voltiž provádí



skupinově, je důležitým bodem rozvoj spolupráce s ostatními pacienty. Hlavním cílem voltáže a psychoterapie pomocí koní je znovu nacházení identity klienta, jeho narušeného vztahu k okolí a obnova jeho zdraví (Rynešová-Černá, 2011).

### 3. Aktivity s využitím koní (AVK)

Tato oblast hiporehabilitace také spadala do Léčebného pedagogicko-psychologického ježdění, ale v posledních letech byla vyčleněna jako samostatná část a nyní pracuje v oblasti pedagogické a sociální. Tato metoda speciální pedagogiky a práce využívá opět prostředí jezdecké stáje, práce s koněm ze země, či samotného ježdění a vzájemného vztahu koně a klienta jako motivaci, aktivizaci a další vzdělávání a výchovu lidí se zdravotním postižením a specifickými potřebami, je ale určena i pro zdravé jedince. Taktéž jako u každé oblasti hiporehabilitace ji provádí kvalifikovaní lidé – pedagog, speciální pedagog, sociální pracovník ve spolupráci s hipologem a ostatními pomocníky. Terapie probíhá skupinově a hlavním cílem je navázat vztah k přírodě, ke zvířatům a učení pravidelné péče o koně, dosažení fyzického a psychického zdraví, odbourání stresu a relaxace (Aktivity s využitím koní, 2016) [online].

### 4. Parajezdectví

Parajezdectví neboli sport handicapovaných je rehabilitační aktivita, která ve velké míře rozšiřuje aktivity jedinců se zdravotním postižením a podílí se na jejich integraci do společnosti. Klientům odkázaným na vozík kůň nabízí svobodný pohyb, nevidomým propůjčuje oči a v neposlední řadě parajezdectví slučuje soutěže se zdravými jezdci, čím dochází ke zvýšení sebevědomí klientů, k integraci a k dodání pocitu smysluplného života ve společnosti (Vlachová, 1996). Podle Kulichové (1995) je na rozdíl od ostatních metod založeno na aktivním ovládnutí koně klientem, kdy se klient s ohledem na svůj handicap za použití speciálních pomůcek nebo změněné techniky jízdy učí jezdit na koni a popřípadě se později účastní sportovních soutěží. Mezi nejznámější patří paradrezura, kdy jezdec se svým koněm předvádí předem danou úlohu na drezurním obdélníku. Tato disciplína je součástí Paralympijských her. Druhou nejznámější disciplínou je paravoltáž, ve které cvičenec vykonává cvičení akrobatických prvků na koni. Sport pro handicapované

také nabízí paravozatajství nebo parawestern. Klient vždy pracuje pod vedením zkušeného a kvalifikovaného cvičitele, seznámeného s jeho zdravotním stavem, dle kterého přizpůsobuje výcvikové metody k dosažení společně stanovených cílů.

Pokud se klient nechce věnovat přímo sportovnímu odvětví, může si zvolit oblast rekreačního ježdění, kdy se taktéž stává aktivním jezdcem a učí se ovládat koně. Obvykle touto formou ježdění nezačíná, ale pokračuje v ní až po zvládnutí hipoterapie. Tato forma pohybu je pro ty, kteří si ji vyberou, atraktivní formou udržování či zvyšování fyzické kondice i přesto, že sama obvykle v prováděné intenzitě ke zvýšení fyzické kondice nestačí a slouží spíše jako motivační cvičení.

Podle Hollého a Horňáčka (2005) považujeme vlivy hiporehabilitace za komplexní děj a jednotlivé prvky je možné třídit dle různých hledisek:

- Nespecifické (jsou typické i pro jiné rehabilitační metody)
- Specifické (nejsou v jiných rehabilitačních metodách)
- Psychosociální

#### Nespecifické faktory

U nespecifických prvků, užívajících se i u jiných senzomotorických metod, se v hiporehabilitaci užívá řada smyslových receptorů, jejichž cílem je přímé i nepřímé senzomotorické ovlivnění tělesného postoje nebo polohy člověka. Za nespecifické prvky považujeme tyto:

- Taktilní kožní stimulace – jedná se o stimulaci dotykem a při terapii by nemělo být použito sedlo
- Vliv tepla – kůň má vyšší tělesnou teplotu (38°C) a tím výrazně ovlivňuje svalovou činnost a napětí svalových vláken
- Cvičení proti odporu – napomáhá mu gravitace, která působí během rytmického pohybu hřbetu koně

- Podpůrné reakce – jsou to speciální cvičení k posílení svalstva dolních a horních končetin
- Obranná reakce proti pádu – během sezení nebo i jízdy na koni je nutné udržovat rovnováhu z důvodu neustálé změny těžiště pacienta, čímž dochází k podvědomému nácviku obranných reakcí svalstva
- Labyrintové reflexy – zde má rozhodující vliv poloha hlavy pacienta ležícího na břicho napříč přes hřbet koně. Relaxační působení je řízeno nižšími nervovými centry a tím dochází k uvolnění pacienta.
- Hluboké krční posturální reflexy – poloha hlavy ovlivňuje natažení a ohýbání horních a dolních končetin. Předklonem hlavy je zvýšeno ohnutí horních končetin a natažení dolních končetin, při záklonu hlavy se tomu děje naopak.
- Bederní hluboké posturální reflexy – během jízdy na koni dochází k neustálému pohybu pánve a tím k pohybu svalů dolních končetin, což významně podporuje chůzi.
- Vytahování zkrácených tkání – ke změnám polohy dochází prostřednictvím rytmických pohybů koně, vše je podmíněno gravitací a hmotností jedince
- Uvědomování si pocitů při emotivním prožívání pohybu na koni – umocňuje působení výše popsaných prvků, které podporují pohyb. Působením koně na jedince dochází k uvolnění těla, uvolnění svalového napětí, ovlivnění emocí a prahu bolesti. Kůň nám vytváří nové pohybové vzorce chůze a držení těla (Hollý, Hornáček, 2005).

### Specifické faktory

Krok koně lze považovat za specifický a ničím nenahraditelný prvek. Umožňuje pohyby vpřed i vzad, které jsou základem motorického vývoje. Jízda na koni imituje chůzi člověka, (klient na koni sedí ve vzpřímené poloze), i když jí klient není schopen a zaměstnává svalové ohybače a natahovače a dochází k procvičení celého těla. Během trojdimenzionálního pohybu kroku koně vzniká přibližně 90–110 pohybových impulsů

za minutu a tyto stimuly jsou přenášeny na klienta. Mezi specifické prvky působící v hiporehabilitaci patří:

- Rytmičné přenášení trojdimenzionálních pohybových stimulů podmíněných krokem koně
- Pohyb vzad a vpřed jako základ motorického vývoje
- Simulace chůze ve vzpřímené poloze
- Energetické ovlivnění klienta

Psychosociální faktory – ovlivnění osobnosti

Kůň ovlivňuje osobnost těmito následujícími způsoby:

- Zlepšení sebevědomí a sebeuvědomění – klienta pozitivně ovlivňuje již jeho sed na koni a z pohledu na svět ze hřbetu má pocit, že ovládá svět a tím řídí svůj osud. U klientů upoutaných na vozík kůň upevňuje pocit prožívání první chůze. Hiporehabilitace se však neuzívá jen ke zvyšování sebevědomí, pomocí chování koně můžeme upravit i sebevědomí nadměrně suverénního jedince.
- Emotivní změny – jízda na koni posiluje oslabené emoce a naopak tlumí emoce nadměrné
- Odbourávání nedůvěry, úzkosti a strachu – dochází k nim již při prvních krocích léčby, které však musejí být velmi opatrné, cílené, taktické a pro každého klienta individuální vzhledem k jeho vlastnostem, zkušenostem a pocitům.
- Tlumení hyperaktivity, antipatie a agresivity – kůň dává svými reakcemi najevo přemíru negativního chování jedince, které usměrňuje a tím ho učí dodržovat určitá pravidla
- Kooperace a komunikace – jedinec pění o koně k němu postupně prohlubuje svůj vztah, o koně se obvykle stará více lidí, a proto se klient učí pomáhat jiným a přijímat od nich pomoc. Dochází ke zlepšování komunikace s okolím.
- Vytváření pocitu zodpovědnosti, užitečnosti, vztahu k pořádku, vytrvalosti a houževnatosti – klient pění o koně získává pocit zodpovědnosti

a má radost z užitečnosti své osoby ve vztahu k okolí, což pro něj působí jako motivace. Terapie mu napomáhá dosahovat nových stanovených cílů a také ho nabádá k vytrvalosti, která je mnohdy potřebná ke zdolávání překážek.

- Podpora kreativity, soutěživosti – kreativita je rozvíjena pomocí řešení nových problémových úloh při jízdě na koni. Spolupráce s ostatními klienty zlepšuje komunikační schopnosti a vede k soutěživosti mezi klienty, tedy ke snaze být lepší než druhý, dokázat něco lépe.
- Podpora intelektových funkcí – jízda na koni rozvíjí pozornost, koncentraci, schopnost rozhodování se a upravuje poruchy učení
- Rozvoj správného sebehodnocení – k dosažení úspěchu je nutné správné sebehodnocení své činnosti
- Rozvoj pocitu samostatnosti a kolektivnosti – dochází k nim spoluprací s ostatními lidmi a zvířaty. Klient má docílit pocitu nezávislosti na okolí, o určité věci se dokáže postarat sám. Současně je však nutné některé práce vykonávat společně, což vede k upevňování pocitu kolektivnosti.

Všechny tyto faktory umocňují odstraňování příznaků onemocnění, rozvíjejí pozitivní vzorce chování, pomáhají jedincům najít vlastní identitu a vrátit je zpět do společnosti. Správně prováděná hiporehabilitace skutečně ovlivňuje celou osobnost klienta (Hollý, Horňáček, 2005).

Pojďme si tedy v bodech shrnout, jakým způsobem a v jakých oblastech může být hiporehabilitace užitečná. Podle Müllera (2005) jsou to následující oblasti:

- Prevence – pravidelnou jízdou na koni předcházíme civilizačním chorobám fyzického i psychického charakteru. Kůň v těchto okamžicích zaměstnává všechny systémy lidského organismu. Jízdou se trénuje pohybový aparát a dochází i k masáži vnitřních orgánů.
- Rekondice – zahrnuje klienty s fyzickým handicapem, jejichž onemocnění předcházelo plné zdraví. Jedná se o choroby pohybového aparátu, které mohou navzdory léčbě postupovat a mohou končit imobilitou klienta.

Kůň nemoc neléčí, ale ovlivňuje příznivé symptomy choroby. Jízda na koni může zpomalit postup nemoci, zdržovat funkčnost pohybového aparátu a prodloužit soběstačnost klienta. Dále rekondice řeší rekonvalescenci úrazů pohybového aparátu, kdy je kůň schopen vrátit klienta do původního zdravotního stavu a udržet funkčnost zbývajících zdravých orgánů.

- Fyzioterapie – jedná se o úplné vyléčení nebo zmírnění následků nemoci. Hiporehabilitace se aplikuje u klientů s poruchou držení těla (funkční poruchy) a s poruchou řízení pohybu (motorický vývoj).
- Psychoterapie – upravuje psychické a fyzické symptomy, které mohou být vyvolány duševními chorobami. Kůň nastartuje emocionální a psychické pochody, které vedou k částečné nebo úplné nápravě. Může to být například: narušený vztah k lidem, úzkost, ztráta identity, agrese, závislost na alkoholu a drogách, apod.
- Pedagogika/socioterapie – nejčastěji se práce s koněm aplikuje při činnostech s dětmi s omezenou schopností učení či nápadnostmi v chování.
- Psychomotorická aktivita – je pro osoby s ukončeným motorickým a psychickým vývojem, u kterých hiporehabilitace nemá léčebný efekt a nedovolí jedinci ovládat koně.
- Rekreace/sport – navazuje na léčebné ježdění. Pro jedince znamená integraci a celoživotní aktivitu udržující klienta v dobré fyzické a psychické kondici.

Hiporehabilitace je komplexní terapií, která pomáhá lidem ve fyzické, psychické a sociální oblasti (Rynešová-Černá, 2011).

Podle Rynešové-Černé (2011) v oblasti fyzické klient posiluje svou kondici, svalstvo a pohyb venku je aktivní.

*Fyziologické účinky* – aktivní pohyb venku ve spojení s pravidelným a rytmickým chodem koně a dobrým držením těla jezdce na koni, má příznivý dopad na vnitřní orgány, kardiovaskulární systém, zlepšuje prokrvení orgánů a podporuje dýchání.

*Uvolnění napětí svalů* – pravidelný pohyb hřbetu koně se přenáší na klienta a tím napomáhá k uvolnění svalových vláken. Jezdec se snaží přizpůsobit rytmu koně a udržet svou rovnováhu. Může to být nevědomě, tímto pohybem se uvolňují svalové křeče zádočných svalů a končetin. Ochablé svaly dolních končetin se snaží přitisknout se ke koni.

*Nácvik pohybových stereotypů* – jedinec, který je odmalička na vozíku nebo používá berle, nemá zažitý vzorec chůze a neví, jaký pocit to je chodit a o co se má pokoušet. Pohybový vzorec, přenášený na pacienta přes koňský hřbet, do určité míry odpovídá lidské chůzi. Kůň dodá pacientům pocit chůze, její dodržování a vyvažování.

*Zpřesňování pohybů, rovnováhy a koordinace* – kůň sám může pomoci člověku vypěstovat si rovnováhu a naučit se správnému sedu.

Oblast senzorická – jízda na koni posiluje rovnováhu a smyslovou oblast. Kůň zprostředkovává jedinci nové a příjemné podněty, např. pocit těla pod sebou, vnímání jeho pohybů, síly, energie, aj. Příjemné je také teplo vycházející ze zvířete a dotek hebké srsti, a to především při jízdě na koni bez sedla.

Oblast psychická – samotná atmosféra ve stáji a jízda na koni má velmi silný pozitivní emoční náboj. Při jízdě na koni se zlepši celkové psychické rozpoložení, jedinec může na koni relaxovat, zapomenout na své tělesné či psychické problémy. Velkým přínosem je zvýšení sebevědomí a pocitu vlastní ceny.

Oblast sociální – hiporehabilitace je oblíbenou metodou u klientů, se kterými se terapeutovi nedaří navázat kontakt. Samotné setkání s koněm je natolik silný zážitek, že jedinec ve většině případů začne komunikovat sám (Müller, 2005).

### **2. 3. 2 Možnosti využití hiporehabilitace v České republice**

Podle Hollého a Horňáčka (2005) je hiporehabilitace charakterizována jako týmová metoda, na které se podílí několik odborných pracovníků. Vznikla propojením několika oborů odlišného profesního zaměření a péčí o klienta. Členové týmu mají mít profesionální přístup, vzájemný respekt, mají působit sebraně a zvládat své emoce. Jejich role se vzájemně prolínají.

Lékař je v hiporehabilitaci hlavní a vedoucí osobou lékařské složky. Určuje vhodnost terapie pro klienta, stanovuje léčbu, vytyčuje cíle terapie a společně

s rehabilitačním pracovníkem (fyzioterapeutem) navrhuje celkový krátkodobý či dlouhodobý plán terapie. Pro co největší efektivitu terapie však musí klienta důkladně poznat. Je také velmi vhodné, pokud má lékař osobní zkušenosti s jízdou na koni. Hluběji tak pronikne a pochopí problematiku léčby a působení hiporehabilitace na klienty a mnohem lépe může rozhodovat o léčebných možnostech a cílech klientovy terapie. Lékař na samotné hiporehabilitaci nemusí být osobně přítomen, velmi úzce však spolupracuje s ostatními pracovníky v týmu (Hermannová, 2002).

Rehabilitační pracovník neboli fyzioterapeut, terapeut, je druhým nejdůležitějším pracovníkem v týmu, tvoří rámec hodiny, celou terapii prakticky provádí a řídí činnost celého týmu. Musí být vzdělaný ve svém oboru, ale i v oborech jiných – podmínka je absolvování kurzu pro hipoterapeuty, musí mít osvojeny základy ježdění na koni, znát teoretické základy této metody a naučit se prakticky aktivně ovlivňovat provozování hiporehabilitace. Úlohou fyzioterapeuta je naučit klienta správný sed a podle potřeby ho neustále korigovat. Má klienta vést ke správným pohybům při jízdě na koni tak, aby se klient sladil s pohybem koně. Fyzioterapeut také rozhoduje o polohování klienta na koni podle jeho potřeby a cíle terapie. Dává pokyny hipologovi, aby upravil pohyb koně. Po celou dobu zodpovídá za bezpečnost při terapii a můžeme říct, že je takzvanou „hlavou“ celé terapie (Kňazovická, Tílešová, Rynešová-Černá, 2014).

Psycholog, psychiatr, psychoterapeut, léčebný, speciální a sociální pedagog se zaměřují na oblasti psychoterapie, speciální pedagogiky a socioterapie. Tuto činnost vykonávají primárně při pedagogicko-psychologickém ježdění (psychoterapie pomocí koní a aktivity s využitím koní), nebo popřípadě i jako součást hiporehabilitace či sportovního ježdění postižených, kdy podněcují a pozitivně působí na klienta a celou atmosféru terapie. Pro svoji činnost vypracovávají diagnostiku, vytvářejí si terapeutický plán a dle potřeby spolupracují se zákonnými zástupci a jinými odborníky. Svou prací podporují a rozšiřují emocionální, kognitivní a sociální procesy a výrazně tak zintenzivňují terapeutické působení jiných členů týmu (Hollý, Hornáček, 2005).

Pomocník nezasahuje přímo do terapie a plně se podřizuje povelům terapeuta. Podle potřeby poskytuje pomoc klientovi, a to především při nasedání a sesedání z koně, a zabezpečuje klienta proti pádům z koně z opačné strany, než je fyzioterapeut. Pomocníkem se může stát pouze dospělá, zodpovědná a poučená osoba (Hermannová, 2002).



Hipolog se musí orientovat ve svém oboru (v oblasti jezdeckví), ale i v oblasti hiporehabilitace. Většinou je vyžadována jezdecká licence s kvalifikací cvičitele či trenéra. Úkolem hipologa je připravit koně pro hiporehabilitaci a vést ho během terapie. Z tohoto důvodu musí znát členění této disciplíny, rozdílnost metodik a specifických nároků na koně v jednotlivých formách, pro které koně připravuje. Spolupracuje s příslušným terapeutem a stejně jako pomocník se podřizuje jeho vedení při terapeutické hodině. Při terapii odpovídá za koně, kterého sám vede nebo pověřuje vedením zkušeného vodiče. Po dohodě s terapeutem vybírá pro klienta vhodného koně. V oblasti sportovního ježdění postižených se stává vedoucím týmu on a ostatní členové jsou jeho poradci (Hollý, Hornáček, 2005).

Klient dochází na terapii ve vhodném oblečení, které má být přiléhavější, neklouzavé a dostatečně teplé. Klient vždy musí plně respektovat pokyny terapeuta. Z bezpečnostních důvodů musí mít jezdeckou přilbu, jedinou výjimkou je polohování klienta. Pokud je klient dítě nebo nesvéprávná osoba, odpovídá za něj zákonný zástupce.

Kůň je nejdůležitějším členem terapeutického týmu. Jeho příprava k terapii je dlouhodobý proces, kdy kůň musí projít určitým výběrem, výcvikem, speciální přípravou. Je vždy ochotný k práci, zvládá klidný krok, klidně přistupuje k rampě (slouží k nasedání) a ochotně při nasedání stojí. Pokud klient omylem do koně strčí, kůň má zachovat klid a má stát (Velemínský, 2007).

### Výběr koně pro hiporehabilitaci

Podle Vávrové (1996) je každý kůň osobnost s neopakovatelným genetickým vybavením. Vyžaduje individuální přístup a individuální využití. Je nutno uspokojovat jeho základní životní potřeby, tj. potravu, pohyb, sociální a sexuální potřeby. Hiporehabilitace je cílená metoda, v jejíž středu je vždy klient a jeho problém. Kůň je terapeutickým prostředkem léčebného účinku a vždy nástrojem v rukou terapeuta. Předem jsou vždy známé požadavky, které hrají velkou roli při výběru, přípravě a tréninku koně pro klienta. Nejvhodnější kůň je ten, kterému důvěřuje hipolog a který zároveň akceptuje klienta.

„Neexistuje speciální plemeno koně určené pro hiporehabilitaci. Existuje kůň vhodný pro daný účel, tj. splňuje požadovaná zdravotní, exteriérová a charakterová kritéria.“ (Hermannová, 2002, s. 10). Velemínský (2007) na rozdíl od Hermannové (2002) uvádí,

že doposud nejsou odborníci jednotní v názoru na využití plemen koní nejvhodnějších pro hiporehabilitaci, jedná se spíše o výběr jedince než plemene. Osvědčují se i kříženci, kteří vynikají potřebnou tvrdostí a inteligencí. Velemínský (2007) své publikaci představuje několik plemen koní vhodných k terapii:

Český teplokrevník vznikl na území Rakousko-Uherska a následně Československa. Výhodou tohoto plemene je snadná dostupnost a příznivá cena při koupi. Nevýhodou se jeví velká variabilita v typu, exteriéru a psychických vlastnostech.

Moravský teplokrevník vznikl taktéž na území bývalého Rakouska-Uherska a následně byl v Československu dále zušlechťován. Plemeno na rozdíl od českého teplokrevníka má ucelenější exteriérový ráz a výborné psychické vlastnosti, podporující stabilní a vyrovnaný výkon koní při práci. Výhodou je opět snadná dostupnost a příznivá cena.

Anglický plnokrevník byl vyšlechtěn v 17. a 18. století v Anglii. Výhodou je snadná dostupnost, často i příznivá cena, ochota k práci a mimořádná inteligence jedinců plemene. Nevýhodou je vzrušivá a často neklidná psychika, velké nároky na přípravu před terapií či malá tolerance koně při monotónních činnostech.

Slezský norik je kůň těžšího rámce s velmi vyrovnanou psychikou a je schopen nosit i těžší klienty. Výhodou plemene je opět dostupnost, nevýhodou pro některé klienty může být široký hřbet koně.

Hucul je původem karpatský horský kůň menšího vzrůstu a často svérázné povahy. Výhodou je právě menší výška koně, snadná dostupnost, minimální náklady při péči.

Jak bylo řečeno, z hlediska výběru plemene neexistuje žádné univerzální plemeno. Mohutní koně typu chladnokrevníka rehabilitují klienty s vyšší hmotností. Dětem zvolíme koně menšího až středního rámce s výškou 120 – 150 cm a užšího ve hřbetu. Co se týče exteriérových vlastností, nejsou vyžadovány žádné specifické požadavky. Z hlediska pohlaví jsou upřednostňovány klisny a valaši. Hřebci vzhledem ke svému příliš živému temperamentu nejsou vhodné. Březí klisny lze zaměstnávat do třetího měsíce před ohřebením. Kůň by neměl být mladší pěti let, od pěti let výše věk není omezen. Barva koně není rozhodujícím faktorem, ale může být větší či menší motivací pro klienty upřednostňující některou z barev koní. Postřehy o souvislosti barvy a charakteru, které byly vypořádány chovateli, říkají: bělouš je učenlivý, klidný a méně citlivý na dotek. Ohnivý ryzák má tenkou kůži a tudíž je citlivější na dotek. Hnědák je inteligentní a svéhlavý a vraník extrémně přecitlivělý. Charakter koně je dán vnitřními a vnějšími

podmínkami – dědičností a prostředím. Plnokrevníci jsou poctiví, čeští teplokrevníci jsou různí, chladnokrevníci svérázní. Kůň musí mít dobrý charakter, tj. být bezpečný při manipulaci, nekopat, nekousat, nebýt zákeřný. Temperament (sklon zvířete reagovat na určité situace určitým způsobem) je stálý a relativně nezávislý na výchově a zkušenostech. Správný temperament je takový, který vyhovuje dané činnosti (Hollý, Horňáček, 2005; Dušek a kol., 1999).

Výcvik koně musí být cílený a přiměřený danému plemeni koně. Každý kůň musí být k danému oboru cíleně připravován. Výcvik v sobě spojuje prvky koně sportovního (je příježděn, reaguje na jezdecké pomůcky), pracovního (je zaměstnán ve specializovaném oboru), provozního (má všestranné využití), cirkusového (pracuje s předměty, umí si hrát). Podle Vávrové (1996) je cílem výcviku zdravý, fyzicky zdatný spokojený kůň, psychicky vyrovnaný, profesionálně vycvičený, ochotný, pracovitý a spolupracující. Kůň musí být k výcviku tělesně i psychicky zralý. Absolvuje základní jezdecký výcvik, dle požadavků i výcvik v zápřeži. Dále podstoupí speciální výcvik pro daný obor. Obsahem je nácvik přístupu k rampě, adaptace na hluk, pohyby, práci s předměty, nácvik soutěží a her, vodění u hlavy koně a různé typy sedláni včetně jízdy bez osedláni. Do výstroje koně patří uzdečka se stihlovým udidlem, tlumící gelová podložka, dečka, tlumící dečka, sedlo, madla, obříšník. Výcvikem koní se v České republice věnuje Centrum přípravy koní pro hiporehabilitaci (CPK – CHRPA) se sídlem v Rokytne u Sezemic, Pardubický kraj, CPK CHRPA je nestátní, nezávislé a neziskové občanské sdružení, které vzniklo 1. října v roce 2003. Toto zařízení vybírá vhodné koně pro klienty a provádí s nimi výcvik na hiporehabilitaci (Centrum přípravy koní pro hiporehabilitaci) [online].

Podle Hollého a Horňáčka (2005) nebo Vávrové (1996) je ze všeobecného hlediska třeba mít na mysli, že:

- celkovou přípravu koně na terapii je ovlivněna fyzickými, psychickými a metodickými nároky kladenými na koně ze strany klientů
- kůň, který je zařazen do hiporehabilitace, musí být zdravý, tato disciplína koně zatěžuje především v oblasti zatížení hřbetu a představuje velké psychické vypětí
- nemocný a opotřebovaný kůň přenáší na jezdce patologické pohyby
- kůň musí být schopen denně absolvovat trénink pod zdravým jezdcem

- kůň je cíleně připravován pro zdravotnické či pedagogické potřeby

#### Požadavky na výběr koně pro jednotlivé disciplíny

V hipoterapii je důležité přímé fyzioterapeutické působení pohybu koně na klienta, proto výsledek léčby závisí na výběru vhodného koně. Při léčbě na koni klient sedí nebo leží. Kůň je veden dle instrukcí fyzioterapeuta hipologem nebo pověřeným pomocníkem. Fyzioterapeut se zaměřuje na klienta, kterého vhodně polohuje a neustále koriguje. Od koně se vyžaduje:

- perfektní a 100% zdravotní stav
- pravidelné a klidné chody s dostatečnou rychlostí (kmihem)
- perfektní charakter
- poslušnost na lonži, na dvou lonžích nebo na ruce
- přiježděnost (narovnání, pevnost a pružnost hřbetu, možnost zkracování a prodlužování chodů)
- samostatnost
- klid u rampy při nasedání či sesedání
- adaptace a tolerance rušivých vlivů okolí a klienta
- adaptace na neadekvátní zátěž

(Müller, 2005).

Při aktivitách s využitím koně a psychoterapii pomocí koně jsou nároky na koně po stránce exteriéru nižší, vyšší nároky jsou však kladeny na psychiku koně, prostředí, organizaci práce a přípravu koně. Při těchto druhích hiporehabilitace klienti pracují s koněm či koňmi samostatněji. Práce může být individuální nebo skupinová a provádí se ze země či sedla. Vše záleží na instrukcích terapeuta. Ten zajišťuje bezpečnost klientů a dává instrukce hipologovi, který zajistil přípravu koně pro terapii.

Od koně se vyžaduje:

- různý temperament

- různý charakter
- dobrá manipulace ze země
- akceptace začátečníků v sedle
- psychická odolnost při střídání klientů

Hermannová (2002).

V oblasti parajezdeckví či sportu handicapovaných se nelze obejít bez sportovního koně, protože klient podle svých schopností a s přihlédnutím na svůj fyzický a psychický handicap absolvuje některou ze soutěžních jezdeckých disciplín. Jezdec si koně vede sám a od koně se vyžaduje:

- lehká ovladatelnost
- chodivost
- poslušnost
- předpoklady pro daný sport
- akceptace handicapu jezdce

Hermannová (2002).

Výše jsme podrobněji vyjmenovali požadavky na koně dle daných oblastí terapie. Nyní si je pojďme shrnout, co musí kůň splňovat pro zdravotnické, pedagogicko-psychologické a sportovní potřeby:

- Mít pevně vypěstované a udržované zádové svalstvo, proto kůň nesmí dělat jen hiporehabilitaci, ale i klasické ježdění se zdravým jezdce a práci v terénu. Cílem je udržení a rehabilitace fyzického a psychického zdraví koně.
- Být trpělivý, klidně stát u rampy, přestože často jedinec s postižením nasedá delší dobu. Navykání koně při stání u rampy se provádí ve třech etapách. První etapa je přivyknutí si na rampu, druhá etapa je prodlužování stání u rampy bez nasedání jezdce a třetí etapou je simulace nasedání postiženého člověka nahrazeného zdravým do sedla.

- Snášet doteky po celém těle, kůň nesmí být lechtivý – doteky různými předměty na kterékoliv části těla musí přijímat v klidu při stání i kroku.
- Podřídít se vedení hipologa/vodiče.
- Být velmi dobře ovladatelný na jedné či dvou lonžích, ze země i ze sedla.
- Naučit se podchycovat všechny změny rovnováhy včetně té nejjemnější a okamžitě zastavit, když klient silně svou rovnováhu naruší.
- Být navyklý na pohyby předmětů používaných při psychoterapii pomocí koně a při aktivitách s využitím koně.
- Musí být psychicky odolný vůči náhlým optickým a zvukovým podnětům, musí být také navyklý na silniční provoz.
- Kůň musí být připraven pro klienty různé váhové kategorie a na změny jejich rovnováhy. Figuranty musejí být dobří jezdci simulující různá tělesná postižení. Praxí se kůň zdokonaluje a časem se stane profesionálem ve svém oboru (Vávrová, 1996).

Pokud kůň nesplňuje všechny výše uvedené požadavky, není možné jej do rehabilitace zařadit.

Kůň pro klienta musí být vybrán podle druhu handicapu či poruchy a také podle cíle léčby. Hiporehabilitační centra mohou nabízet více koní různého temperamentu a tělesné stavby. Terapeut se stanovenou lékařskou diagnózou předloží požadavek hipologovi a ten dle něj vybere vhodného koně. Jak jsme již uvedli, kůň je vystaven velkému tělesnému a psychickému zatížení a z tohoto důvodu je důležité udržování jeho tělesné i psychické kondice neboli rehabilitace koně. Pokud je v rehabilitačním centru k dispozici jeden kůň, musí být velmi dobře příježděn z důvodu prodloužení či zkrácení chodů dle požadavků fyzioterapeuta (Rynešová-Černá, 2011).

Mezi základní podmínky pro realizaci hiporehabilitace patří podle Vávrové (1996) zázemí pro klienty, zázemí pro koně, tým a dostatečné finanční zajištění klienta.

Hollý s Hornáčkem (2005) tyto informace doplňují informacemi o vhodnosti a dostupnosti areálu, kam klient dochází. Terapie probíhá na otevřené nebo kryté jízdárně s rovným terénem. Krytá jízdárna nám umožňuje, aby hiporehabilitace probíhala i za nepříznivého počasí. Pokročilejším klientům může terapeut do programu zařadit

i procházky do přírody. V areálu by neměla chybět celoročně teplá místnost pro klienty, sociální zařízení a areál by měl být dostupný i pro klientova ošetřujícího lékaře. Areál by měl kromě zázemí pro klienty zajišťovat i zázemí pro koně, a to prostory k ustájení, tréninky, možnost terapie a odpočinku pro klienty i koně. Náročné podmínky klade hiporehabilitace i na terapeutický tým. Poslední a velmi závažnou podmínkou je finanční zajištění, které může podporovat pojišťovna, klientův sponzor nebo samotný klient. Finanční stránka bývá největším úskalím terapie.

Délku terapeutické jednotky nemůžeme přesně stanovit, stanovuje se podle individuálních možností jednotlivých klientů. Platí zde však zásada postupnosti, kdy se začíná spíše kratšími časovými úseky a postupně, podle diagnózy, výsledků terapie a podle fyzických a psychických projevů samotného klienta, se časová jednotka prodlužuje. Obvykle jednotka trvá patnáct až dvacet minut. Aby byla terapie co nejefektivnější, měl by klient na terapii docházet zpravidla dvakrát až třikrát týdně po dobu nejméně tří měsíců.

Na základě historického vývoje hiporehabilitace byla na popud MUDr. Lii Frantalové a MUDr. Václava Volejníka, CSc v roce 1991 založena Česká hiporehabilitační společnost, která sdružuje lékaře, fyzioterapeuty, pedagogy a jezdecké instruktory a všechny ty, kteří chtějí používat koně v lékařství, pedagogice a sportu. Cílem této společnosti je udržovat a zachovat odborné provádění této metody, školit pracovníky, zajišťovat vydávání odborné literatury. Tato organizace navazuje kontakty i se zahraničními odbornými organizacemi, pomáhá zakládat nová centra pro provoz léčebného ježdění na koni a v neposlední řadě vyměňuje zkušenosti a zprostředkovává kontakty v rámci této disciplíny (Česká hiporehabilitační společnost, Hamzova léčebna Luže – Košumberk, 2009) [online].

V České republice se provozování různých forem hiporehabilitace zabývá více než 60 státních i nestátních subjektů. V roce 2015 zavedla Česká hiporehabilitační společnost systém, kde rozčleňuje jednotlivá střediska zabývající se hiporehabilitací do čtyř kategorií. Jednotlivé kategorie stanovují úroveň a kvalitu poskytovaných služeb v hiporehabilitaci (Hiporehabilitační střediska, 2016) [online].

1. Středisko praktické výuky – terapeuti a instruktoři jízdy mají odbornou kvalifikaci a praxi vykonávají déle než pět let. Koně mají složenou hiporehabilitační licenci nebo jsou registrováni jako koně pro parajezdecktví.

2. Středisko doporučené hiporehabilitace – terapeuti a instruktoři mají požadované vzdělání a koně mají licenci České hiporehabilitační společnosti.
3. Registrované středisko – zde terapeuti a instruktoři mají opět odbornou kvalifikaci, ale koně nevlastní hiporehabilitační licenci.
4. Přidružené středisko – terapeuti ani instruktoři nejsou odborně kvalifikováni nebo středisko využívá k terapii jiná zvířata než koně

Hiporehabilitace je nová alternativní léčebná metoda využívající jízdu na koni jako léčebný prostředek. Klade vysoké požadavky a podmínky na organizaci a členy týmu včetně koně, který je hlavním prostředkem léčby, proto je kladen velký důraz na správný výběr pro jednotlivý obor hiporehabilitace, ale i pro klienta samotného. Hiporehabilitace léčí, upravuje, zklidňuje, koriguje rozličné klientovy problémy v oblasti psychické i fyzické. Samotná terapie je podřízena klientovi a jeho problému. K dosažení pozitivních cílů a výsledků léčby je zapotřebí spolupráce týmu, koně, klienta za přítomnosti ostatních důležitých prvků a kritérií.

### **2. 3. 3 Legislativa pro realizaci školy v přírodě**

Od roku 1996 platila vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy č. 303/1996 Sb., o školách v přírodě, která se poměrně komplexně zabývala otázkou škol v přírodě. Ta však byla nahrazena vyhláškou č. 224/2005 Sb., kterou se zrušily některé vyhlášky v působnosti Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy s účinností k 1. 7. 2005. V současné době jsou podmínky pro řízení, organizaci a pobyt dětí v přírodě upravovány několika vyhláškami a paragrafy:

- Zákon 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) definuje § 117 Školská výchovná a ubytovací zařízení vše, co tato zařízení dětem mají zajistit.
- Vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR č. 48/2005 Sb., o základním vzdělávání a některých náležitostech plnění povinné školní docházky.



- Pojem škola v přírodě je také uveden v zákoně 258/2000 Sb. a 471/2005 Sb., o ochraně veřejného zdraví.
- Vyhláška Ministerstva zdravotnictví ČR 148/2004 Sb., kterou se mění vyhláška č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti.
- Vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR č. 107/2005 Sb., o školním stravování
- Vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR č. 64/2005 Sb., o evidenci úrazů dětí, žáků a studentů
- Vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR č. 108/2005 Sb., o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních
- Vyhláška Ministerstva zdravotnictví ČR č. 410/2005 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých
- Metodický pokyn dne 22. prosince 2005 Č. j.: 37 014/2005-25 k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy
- Rámcový vzdělávací program základního vzdělávání – v dokumentu se nevyskytuje doporučení pro výběr vyučovacích forem, zabývá se pouze obsahovou náplní učiva.

RVP ZV (2013) tedy dává učiteli prostor, aby zvolil vhodné formy výuky dle svého uvážení. Záleží na profesionalitě a kvalifikaci učitele, v neposlední řadě na podmínkách a možnostech dané školy. V současnosti není účast škol na škole v přírodě povinná, záleží pouze na učiteli. „Jestliže je škola v přírodě součástí vzdělávacího procesu, pak má dítě povinnost se jí zúčastnit.“ (Mertin, 2005, s. 29). V případě, že se žák školy v přírodě neúčastní, musí být zařazen do vyučování v předem stanovené třídě. O případných pochybách učitele o vhodnosti pobytu žáka na škole v přírodě by tuto záležitost měl vždy

projednat s rodiči a odborníky. Je velmi nevhodné a neprofesionální vyřazení žáka z pobytu bez předchozí domluvy s rodiči (Mertin, 2005).

### **3 Cíle, úkoly a výzkumné otázky**

Cílem diplomové práce je vytvořit metodický námět s využitím prvků hiporehabilitace pro výuku vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět v RVP ZV a ověřit možnosti jeho realizace na 1. stupni základní školy.

Dílčím cílem je zjistit možnosti propojení tematického okruhu Rozmanitost přírody a vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, a to se zaměřením na 2. vzdělávací období.

Ze stanovených cílů vyplynuly tyto úkoly:

1. Studium odborné literatury a dalších relevantních zdrojů a zpracování literární rešerše
2. Vytvoření designu výzkumu
3. Zpracování metodického materiálu s využitím prvků hiporehabilitace
4. Vytvoření výzkumného souboru a realizace výzkumného šetření
5. Aplikace statistických metod a technik
6. Vypracování diplomové práce.

Na základě cílů práce byly stanoveny tyto výzkumné otázky:

1. Lze navržený metodický námět využít v praxi základních škol?
2. Za jakých podmínek lze začlenit prvky hiporehabilitace do výuky žáků na 1. stupni základní školy?

## 4 Metodika

### 4.1 Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumné šetření bylo realizováno formou metody dotazování na sedmi základních školách ve Zlínském a Olomouckém kraji, které souhlasily s realizací výzkumného šetření. Dotazník byl poskytnut celkem 40 učitelům 1. stupně a byl anonymní.

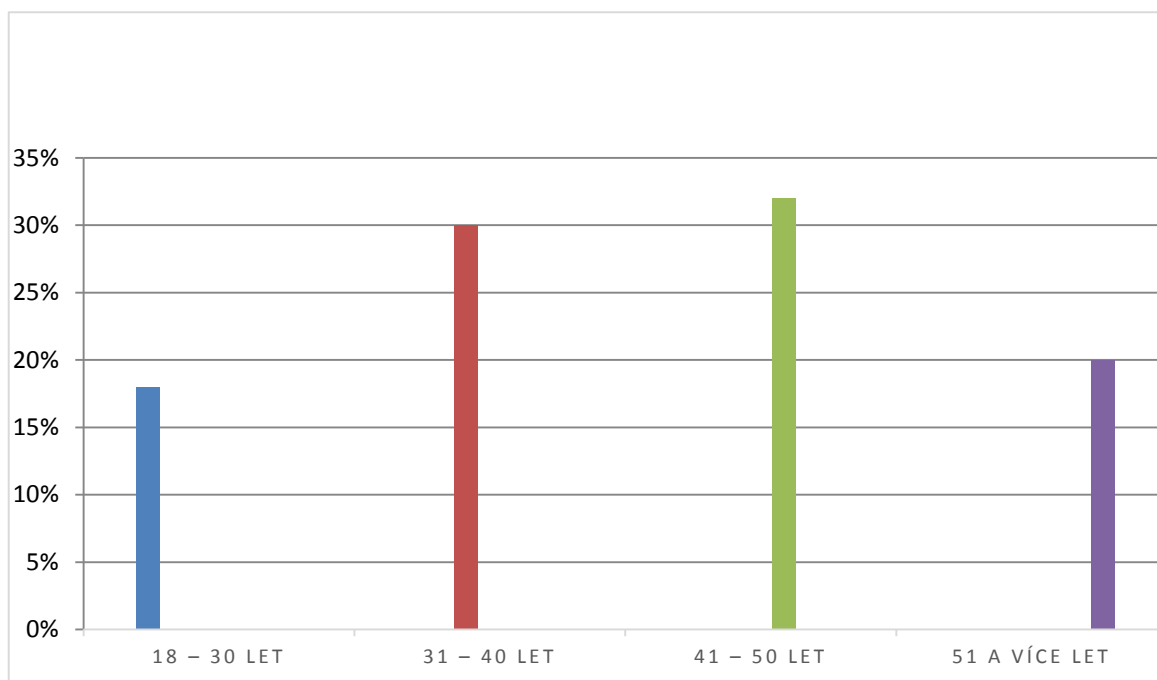
Vyhodnocení získaných dat proběhlo procentuálně a prostřednictvím frekvenčního výskytu odpovědí.

Výzkumný soubor tvořilo 40 respondentů, a to v počtu 35 žen [88 %] a 5 mužů [12 %]. Ve věku od 18 do 30 let bylo 7 respondentů, ve věku od 31 do 40 let bylo 12 respondentů, mezi 41 a 50 lety bylo 13 respondentů a ve věku 51 a více let bylo 8 respondentů (Tabulka 1, Graf 1).

*Tabulka 1 – Věk probandů (n = 40)*

<b>Věk</b>	<b>frekvenční výskyt</b>
<b>18 – 30 let</b>	7
<b>31 – 40 let</b>	12
<b>41 – 50 let</b>	13
<b>51 a více let</b>	8

Graf 1 – Věk probandů [%] (n=40)

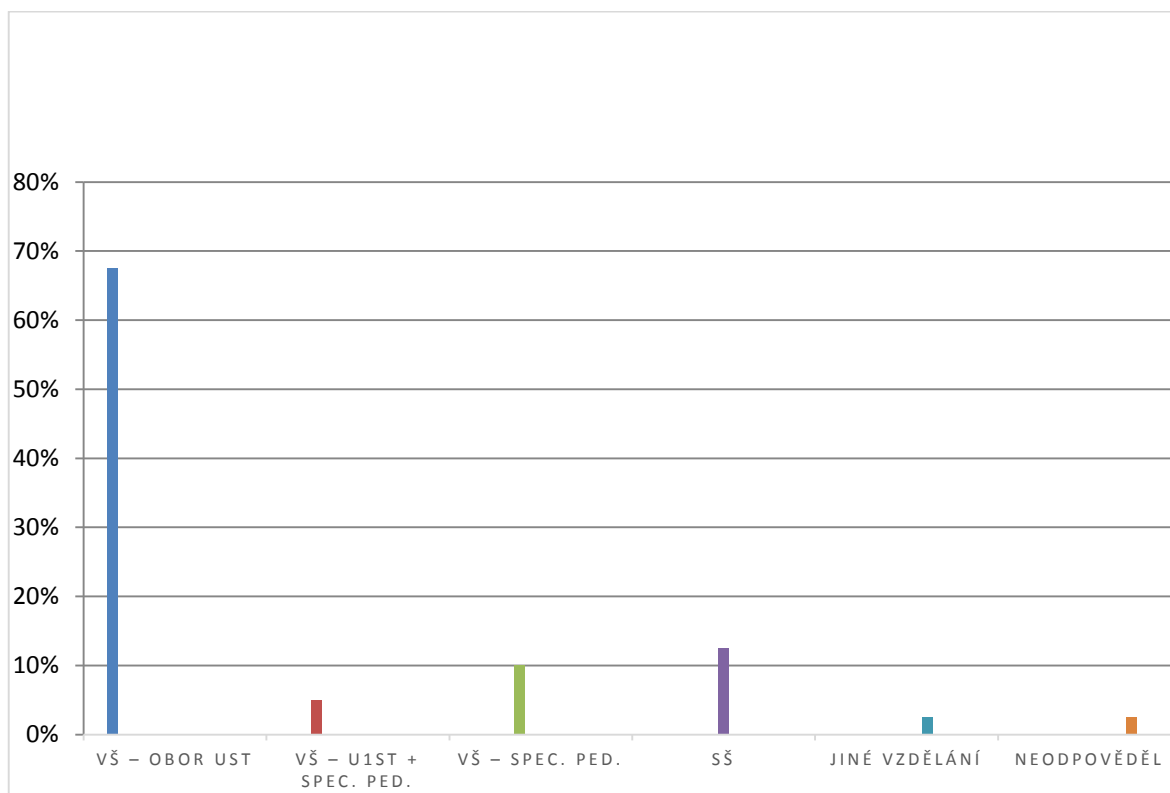


Vysokoškolského vzdělání se specializací na obor Učitelství pro 1. stupeň ZŠ (VŠ – obor U1ST) dosáhlo nejvíce respondentů, a to v počtu 27. Nejméně respondentů dosáhlo vysokoškolského vzdělání Učitelství pro 1. stupeň ZŠ v kombinaci s oborem Speciální pedagogika (VŠ – U1ST + spec. ped.), a to v počtu 2 odpovídajících pedagogů. Vysokoškolský obor Speciální pedagogika (VŠ – spec. ped.) vystudovali 4 respondenti, dosažené středoškolské vzdělání (SŠ) má 5 dotazovaných a pouze jeden respondent uvedl v možnosti jiného vzdělání (jiné vzdělání) vysokou školu Univerzity Palackého v Olomouci. Z celkového počtu 40 dotazovaných odpovědělo 39 respondentů (Tabulka 2, Graf 2).

Tabulka 2 – Dosažené vzdělání probandů (n = 39)

Vzdělání	frekvenční výskyt
VŠ – obor U1ST	27
VŠ – U1ST + spec. ped.	2
VŠ – spec. ped.	4
SŠ	5
jiné vzdělání	1
Neodpověděl	1

Graf 2 – Dosažené vzdělání probandů [= %] (n=39)

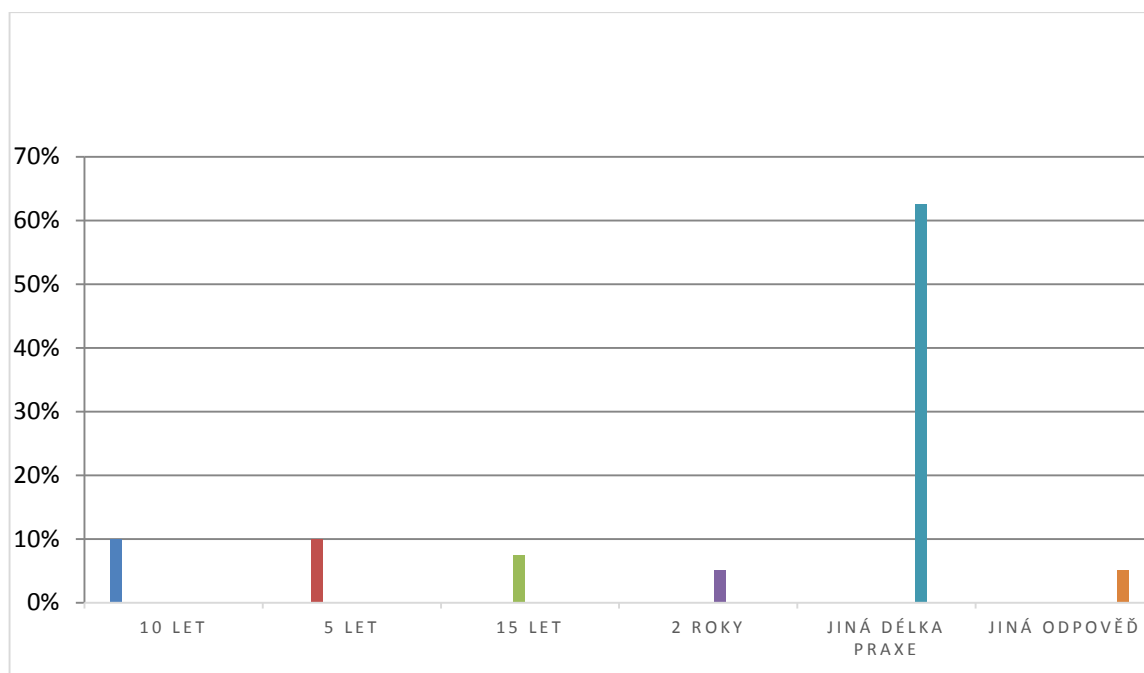


Z celkového počtu zúčastněných pedagogů 4 respondenti uvedli, že praxi učitele/ učitelky na základní škole vykonávají 5 a 10 let, 3 respondenti mají 15letou praxi, po 2 dotazovaných mají položky 2 roky praxe. Ostatní respondenti zvolili jinou délku praxe a dva respondenti uvedli jiné odpovědi: první uvedla, že se věnuje po dobu 5 let práci asistentky a druhý dotazovaný svou délku praxe nesdělil, uvedl pouze, že pracuje jako asistent (Tabulka 3, Graf 3).

*Tabulka 3 – Délka praxe probandů (n = 40)*

<b>délka praxe</b>	<b>frekvenční výskyt</b>
<b>10 let</b>	4
<b>5 let</b>	4
<b>15 let</b>	3
<b>2 roky</b>	2
<b>Jiná délka praxe</b>	25
<b>Jiná odpověď</b>	2

Graf 3 – Délka praxe probandů [%] (n=40)



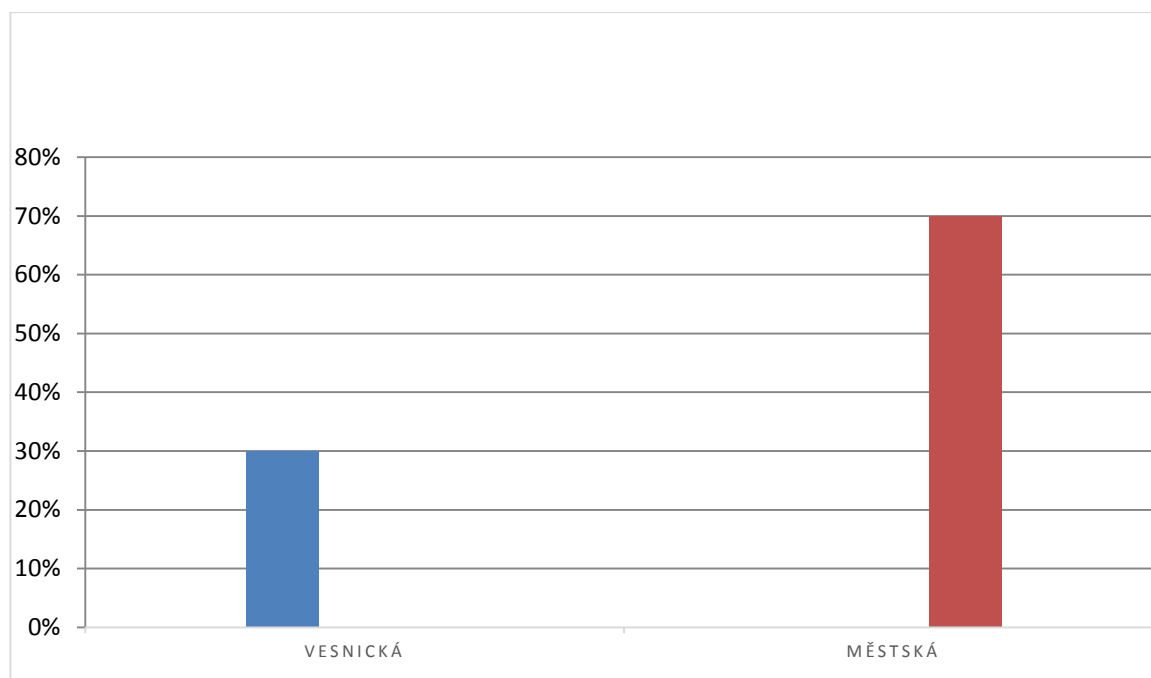
Nejvíce respondentů vyučuje na škole městské a to v počtu 28 a pouze 12 na škole vesnické. (Tabulka 4, Graf 4).

Tabulka 4 – Typ školy probandů (n = 40)

typ školy	frekvenční výskyt
vesnická	12
městská	28



Graf 4 – Typ školy probandů [%] (n=40)



Respondenti v anketě uváděli převážně pozitivní reakce. Mezi pozitivní odpovědi bezesporu patřil téměř jednoznačný souhlas s možností realizace školy v přírodě a možností zapojení prvků hiporehabilitace do programu. Pozitivně shledávám velkou škálu názorů a připomínek respondentů k samotné realizaci, které podléhají životním zkušenostem, zamyšlení se nad organizací a nad metodickým námětem. Každý respondent má z této oblasti své zkušenosti, kterými do ankety vhodně přispěl, proto tyto připomínky nelze považovat za negativně myšlené.

## 4. 2 Organizace výzkumu

Na základě literární rešerše byl zpracován metodický námět obsahující podrobný pětidenní návrh činností pro školu v přírodě. Poté byla sestrojena stručná anketa k metodickému námětu, která se skládala ze dvou částí. První část obsahovala informace týkající se stručné analýzy respondentů a druhá část dotazů směřovala k myšlenkám a odpovědím vztahujícím se k vytvořenému metodickému námětu (Příloha 1).

Nejdříve bylo prostřednictvím osobního jednání osloveno vedení školy, příslušný ředitel školy či zástupci, zda souhlasí s provedením výzkumu na dané škole. Ve všech sedmi případech dotazník přijali pozitivně a souhlasili s výzkumem. Dotazníky byly distribuovány při osobním kontaktu s učiteli.

Čas na prostudování námětu a vyplnění ankety byl stanoven po dobu jednoho měsíce. Poté následovalo kontaktování konkrétních učitelů prostřednictvím e-mailů a dohodli jsme se na termínu osobního převzetí dotazníků.

Výzkumného šetření se účastnilo 40 učitelů a jeho návratnost byla 100 %.

### **4.3 Užití statistické metody a techniky**

Ke zjištění dat byla užita anketa vlastní konstrukce, která obsahovala krátký úvodní text a anamnézu v rozsahu 17 otázek (Příloha 1).

Prvních pět se týkalo osobní anamnézy respondenta a čítalo 3 uzavřené otázky, jednu otevřenou a jednu polouzavřenou otázku. Ostatní položky dotazníku byly spjaty s navrženým metodickým námětem. Respondenti odpovídali na 3 uzavřené otázky, 4 otevřené a 5 polouzavřených otázek.

Získaná data byla vyhodnocena procentuálně a metodou frekvenčního výskytu odpovědí. Výsledky byly zpracovány v programu Microsoft Excel 2010 a Statistica 10.0.

## 5 Výsledky a diskuse

### 5.1 Metodický námět pro realizaci školy v přírodě

Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět. Člověk a zdraví

Vzdělávací obor: Rozmanitost přírody, Člověk a jeho zdraví, Lidé a čas, Tělesná výchova

Průřezová témata: Osobnostní a sociální výchova; Výchova v evropských a globálních souvislostech; Environmentální výchova.

Vzdělávací období: 2. (4. ročník)

Počet dětí: 30

Motivační námět: Středověk

Místo pobytu: hipocentrum

---

#### 1. den

##### **Dopolední program:**

##### ***Příjezd, přivítání, sdělení tématu, rozdělení do skupin.***

Vedoucí pedagog spolu s vedoucím hipocentra žáky přivítají na škole v přírodě. Vedoucí hipocentra nás seznámí s objektem, tj. hotel, restaurace, stáje, jízdárna, jezdecká hala, pastviny apod. a poučí děti o pravidlech chování, pohybu a udržování bezpečnosti v těchto objektech.

##### ***Pomůcky a materiál:***

Opálený pergamen s pozváním na rytířské klání.

Pedagog žákům sdělí motivační téma školy v přírodě – středověk.

##### ***Motivace:***

*„Ocitli jsme se hluboko ve středověku, v dobách velmi dávných a zde je náš hrad a pevnost (učitel ukazuje na hotel, penzion apod.). Pod pevností se nachází hradní jídelna (učitel ukazuje např. na restauraci). Pod hradem slyšíme z hradní stáje ržát krásné koně (učitel ukazuje na stáje). Stojíme v místě, kde se odehrávají rytířské souboje a turnaje, přilehlé pastviny jsou naše panské pozemky a hrad je obklopen ze všech stran hlubokými lesy.“*

### **Organizace:**

Rozdělíme žáky do pěti skupin po šesti dětech. Každá skupina představuje jeden rytířský klan. S opáleným pergamenem předstoupíme před žáky a nahlas přečteme text s informacemi o tom, že na hradě právě probíhají týdenní slavnosti a rytířské klání, čas plný soubojů, turnajů, atp. Úkolem všech pěti klanů je přihlásit se do klání a plnit zadané úkoly, utkat se v turnaji.

### **Realizace:**

Stručně žáky seznámíme s obdobím středověku, se sídly pánů, přiblížíme jim, jak vše na hradech fungovalo a nakonec přiblížíme osobnost rytíře. Můžeme si pro lepší pochopení děje vytvořit časovou osu dějin.

### **Literatura doporučená k dalšímu studiu:**

Např. Harris, 2010; Barnes, 2008 a další.

### **Kůň - partner pro rytíře**

Povídáním o koních žákům přiblížíme problematiku těchto zvířat, předáme jim základní a potřebné informace. Pro názornost nám poslouží praktická ukázka.

### **Motivace:**

*„V pravěku kůň sloužil pro lid jako zdroj obživy, později byl kočovnými národy zkrocen, ochočen a stal se pomocníkem člověka při práci, v hospodaření, nošení nákladů, v armádě či jako dopravní prostředek. V současnosti jsou koně využíváni především ve sportu.“* (Učitel žákům může stručně nastínit historický vývoj a rozdělení základních plemen koní – Příloha 2).

*„Tělo koně se skládá z hlavy, krku, těla a končetin (pro lepší zapamatování vyvěsíme ve společenské místnosti obrázek s popisem částí koně) (Příloha 3). Samici se říká kobyla či klisna, samci hřebec a vykastrovanému hřebci valach. Mezi základní barvy koní patří: hnědák, ryzák, vraník, bělouš, plavák, žluťák, albín a strakoš (vše doplníme praktickou ukázkou ve stáji nebo na obrázcích).“*

*„Velmi důležitou roli při práci s koňmi a pohybu kolem nich hraje bezpečnost. Ve stáji neběháme a nekřičíme, zachováváme klid, aby se koně neplašili. Když přistupujeme ke koni, nejprve ho oslovíme. Pokud bychom tak neučinili, mohlo*

*by se stát, že se nás kuň lekne. Nepohybujeme se kolem zádě koně, ani po ní nijak neplácáme, vyvarujeme se tím případného kopnutí a následného úrazu. Nikdy v přítomnosti koně nesedíme na zemi či nedřepíme! Jsme neustále ve střehu a koně vnímáme.“*

### **Literatura doporučená pedagogům k dalšímu studiu:**

Např. Svoboda, 2014; Misař, Jiskrová, 1997 a další.

### **12:00 Oběd**

### **12:30 –14:00 Odpolední klid**

### **Odpolední program:**

Nyní je na programu dvě a půl hodiny organizovaná činnost, kde jsou děti ve skupinkách zaměstnány přidělenou aktivitou či úkolem. Děje se to z důvodu zajištění bezpečnosti a efektivnosti výuky jízdy na koni. Pro přehlednost přikládám tabulku:

<b>Skupina/čas</b>	<b>14:15-14:45</b>	<b>14:45-15:15</b>	<b>15:15-15:45</b>	<b>15:45-16:15</b>	<b>16:15-16:45</b>
<b>1.sk</b>	Koně – ježdění	Stáj – čištění	VV + PČ	VV + PČ	VV + PČ
<b>2.sk</b>	Stáj – čištění	Koně – ježdění	VV + PČ	VV + PČ	VV + PČ
<b>3.sk</b>	VV + PČ	Stáj – čištění	Koně – ježdění	VV + PČ	VV + PČ
<b>4.sk</b>	VV + PČ	VV + PČ	Stáj – čištění	Koně – ježdění	VV + PČ
<b>5.sk</b>	VV + PČ	VV + PČ	VV + PČ	Stáj – čištění	Koně – ježdění

***Vysvětlivky: Koně – ježdění: výuka ježdění. Stáj – čištění: péče o koně. VV + PČ: výtvarná výchova a pracovní činnosti.***

### ***Podrobný popis aktivit:***

#### **1. Koně – výuka ježdění      *Zkratka: Koně – ježdění***

Jednotka: 30 minut

Počet jezdců: 6

Počet cvičitelů: 6

Počet koní: 6

Cvičitelé čekají na žáky ve stáji s již připravenými koňmi. Žáci si koně samostatně za doprovodu cvičitele dovedou na jízdárnu. Cvičitel cestou učí žáka základním pravidlům vedení koně.

Za žáky zodpovídají cvičitelé.

#### **2. Stáj – péče o koně, čištění      *Zkratka: Stáj – čištění***

Jednotka: 30 minut

Počet žáků: 6

Počet cvičitelů: 1

Počet koní: 3

Cvičitel seznámí žáky s technikou čištění. Po ukázce žáci vytvoří dvojice a každé dvojici je přidělen kůň. Jejich úkolem bude nasadit koni ohlávku, uvázat ho a řádně vyčesat, přičemž každý žák koně čistí z jedné strany. Žáci dbají na bezpečnost a na správné chování v blízkosti koně. Cvičitel je ve stáji přítomen, kontroluje, opravuje, pomáhá při činnosti a hlídá bezpečnost a je za žáky zodpovědný.

#### **3. Výtvarná výchova + pracovní činnosti      *Zkratka: VV + PČ***

*Cíl:* Vyrobit koně z papíru, zvolit název klanu, vytvořit vlajku, složit popěvek.

*Pomůcky:* karton, barvy, látka, bavlnky, vlna, atd..

*Motivace:* „Každý středověký rytířský klan měl své jméno, vlajku, bojový popěvek a hlavně svého koně. Úkolem bude vytvořit všechny výše jmenované věci tak, abychom dostáli všech náležitostí klanu.“

*Organizace:* Skupiny vytvoří z kartonu a pomocí libovolných pomůcek vlastního rytířského koně a vyzdobí ho dle své fantazie a nápadu. (pomůcky: karton, barvy, látka, bavlnky, vlna, atd.). Vytvořený kůň by měl dosahovat rozměrů cca jeden metr na výšku.

Dalším úkolem je zvolit si název svého klanu, složit krátký bojový popěvek a vytvořit vlajku z libovolných pomůcek a materiálů.

Za žáky při činnosti odpovídá pedagog.

### **17:00 – 17:45 vlastivěda**

*Cíl:* procvičit orientaci na mapě a v atlasu, seznámení se s novým místem v České republice.

*Pomůcky:* 5 atlasů ČR, nástěnná mapa

*Motivace:* „Zjisti o neznámém středověkém území co nejvíce informací, abychom věděli, kde se nacházíme a co je kolem nás.“

*Organizace:*

Žáci pracují ve skupinách na zadaných úkolech:

- kde se na mapě nachází místo našeho pobytu (Koryčany)
- zařaď toto místo do kraje, vypiš sousední kraje, popřípadě sousední stát
- geomorfologie - krajinný ráz dle mapy
- vodstvo - protéká tudy řeka, potok
- nadmořská výška - v jaké výšce se Koryčany nachází
- je to město, vesnice, velkoměsto
- charakterizuj zdejší a okolní průmysl, těžba, zemědělství
- jaká velká města se nacházejí v okolí
- nachází se poblíž památka, hrad, chráněná krajinná oblast atd.

Po vypracování následuje hromadná diskuze a porovnání výsledků hledání.

### **18:00 večeře**

### **19:00 společenská místnost**

*Cíl:* Představení klanů.

*Pomůcky:* Papíroví koně, vlajky.

*Motivace:* „Před zahájením rytířského turnaje předvolávám všechny klany, aby se celému dvoru ráčily představit.“

*Organizace:* Každý klan přede všemi vystoupí, představí se (jméno klanu, proč se tak jmenuje, odkud pochází), představí svou vlajku, pozdrav, popěvek či pokřik a svého koně. Následují jednotlivé turnajové hry (venku):

### **1. Trefa z koně kopím na terč**

*Cíl:* Koordinace pohybu, rozvoj hrubé a jemné motoriky, zrakové percepce a soustředění.

*Pomůcky:* Papírový kůň, tabule či karton s vyznačeným terčem, násada od náradí nebo větev.

*Motivace:* „*Jednou z disciplín rytířských turnajů je trefa kopím na terč. Proto se, udatní rytíři, chopte svých kopí, nasedněte na své bujné koně a ukažte svou obratnost a postřeh!*“

*Organizace:* V plném cvalu (běh s papírovým koněm) se rytíř snaží kopím (násada od náradí, větev) trefit do vyznačeného cíle (tabule, karton s vyznačeným terčem). Nejde o rychlost, ale o přesnost. Z každého klanu se účastní všichni rytíři. Pamatujte, že máte jen jednoho koně, ze kterého musíte sesednout, aby druhý mohl nasednout. Dbejte na bezpečnost práce s „kopím“!

*Hodnocení:* Za každý trefený cíl se přičítá klanu bod. Body se sčítají a zapisuje se jejich celkový počet a konečné pořadí klanů.

### **2. O korunu princezny Anny**

*Cíl:* Koordinace pohybu, rozvoj hrubé a jemné motoriky, zrakové percepce a soustředění, rozvoj spolupráce, rychlosti, postřehu, obratnosti, přesnosti.

*Pomůcky:* 2 osoby, 4 papírové kruhy vyzdobené fáborky, bavlnkami, stuhami; papírový kůň, násada od náradí či větev.

*Motivace:* „*Dalším z disciplín je hra o královskou korunu. Král i princezna dají pážatům své koruny a úkol rytířů bude letící korunu zachytit na svá kopí. Královská koruna je velmi vážený klenot a neměla by se válet po zemi, proto jako král všem radím, aby koruny chytli!*“

*Organizace:* Na vytyčené rovné dráze o délce asi 50 metrů (i míň) stojí v pravidelné vzdálenosti od sebe dvě osoby, každá má v ruce 2 papírové kruhy. Rytíř na svém koni se plným cvalem řítí po dráze a jeho úkolem je chytit na své kopí korunu, kterou páže vyhodí do vzduchu těsně, než rytíř projede. Rytíř dojede na konec, otočí se a snaží se chytit koruny i cestou zpět. Pážata (žáci), která koruny vyhazují, jsou vždy ze svého klanu a nesmí korunu vyhazovat do vzduchu moc, ani málo. Úkolem je chytit na své kopí co nejvíce korun. Z každého klanu se účastní všichni rytíři. Pamatujte, že máte jen jednoho



koně, ze kterého musíte sesednout, aby druhý mohl nasednout. Dbejte na bezpečnost práce s „kopím“!

*Hodnocení:* Za každou chybenou korunu se družstvu přičítá bod. Body se družstvům přičítají.

### **3. Cizojazyčný dopis**

*Cíl:* Rozvoj hrubé motoriky, paměti, spolupráce, vytrvalosti.

*Pomůcky:* Lístky se znaky a písmenky, předepsaná tabulka s abecedou, text pohádky psaný pomocí znaků (Příloha 4).

*Motivace:* „Královův přítel z daleké Francie nám po svém poslovi zaslal dopis. Avšak tento dopis je napsán v nám neznámém jazyce a neumíme ho přečíst. Doposud se ho nikomu nepodařilo rozluštit, ani nejvzdělanějším osobám na hradě a my nevíme, co se v poselství píše.“

*Organizace:* V lese/parku ve vymezeném prostoru budou na zemi ležet kartičky se znaky a písmenky (1 znak = 1 písmeno). Žáci obdrží abecedu psanou písmenky - musí k ní najít příslušné znaky a zapsat si je. Do lesa vybíhají štafetově - jeden žák zaznamená na papír vždy 2 znaky a vrátí se z lesa zpět, předává papír s abecedou dalšímu, který vybíhá. Když má skupina doplněné znaky k celé abecedě, vybíhají do lesa všichni a hledají zašifrovaný dopis, který musí rozluštit a donést vedoucímu.

*Hodnocení:* Hodnotí se čas i správnost. Za každou chybu přičteme 10 sekund. Skupina, která zvládla luštění nejrychleji, obdrží 5 bodů, každá další pak o bod méně.

### **4) Házení šiškami**

*Cíl:* Rozvoj jemné motoriky, postřehu, soustředění, přesnosti.

*Pomůcky:* Smrkové šišky, 2 kbelíky.

*Organizace:* Každý hráč dostane tři šišky a snaží se je co nejrychleji hodit do kbelíku svého družstva, který je vzdálen 2 -3 metry od startovní čáry. Každý má na každou šišku jen jeden pokus.

*Hodnocení:* Vítězí skupina, která má na konci v kbelíku více šišek. Body se udělují od jednoho do pěti.

## 5) Stonožka

*Cíl:* Rozvoj hrubé motoriky, obratnosti, koordinace činností ve skupině, rozvoj spolupráce.

*Pomůcky:* -

*Organizace:* První člen skupiny se z lehu na zádech zvedne do podporu ležmo vzad s pokrčenýma nohama - opírá se o zem rukama a chodidly pokrčených nohou. Další člen zaujme stejnou polohu, a to tak, že se opře rukama o nártý prvního hráče. Takto se seřadí celá skupina a v této poloze se snaží o pomalý pohyb vpřed nebo vzad. Při pohybu se všichni musí držet za nártý nohou (kromě prvního) a nikdo si nesmí sedat na zem. Úkolem skupin je překonat vzdálenost cca 20 metrů a zpět. Skupina se může pohybovat směrem vpřed i vzad.

*Hodnocení:* Hra je na čas – družstvo, které nejrychleji překoná tuto vzdálenost a bude v cíli první, vyhrálo. Body se udělují od jednoho do pěti. Dbáme na to, aby žáci nepodváděli.

Vedoucí pedagogové sečtou body všech her a vyhlásí vítěze dnešního dne a pořadí dalších umístěných. Dnes je rytířský turnaj u konce.

## 2. den

**7:00** budíček

**7:15 – 7:45** rozcvička (Příloha 5)

Po ránu se krátce rozcvičíme a protáhneme namáhané partie z pondělní jízdy na koních.

**8:00 – 8:30** snídaně

**8:45 – 9:30** matematika

### **Počítám s tvou pomocí**

*Cíl:* Procvičit sčítání do sta.

*Pomůcky:* Členky nebo samolepící štítky s čísly.

*Motivace:* „*Lovíme bobříka mlčení a přitom počítáme.*“

*Organizace:* Připravíme členky nebo samolepící štítky s čísly – součet tří čísel musí být vždy 100. Všichni se postaví do kruhu, zavrou oči a vedoucí každému umístí na čelo nějaké číslo. Pak se v prostoru za pomoci vedoucího promíchají a otevrou oči. Úkolem bude beze slov vytvořit trojice tak, aby součet čísel na čele dával hodnotu 100.

## **Živé písmo**

*Cíl:* Procvičit sčítání a odčítání do tisíce. Procvičit tvořivost a spolupráci ve skupině.

*Pomůcky:* Připravené příklady, symboly.

*Motivace:* „*Oživme číslice pomocí svých těl.*“

*Organizace:* Žáci se rozdělí do dvou skupin. Pedagog říká příklady a jejich úkol je příklad správně vypočítat a výsledek sdělit obrazcem na zemi - tj. žáci budou výsledek (daná čísla) vytvářet na zemi svými těly.

## **Sfoukávání svíček**

*Cíl:* Procvičit matematické dovednosti sčítání, odčítání, násobení a dělení do 10 000, zaokrouhlování. Procvičení pozornosti, rychlosti.

*Pomůcky:* Obrázky se svíčkami, příklady.

*Motivace:* „*Královo služebnictvo šlo dnes v noci do lesa natrhat léčivé byliny. Každý si nesl s sebou svíčku, aby viděl na cestu. V lese je ale něco tak vystrašilo, že všichni svíčky položili na zem a utíkali zpět do hradu. My se musíme vydat po jejich stopách, svíčky najít a uhasit, aby v lese nevznikl požár.*“

*Organizace:* Obrázky se svíčkami a příklady rozmístíme po lese v předem vytyčeném prostoru. Děti v intervalu 2 minut vybíhají do lesa a příklady si opisují. Až opíšou všechny, vrátí se zpět na start a provedou jejich výpočty. Jeden vypočítaný příklad = jedna sfouknutá svíčka.

*Hodnocení:* Společná kontrola příkladů. Pochvala, že jsme včas zachránili les před velkým neštěstím.

## **Rytíři a princezny nakupují**

*Cíl:* Procvičit sčítání a odčítání do 5000.

*Pomůcky:* Kartičky s obrázky.

*Motivace:* „*Představte si, že jste princezny a rytíři a jdete nakupovat drahé látky na šaty, šperky, střevíce, pánové brnění, meče a ostatní zbroj, neopomenete ani svého koně, kterého můžete vybavit novým sedlem, krásnou zdobenou uzdou, pytlím ovsu a jinými potřebnými věcmi.*“

*Organizace:* Do prostoru umístíme kartičky s obrázky věcí, které si mohou žáci koupit. Sdělíme jim obnos peněz, 5000 grošů, ze kterého mohou čerpat. Jejich úkolem bude nakoupit věci dle jejich výběru a nutnosti. Žáky rozdělíme do skupin.

**9:45 – 10:30** jazyk český

### **Velká a malá písmena**

*Cíl:* Procvičit pravopis psaní velkých písmen.

*Pomůcky:* Psací potřeby, papír, výchozí text pro učitele (Příloha 6).

*Motivace:* „Zahrajeme si netradiční jazykovou hru.“

*Organizace:* Žáci si sednou na zem do kruhu, na židle nebo na lavičku. Učitel předčítá text. V okamžiku, kdy žáci slyší slovo, ve kterém se píše velké písmeno, stoupnou si. Když učitel dočte text, žáci se posadí do lavic a pokusí se zapsat slova, ve kterých se vyskytovala velká písmena.

### **Dlouhé slovo a jeho děti**

*Cíl:* Procvičit slovní zásobu.

*Pomůcky:* Psací potřeby, papír.

*Motivace:* „Princezna Růženka ve svém jménu skrývá mnoho dalších slov. Najděte je.“

*Organizace:* Učitel dětem nadiktuje slovo či slovní spojení, žáci si ho zapíší. Jejich úkolem bude v určitém časovém úseku vytvořit co nejvíce nových slov za využití písmen z daného výrazu.

*Slovní spojení:* ŠÍPKOVÁ RŮŽENKA.

### **Vyjmenovaná a příbuzná slova**

*Cíl:* Procvičit vyjmenovaná a příbuzná slova.

*Pomůcky:* Psací potřeby, papír.

*Motivace:* „Zavři oči a představ si, která vyjmenovaná slova souvisí s tematikou koně.“

*Organizace:* V určitém časovém limitu budou mít žáci za úkol vypsát co nejvíce vyjmenovaných slov a slov k nim příbuzných, související s tematikou „Kůň“.

### **Samé stejné kořeny**

*Cíl:* Procvičit tvoření slov.

*Pomůcky:* Psací potřeby, papír.

*Motivace:* „Rytíři se v mládí vzdělávali a cvičili v oblasti jazykovědy. Mezi mnoha cvičeními patřilo i skládání slov.“

*Organizace:* Žáci mají za úkol zapsat větu skládající se ze slov se stejným kořenem.

Můžeme zadat kořen předem, např. -les-, -zvon-, -lod’-.

## **10:45 – 11:30 Teorie o jezdecké výstroji**

V této hodině dětem přiblížíme jezdeckou výstroj používanou při jízdě na koni. Cílem je, aby se děti seznámily s věcmi, které jsou běžnou součástí každodenního života s koňmi a osvojily si danou terminologii. Vše praktikujeme v sedlovně a s věcmi se seznamujeme přímo.

*„Začneme s nejjednodušší a nejpoužívanější výstrojí, jako je ohlávka a vodítko. Další výstrojí je uzdečka. Skládá se z nátylníku, čelenky, lícnic, podhrdelníku, nánosníku, podbradníku, udidla a otěží. K sedláni užíváme podsedlovou dečku, tlumící podložku, sedlo a pobřišník. Sedlo se skládá z přední a zadní rozsochy, posedlí, komory, malé a velké bočnice, třmenového zámku, kolenní opěrky, sedlové podušky a zápinek. K sedlu jsou připnuty třmenové řemeny se třmeny. Nohy koně jsou chráněny bandážemi, chrániči a kopyta zvony. Deky jsou nezbytná výstroj, která by neměla chybět v žádné stáji. Základně rozlišujeme deky odpocovací, bederní a zateplovací, síťové.“*

### **Literatura doporučená pedagogům k dalšímu studiu:**

Např. Edwards, 2008; Watsonová, Lyon, Montgomeryová, 2004 a další.

Do 12:00 probíhá volná činnost žáků – míčové a jiné hry dle výběru žáků. Při větším časovém prostoru můžeme naplánovat procházku do blízkého zámeckého parku.

### **12:00 Oběd**

### **12:30 –14:00 Odpolední klid**

### **Odpolední program:**

Nyní je na programu dvě a půl hodiny organizovaná činnost, kde jsou děti ve skupinkách zaměstnány přidělenou aktivitou či úkolem. Děje se to z důvodu, Děje se to z důvodu zajištění bezpečnosti a efektivnosti výuky jízdy na koni. Pro přehlednost přikládám tabulku:

**14:15 - 16:45** - zaměstnání:

Skupina/čas	14:15-14:45	14:45-15:15	15:15-15:45	15:45-16:15	16:15-16:45
5.sk	Koně – ježdění	Stáj – péče o k.	VV + PČ	VV + PČ	VV + PČ
4.sk	Stáj – péče o k.	Koně – ježdění	VV + PČ	VV + PČ	VV + PČ
3.sk	VV + PČ	Stáj – péče o k.	Koně – ježdění	VV + PČ	VV + PČ
2.sk	VV + PČ	VV + PČ	Stáj – péče o k.	Koně – ježdění	VV + PČ
1.sk	VV + PČ	VV + PČ	VV + PČ	Stáj – péče o k.	Koně – ježdění

*Vysvětlivky: Koně – ježdění: výuka ježdění. Stáj – čištění: péče o koně. VV + PČ: výtvarná výchova a pracovní činnosti.*

**Podrobný popis aktivit:**

**1. Koně – výuka ježdění:                      Zkratka: Koně – ježdění**

Jednotka: 30 minut

Počet jezdců: 6

Počet cvičitelů: 6

Počet koní: 6

Cvičitelé čekají na žáky ve stáji s již připravenými koňmi. Žáci si koně samostatně za doprovodu cvičitele dovedou na jízdárnu. Cvičitel cestou učí žáka základním pravidlům vedení koně.

Za žáky zodpovídají cvičitelé.

**2. Stáj – péče o koně, uzdění**

**Zkratka: Stáj – péče o k.**

Jednotka: 30 minut

Počet žáků: 6

Počet cvičitelů: 1

Počet koní: 3

Žáci vytvoří dvojice a každé dvojici je přidělen kůň. Jejich úkolem bude nasadit koni ohlávku, uvázat ho a řádně vyčesat, přičemž každý žák koně čistí z jedné strany. Žáci dbají na bezpečnost a na správné chování v blízkosti koně. Cvičitel seznámí žáky s úkonem uzdění koně. Cvičitel je ve stáji přítomen, kontroluje, opravuje, pomáhá při činnosti a hlídá bezpečnost a je za žáky zodpovědný.

### **3. Výtvarná výchova + pracovní činnosti**                      **Zkratka: VV + PČ**

*Cíl:* Vyrobit erb z keramické hlíny.

*Pomůcky:* Keramická hlína, přírodniny, oblázky, korálky apod.

*Motivace:* „Každý středověký rytířský klan měl svůj rodový erb. Vytvořte erb svého klanu.“

*Organizace:* Skupiny vytvoří z keramické hlíny a ostatních pomůcek erb svého klanu.

**16:45 – 17:00** svačina

**17:15 – 18:00** přírodověda

*Cíl:* Procvičit určování rostlin a poznávání zvířat.

*Pomůcky:* -

*Motivace:* „V dřívějších dobách se děti učily poznávat přírodu, rostliny a zvířata přímo na louce. Pojd'me si to také zkusit.“

*Organizace:* Půjdeme do koryčanského zámeckého parku, kde se budeme věnovat pozorováním a poznáváním rostlin, stromů a živočichů.

Žáci pracují ve skupinách na zadaných úkolech:

- Ve skupině najdi určený strom (smrk, borovice, jedle, modřín, tis, dub, buk, lípa, jírovec, olše, vrba) a přichystá si k němu informace (zařazení, vlastnosti, listy, jehličí, plody, kůra, atd.).
- Posadíme se v parku na nějaké místo a debatujeme, jaká zvířata zde mohou žít, kde přežívají, čím se živí atd. Jaké jedlé plody rostou v lese a na loukách?
- Lehneme si do trávy, zavřeme oči a posloucháme zvuky v přírodě, komentujeme je. Zvuky zvířat, šumění listů ve větru, tok vody v potůčku, atd.
- Najdi rostlinu, plevel, travu, okrasnou květinu, bylinu, houbu atd., pojmenuj ji a něco o ní ostatním sděl, pojmenuj její jednotlivé části.

## Krmení koní

Stručně žákům přiblížíme problematiku krmení koní, navštívíme místnost, kde se skladuje krmivo, porovnáme zrna ovsa a ječmene, kukuřice atd. Pokud je možnost vidět různé druhy slámy, porovnáme.

*„Koně krmíme čerstvou trávou či usušeným senem. Mezi jedovaté a pro koně nevhodné rostliny patří listy dubu, rulík zlomocný, pryskyřník, přeslička, javor červený, kaprad' samec, tis, starček přímětník, náprstník, rododendron, oleandr, štědřenec, ocún, hasivka, žaludy, len, vikev, bodlák. Mezi jadrná krmiva se řadí oves, ječmen, kukuřice, otruby, sladový květ, lněné semeno a jiné. Podestýláme ovesnou, ječnou či pšeničnou slámou.“*

### **Literatura doporučená pedagogům k dalšímu studiu:**

Např. Meyer, Coenen, 2003 a další.

## **19: 00 Turnajové hry venku**

### **1. Květina pro princeznu**

*Cíl:* Procvičit obratnost, rychlost.

*Pomůcky:* Sklenice s obrázkem květiny pro každou skupinu, nádoba s vodou či potok, kelímky.

*Motivace:* „Princezna dostala krásnou kytici od neznámého ctitele, ale zapomněla ji zalévat a kytka postupně usychá. Snažte se v krásné kytici znovu vzbudit život tím, že jí přinesete z nedalekého potoka dostatek vody.“

*Organizace:* Všechna družstva se seřadí u startovní čáry, kde je pro každé umístěna nádoba s kytkou (symbolizuje vázu). Úkolem pro družstva bude v určeném časovém limitu donést z potoka či připraveného kbelíku s vodou co nejvíce vody pro uvadlou květinu. Vodu budou soutěžící nosit v dlaních nebo ve speciálních kelímcích, které se předem a uváženě proděrují. Běží vždy jednotlivec z každého družstva a vystřídají se všichni.

*Hodnocení:* Vyhrává to družstvo, které má ve váze vody nejvíce. Přičítají se body od 1 – 5.



## 2. Věž

*Cíl:* Rozvoj jemné motoriky, paměti, rychlosti.

*Pomůcky:* 5 šátků, 50 předmětů ke stavění věže.

*Motivace:* „*Váš hrad napadli z nenadání zbojníci a vy jste zavázáni přísahou o ochraně hradu. Vaším úkolem je postavit co nejdříve věž, ze které budete útok nájezdníků odrážet.*“

*Organizace:* Každé družstvo si vybere jednoho svého hráče, kterému se zavážou oči. Jeho úkolem bude postavit poslepu věž z deseti předmětů (kostky, krabičky, plechovky a jiné předměty) v co nejkratším čase.

*Hodnocení:* Vyhrává družstvo, jehož hráč co nejrychleji věž postaví. Body se udělují družstvům od 1 – 5.

## 3. Zvíře z hlubokých lesů

*Cíl:* Procvičit dovednost řešení problémů, spolupráce, vzájemného kontaktu, kreativity.

*Pomůcky:* -

*Motivace:* „*Pod hradem, který je kolem dokola obklopen hlubokými lesy, byla spatřena příšera, velmi zvláštní zvíře, které bylo viděno několika lidmi z podhradí. Tito lidé teď přišli mezi nás, aby nám popsali, jak zvíře vypadalo.*“

*Organizace:* Skupina bude mít za úkol vytvořit zvíře tak, aby se žáci dotýkali země určitým počtem končetin. Šestičlenná družstva se budou dotýkat země 4 končetinami a jejich úkolem bude tímto způsobem překonat vzdálenost 5 metrů.

*Hodnocení:* Družstvo s nejoriginálnějším znázorněním zvířete vyhrává. Družstvu se přičte bod.

## 4. Most mezi ostrovy

*Cíl:* Podpořit spolupráci ve skupině.

*Pomůcky:* Frisbee nebo létající talíř pro každého.

*Motivace:* „*Ocitli jsme se v bažinatém lese, kde můžeme stoupat jen na určitá místa. A proto, abychom poznali, kde bažina je a kde není, házíme před sebe kameny a pokud se kámen nepotopí, můžeme na něj stoupnout, je zde pevná půda. Musíme se pohybovat jen po kamenech.*“

*Organizace:* Hráči jsou v družstvech. Každý má jedno frisbee nebo létající talíř. Skupina musí společně překonat vyznačené území a přitom se žádnou částí těla nesmí dotknout země. Každý hází frisbee do vyznačeného prostoru ze stejného místa. Frisbee zůstane

tam, kam dopadne. Nikdo nesmí vstoupit do území předtím, než odhodí frisbee. Když všichni odhodí svá frisbee, skupina může území přejít. Pokud jej přejít nemůže, všichni hází znovu.

*Hodnocení:* Hra je na čas. Dbáme na přesnost došlápnutí a na dodržování pravidel. Udělujeme body od 1 do 5.

## **5. Býčí srdce**

*Cíl:* Procvičit orientaci poslepu, odhad vzdálenosti, rozhodnost.

*Pomůcky:* Nafukovací balonky nebo papírové či molitanové terče, stanové nebo dřevěné kolíky, šátek na oči.

*Motivace:* „*Ve středověku se vyskytovaly i soutěže s krvavějším tématem. Běžný byl lov v lesích a slabší rytíř musel sebrat odvahu i k těmto činnostem. Proto teď seberte odvahu i vy a splňte následující úkol.*“

*Organizace:* Vymezíme startovní čáru a asi 15 m od ní připevníme „býčí srdce“ – nafouknutý balonek nebo vystřižené srdce z papíru či látky nebo kruh nebo terč – na hladkou podložku, aby ho nemohla propíchnout stébla trav či ostré kamínky, ještě před zásahem. Hráč může vzdálenost proměřit a zapamatovat si směr. Potom mu zavážeme oči, třikrát ho otočíme kolem osy a dáme mu do ruky „dýku“, představenou např. stanovým kolíkem. Hráč vykročí zvoleným směrem. Opatrně jde, jakmile se zastaví, musí si kleknout, napřáhnout a bodnout do místa kde očekává býčí srdce. Zdaří-li se zásah, získává bod pro družstvo. Přihlízející nesmějí podávat žádné informace. Postupně se vystřídají všichni hráči.

*Hodnocení:* Vyhrává družstvo s nejvyšším počtem bodů. Za to se družstvům přičítají body od 1 do 5.

## **3. den**

**7:00** budíček

**7:15 – 7:45** rozcvička (Příloha 5)

**8:00 – 8:30** snídaně

**9:00** Výlet autobusem do výcvikové stáje a návštěva osobnosti z oblasti vozatajství a chovu koní.

*Cíl:* Návštěva

*Motivace:* *Pojďme společně probádat tuto krajinu a seznámit se s významnou osobností z oblasti chovu koní.*“

*Organizace:*

Po příjezdu do stájí nás přivítá vedoucí Výcvikové stáje, Josef Iš a společnou procházkou nás provede objektem. Pedagog žákům sdělí geomorfologické prvky krajiny a stručnou historii statku. Ve stájích proběhne seznámení a představení jednotlivých koní. Navštívíme kočárovnu i postrojovnu. Po svačině se podrobněji seznámíme s osobností a životem Josefa Iše. Závěrem se všichni projedeme kočárem po okolí.

### **Odpoledne, podvečer**

Po návratu následuje pozdní oběd a odpočinek. Až do večera budou mít žáci osobní volno, při kterém začnou pracovat na zadaném úkolu: jednotlivá družstva si na večerní slavnosti a turnaj připraví a nacvičí jakoukoliv scénku, divadlo či příběh z doby středověku, obohacený o kulisy, rekvizity či kostýmy dle své fantazie. Na úkolu družstva pracují až do 19 hodiny. V 18 hod se koná pravidelná večere.

### **19:00 Turnajové hry a slavnosti**

*Cíl:* Shlédnout secvičené divadelní scénky.

*Pomůcky:* Dle potřeby žáků.

*Motivace:* *„Ocitli jsme se ve středověkém divadle a pojďme se pohodlně posadit a vychutnat si herecké výkony umělců.“*

*Organizace:* Sejdeme se ve společenské místnosti, vyslechneme požadavky na prostory žáků a dle potřeby se přesuneme. Všechna družstva postupně odehrají scénky.

*Hodnocení:* Družstva se navzájem hodnotí a nakonec společně ohodnotí jednotlivé scénky a podle bodů vzejde konečné pořadí a vítěz. Body se družstvům přičítají do turnaje.

#### 4. den

7:00 budíček

7:15 – 7:45 rozcvička (Příloha 5)

8:00 – 8:30 snídaně

9:00 – 11:30 zaměstnání:

Dnes jsou z důvodu odpoledního programu přesunuty aktivity s koňmi a ve stáji na dopolední čas. Opět jsou žáci rozděleni podle skupin do bloků a mají přidělenou určitou činnost. Pro přehlednost přikládám tabulku:

Skupina/čas	9:00-9:30	9:30-10:00	10:00-10:30	10:30-11:00	11:00-11:30
3.sk	Koně – ježdění	Stáj – čištění	Dřevo	odpočinek	odpočinek
5.sk	Stáj – čištění	Koně – ježdění	dřevo	odpočinek	odpočinek
1.sk	dřevo	Stáj – čištění	Koně – ježdění	odpočinek	odpočinek
4.sk	odpočinek	odpočinek	Stáj – čištění	Koně – ježdění	dřevo
2.sk	dřevo	odpočinek	odpočinek	Stáj – čištění	Koně – ježdění

*Vysvětlivky: Koně – ježdění: výuka ježdění. Stáj – čištění: péče o koně. Dřevo: sběr dřeva. Odpočinek: osobní volno.*

#### *Podrobný popis aktivit:*

##### **1. Koně – výuka ježdění:**

*Zkratka: Koně – ježdění.*

Jednotka: 30 minut

Počet jezdců: 6

Počet cvičitelů: 6

Počet koní: 6

Cvičitelé čekají na žáky ve stáji s již připravenými koňmi. Žáci si koně samostatně za doprovodu cvičitele dovedou na jízdárnu. Cvičitel cestou učí žáka základním pravidlům vedení koně.

Za žáky zodpovídají cvičitelé.

## **2. Stáj – péče o koně, sedláni**

***Zkratka: Stáj – čištění.***

Jednotka: 30 minut

Počet žáků: 6

Počet cvičitelů: 1

Počet koní: 3

Žáci vytvoří dvojice a každé dvojici je přidělen kůň. Jejich úkolem bude nasadit koni ohlávku, uvázat ho a řádně vyčesat, přičemž každý žák koně čistí z jedné strany. Žáci dbají na bezpečnost a na správné chování v blízkosti koně. Cvičitel seznámí žáky s úkonem sedláni koně. Cvičitel je ve stáji přítomen, kontroluje, opravuje, pomáhá při činnosti a hlídá bezpečnost a je za žáky zodpovědný.

## **3. Sběr dřeva**

***Zkratka: Dřevo.***

Žáci po okolí sbírají dřevo pro večerní táborový oheň.

## **4. Odpočinek**

***Zkratka: Odpočinek.***

Z důvodu absence dnešního odpoledního klidu budou žáci načerpávat síly na odpolední program.

**11:45 oběd**

**12:30** Putování na zříceninu hradu Cimburk.

### **Studánka U Rocha**

*Cíl:* Diskuze na téma studánka, návštěva studánky, chování v přírodě.

*Pomůcky:* Text „Pramínková víla“ (Klimtová, 1995)

*Motivace:* „Studánky často obývají pramínkové víly, chrání je před nebezpečím a čistí prameny. My si o takové vile něco přečteme.“

*Organizace:* Cestou ze Stupavy na Cimburk po překonané vzdálenosti asi dvou kilometrů objevíme při levém okraji silnice **studánku U Rocha**. Ke studánce vede dřevěný můstek a je schována na kraji lesa. Přistoupíme k ní. Zeptáme se žáků, co jsou to studánky a jaký mají význam, odkud pramení voda, jaké má vlastnosti, skupenství atd. Poté žákům sdělíme, že každou studánku obývá jedna pramínková víla, která studánku chrání před nebezpečím a čistí pramen. Z knihy Lexikon ohrožených druhů zvířat a strašidel žákům přečteme úryvek o Pramínkové víle. Před odchodem vyčistíme studánku od spadaneho listí a větviček.

### **Hrad Cimburk**

*Cíl:* Seznámení s hradem Cimburk.

*Pomůcky:* Připravený text „Cimburk – hora svatoklimentská“ (Kalláb, 1996).

*Motivace:* „Přečteme si z knihy historii hradu.“

*Organizace:* Po příchodu na hrad si sedneme a poslechneme si historii hradu dle knihy. Poté si celý hrad projdeme za výkladu stavebního útvaru.

### **Hra: Poklad krále Matyáše**

*Pomůcky:* pěnové míčky nebo polystyrenové koule či papírové koule; lístečky papíru s napsanými poklady; cokoliv na vymezení herního území, šátky.

*Motivace:* „Píše se rok 1470 a na hradě vládne král Matyáš, který hrad spolu se svým vojskem před několika lety dobyl a ukrývá zde veliký a drahocenný poklad, který nedá spát hlavně zbojníkům přebývajícím v okolních hlubokých hvozdech. Zbojníci čas od času pořádají tajné nájezdy na hrad a snaží se část pokladu uloupit. Pojďme se na chvíli přenést do této doby plné bojů, lstivosti, zvěďů, drahých kamenů.“

*Organizace:* K likvidaci protivníků se používají pěnové míčky nebo polystyrenové či papírové koule a to buďto hodem, nebo dotykem (viz možnosti postav níže). Dotykem se v tomto případě rozumí dotyk míčkem či koulí- tj. že se hráč protivníka dotkne míčkem, který drží v ruce. Jiný způsob likvidace protivníků není přípustný. Jakýkoliv jiný fyzický kontakt mezi hráči není dovolený. Bránit protivníkům v pohybu také není dovoleno.

*Bezpečnost:* není dovoleno nikam šplhat, chodit na nebezpečná místa. Je nutno dbát bezpečnostních pokynů pedagoga!

Postavy hráčů:

**A skupina: Družina obránců hradu:**

**A1 – Kníže**

Počet hráčů: jeden.

Smí chytat: hodem i dotykem.

Kníže nemůže být chycen obyčejným zbojníkem (je proti nim nesmrtelný).

Knížete může zabít pouze vrah. Je-li kníže chycen vrahem, je definitivně "mrtev" a dále nehraje.

Kníže může být někde v území i schovaný (pokud chce).

Smí mít u sebe maximálně dva míče/koule.

**A2 – Felčar (středověký doktor)**

Počet hráčů: jeden.

Felčar nemůže nikoho chytit (nehází ani nestřílí).

Felčar je nesmrtelný (nelze ho chytit).

Felčar oživuje chycené hráče své družiny (strážce) tím, že k nim přiběhne a dotkne se jich.

Jediné co nedokáže je oživit knížete, kterého zabil vrah.

Sám nikoho chytat nesmí, ale smí nosit u sebe až dva míče/koule a může je dávat knížeti, nebo strážcům.

**A3 – Strážce**

Počet hráčů: 3 a více.

Smí chytat: hodem i dotykem.

Je-li strážce zasažen zbojníkem, musí si dřepnout na místě, kde byl zasažen, zvednout ruku a čekat, až ho přiběhne oživit Felčar.

Smí mít u sebe maximálně jeden míček/kouli.

**B skupina: Družina nájezdníků:**

**B1 – Zbojníci**

Počet hráčů: 3 a více.

Chytá protivníky jen hodem (nemůže chytat dotykem).

Jeho hlavním úkolem je v časovém limitu nasbírat a nanosit do základny své skupiny co nejvíc pokladů (lístečků).

V žádnou chvíli u sebe nesmí mít víc lístečků pokladu než jeden (více neunes).

Pokud je chycen strážcem, musí navíc vydat poklad, pokud nějaký právě nese (strážce ho pak vrátí někam do území).

Smí mít u sebe maximálně jeden míček/kouli.

## **B2 – Vrah**

Počet hráčů: jeden.

Chytá jen hodem (nemůže chytat dotykem).

Vrah má stejnou funkci jako obyčejný zbojník, ale pokud se mu podaří zasáhnout knížete, je kníže definitivně mrtev.

## **B3 – Zvěd**

Počet hráčů: jeden až dva (při malém počtu hráčů tato postava raději není vůbec).

Nemůže nikoho chytat.

Sám je chycen až po třetím zásahu (ale musí ho zasáhnout tři různí protivníci). Díky tomu je schopen pronikat i do lépe střežených oblastí.

Nemůže sbírat poklad.

Jeho úkolem je pohybovat se po území a svým spoluhráčům donášet informace o rozmístění lístečků pokladu, pátrat po případné skrýši knížete a navádět na něj vraha.

Sám nikoho chytat nesmí, ale smí nosit u sebe až dva míčky/koule a může je dávat zbojníkům, nebo vrahovi.

Označení hráčů:

Felčar: má šátek kolem paže kousek pod ramenem (jako pásku s křížem)

Vrah: má šátek kolem krku

Zvěd: má šátek uvázaný nad kotníkem

Stráže a zbojníci nejsou nijak označeni. Ve velké skupině hráčů je možná dobré je nějak odlišit, my jsme to nepotřebovali.

Další pravidla:

Družina obránců se pohybuje pouze ve svém vymezeném území a nemá žádnou stálou základnu.

Před začátkem hry má družina obránců čas cca 5-10 minut (podle počtu lístečků pokladu) na jeho rozmístění v herním území.

Pro rozmístění pokladu platí, že jednotlivé lístky pokladu nesmí být od sebe blíže než 1 velký krok (~ 1m). Tj. nesmí být na jedné hromadě.

Poklad musí být volně umístěn na zemi, nebo max. do výše hlavy nejmenšího hráče.

Lístečky (poklad) nesmí být schovány (zakryty). Musí být vidět.



Obránci se smí pohybovat pouze ve svém území, ale jejich střela platí i mimo (pokud přitom nepřekročí hranice).

Družina nájezdníků má svou základnu mimo herní území cca 30 m od hranice (ne úplně blízko).

Nájezdníci se smí pohybovat všude a podnikat výpady do herního území z kterékoliv strany.

Na začátku kola startují nájezdníci ze své základny.

Obránci jsou na začátku kola libovolně rozmístěni ve svém území.

Je-li chycen, nebo zasažen kdokoliv z družiny nájezdníků (tj. zbojník, vrah, nebo zvěd), musí se dotknout své základny a pak se smí vrátit do boje (tím ztrácí drahocný čas).

V průběhu hry se míčky/koule doplňují sběrem ze země.

Nájezdníci je nesmí odnášet pryč z území s výjimkou těch, které mají právě u sebe a se kterými se pak vrátí (= nesmí je hromadit mimo území tak, aby obránci neměli čím házet).

Hraje se na dvě kola, při kterých se strany vystřídají. Body získává vždy jenom družina nájezdníků. Družina Obránců se snaží, aby jich nájezdníci v daném časovém limitu získali co nejméně. Vyhrává ta skupina, které se povedlo nasbírat nejvíc bodů.

Jedno kolo hry trvá cca 20 minut (uprav si podle potřeby).

*Hodnocení:* Za každý sebraný lísteček (poklad) 1 bod. Za likvidaci knížete vrahem 10 bodů.

Po dvou kolech vyhrává ta skupina, která má víc bodů.

### **Příběh**

*Cíl:* Vymyslet příběh, který se na hradě mohl dříve odehrát.

*Pomůcky:* -

*Motivace:* „Představte si, že jsme ve středověku, hradní komplex je úplný a bydlí zde pán a kolem jeho poddaní. Představte si, jaký příběh by se v tomto prostředí mohl odehrát.“

*Organizace:* Sedneme si kdekoliv na území hradu a zeptáme se žáků, jestli je napadá nějaký příběh, který se zde mohl v dávných dobách odehrát. Povídáním společně příběh

vytvoříme. Diskutujeme na téma, co se zde dříve odehrávalo, jak zde dříve lidé žili a jak vypadal jejich život, které předměty denně využívali, kde a jak bydleli a pracovali, jaká zvířata na hradě mohla žít, atd. Sledujeme proměnu hradu od dob jeho vzniku až po současnost. Hodnotíme práci restaurátorů hradu, pozitiva x negativa. Sledujeme počasí a pojmenováváme jej, hovoříme o počasí a možnostech života v historii atd.

### **Hry cestou domů:**

#### **Ostrov:**

*Cíl:* Procvičení spolupráce, řešení problému, tělesný kontakt.

*Pomůcky:* Stromy, pařezy, kameny.

*Motivace:* „Cestou domů musíme přejít široké jezero, které je ovšem plné neznámých dravých ryb, které se pohybují v hejnech a nám hrozí jejich útoky. Z jezera vystupují čas od času vysoké kameny. Zachráníme se pouze tehdy, jestliže vystoupíme na blízký malý ostrůvek.“

*Organizace:* Na upozornění (písknutí) pedagoga žáci hledají ostrůvek ((pařez, kámen, strom, atd.) ke své záchraně.

#### **Lesní pelíšky:**

*Cíl:* Vnímat lesní prostředí a vcítit se do života v něm.

*Pomůcky:* Přírodní materiál nalezený na místě.

*Motivace:* „Představte si, že jste se proměnili v lesní zvířátka. Ta pobíhají přes den po lese, až když se setmí, zalezou do svého pelíšku. My ale zatím žádný pelíšek nemáme, proto, abychom měli večer kam ulehnout, si ho musíme vytvořit.“

*Organizace:* V lese si každý najde příhodný koutek a z přírodního materiálu vytvoří pelíšek nebo domeček pro malé zvířátko nebo vymyšlenou postavičku skřítky, lesní víly apod. Lze přitom používat jen přírodní materiál. Je třeba vymezit pravidla, co se smí a co ne (např. Smí se utrhnout pampeliška, nesmí se lámat větve, trhat houby atd.). Vše musí probíhat v klidu a tiché. Každý svůj pelíšek předvede ostatním a sdělí, pro koho je připraven.

#### **Stromové bytosti**

*Cíl:* Hledání rysů obličeje v kmenech stromů. Rozvoj vnímání vůči přírodě.

*Pomůcky:* Stromy v lese.

*Motivace:* „*Stromy jsou také živé bytosti, zkusme v nich najít trochu lidských vlastností, pozorně se podívejme a najděme obličej, oči, nos, ústa.*“

*Organizace:* Vyhlédneme si libovolný strom a hledáme v něm podobnosti s lidskou postavou, tj. obličej (oči, obočí, nos, ústa), vlasy, ruce, nohy atd.

Při procházce lesem pozorujeme živočichy (např. mraveniště) a rostliny, vnímáme zvuky a pachy, sledujeme propojení živé a neživé přírody, soulad, zásahy člověka do krajiny. Dbáme na životní prostředí, chováme se tak, abychom ho nepoškozovali, popř. sbíráme odpadky, diskutujeme o dopadech lidské činnosti na krajinu (např. silnice, vydlážděná cesta k hradu, krmelec, kůň na vyjížděce atd.), jak chránit přírodu a životní prostředí, vybízíme k odpovědnosti za své chování a jeho důsledky pro přírodu.

**Večeře.**

#### **19:00 Večerní program u ohně.**

*Cíl:* Obohacení znalostí žáků v oblasti témat o ohni, o jídle, seznámení s historií hudby, diskuze nad tématy, poslech příběhu odehrávajícím se na Cimburku.

*Pomůcky:* Ohniště, dřevo, kniha, občerstvení (špekáčky, chléb, atd.), zpěvníky, hudební nástroje.

*Motivace:* „*Dnes večer jsme se zde sešli den před zakončením turnajových her. Dnešní večer bude v přátelském a pohodovém duchu, budeme diskutovat, povídat si, jíst a pít do sytosti. Úkolem každého rytíře je nejen bojovat, ale také se umět bavit s přáteli.*“

*Organizace:*

1. Povídání v kruhu na téma oheň: kdy a za jakých podmínek vzniká, jak ho rozdělat; od jaké doby je oheň spjat s člověkem, k čemu všemu slouží, symbolika magie, atd.
2. Diskuze na téma, co se jedlo a pilo ve středověku.
3. Čtení příběhu „Tak odplácej!“ z knihy (Kalláb, 1996)
4. Opékání špekáčků

*Motivace:* „*Cestou z návštěvy hradu Cimburka jsme si nalovili drobné lesní zvířectvo, které dnes po důkladném propečení na ohni společně sníme. Proto hodujte, jezte a pijte, co hrdlo ráčí!*“

*Organizace:* Opékání špekáčků na ohni.

5. Hudba ve středověku

*Motivace: „Nejvíce se hudba šířila prostřednictvím katolické církve, zpívalo se při bohoslužbách, svátcích, v kláštorech, vznikaly sbory a chorály, jednohlasé či vícehlasé. Na královských dvorech hudbu zprostředkovávali potulní pěvci a trubadúři, kočovníci a básníci. Vznikaly milostné písně skládané z lásky, oslavné písně, bojové, či prosté lidové. Mezi nejznámější středověké hudební nástroje patřily flétny a píšťaly, harfa, loutna, viola, dudy, bubínek, roh a spousta dalších.“*

**Literatura doporučená pedagogům k dalšímu studiu:**

Např. Dobrovská, Mikeš a kol. 2014 a další.

*Organizace: Za doprovodu kytary, flétny, houslí a jakéhokoliv dalšího nástroje společně zpíváme písně. Vycházíme z již probraného učiva a písní, které mají žáci osvojené, a do učiva zahrneme písně tematicky spojené se školou v přírodě.*

**Literatura doporučená pedagogům k dalšímu studiu:**

Např. Polívka, Baier, Svobodová, Opekarová, 2005 a další.

## 6. Pověst o zlém Richtrovi

*Motivace: „Ke koryčanské sýpce se váže jedna stará pověst. Poslechněme si, jaká.“*

*Organizace: Čtení příběhu (Příloha 7).*

## 7. Noční hra: **Strach má velké oči**

*Cíl: Poznání noční přírody, překonání strachu.*

*Pomůcky: Velké sklenice, svíčky, ohniště, papíry, tužka, pastelky, zámecký park.*

*Motivace: „Každý člověk, ať je králem, rytířem, děvečkou či dítětem, se něčeho bojí, má v sobě ukrytý strach z toho, co mu nahání hrůzu. Je to přirozená lidská vlastnost, za kterou se nemusíme stydět. Dnes se každý přítomný rytíř pokusí nad svým strachem zvítězit.“*

*Organizace: Každý na kousek papíru napíše nebo nakreslí to, čeho se bojí, lísteček poskládá*

*a pečlivě u sebe uschová. Pedagog dovede žáky k zámecké bráně, odkud žáci pokračují sami. Cesta je značená pomocí zářících svíček umístěných ve velkých sklenicích v dostatečné vzdálenosti od sebe tak, že od jedné svíčky je vidět k svíčke další. Cestou žáky nesmí nikdo strašit. Pomalu dojdou k cíli, kde bude čekat pedagog u zapáleného ohně. Čekáme, až přijde poslední žák. Všichni hodíme papírky se strachy společně*

do ohně a čekáme, dokud neshoří spolu se slovy: „Právě teď se tě strachu zbavuji. Spálíš se a už nikdy mě nebudeš strašit!“

Potom si s dětmi povídáme o tom, proč se nemáme bát a jak jsme si absolvováním cesty tmou dokázali, že překonání strachu nás posílí. Zvedlo se nám sebevědomí a máme sami ze sebe velkou radost. Před odchodem ohniště uhasíme.

## **5. den**

**7:30** budíček

**8:00 – 8:30** snídaně (Příloha 5).

**9:00 – 11:30 Turnajové hry:**

### **Přesun s holí**

*Cíl:* Procvičení soustředění a koordinace mezi členy skupiny

*Pomůcky:* 2,5 m dlouhá dřevěná hůl.

*Motivace:* „Na turnaji je také potřeba prokázat schopnost spolupráce členů v klanu. Proto se, prosím, chopte následujícího úkolu.“

*Organizace:* Každá skupinka se rozdělí na polovinu a vytvoří dvě řady proti sobě s malým odstupem. Hráči se uklidní, soustředí, předpaží s mírně pokrčenými pažemi a s ukazováčky obou rukou napjatými vpřed. Vedoucí jim vloží na ukazováčky dřevěnou hůl tak, aby se jí každý dotýkal. Skupina s holí se snaží po odstartování překonat určenou trasu s překážkami. Vyhrává ta skupina, která co nejrychleji a bez toho, aby jim hůl spadla, dorazí do cíle. Pokud hůl spadne, družstvo se vrací zpět na start.

*Hodnocení:* Skupinám jsou přiděleny body od 1 – 5 dle úspěšnosti.

### **Rovnice**

*Cíl:* Procvičení dělení slov.

*Pomůcky:* List s natištěnými slovy (Příloha 8).

*Motivace:* „Rytíři vykazují znalosti i v oblasti jazykovědy a počtů, proto se s lehkostí chopte následujícího úkolu.“

*Organizace:* Každé družstvo dostane list s rovnicemi a jejich úkolem bude je vyřešit.

*Hodnocení:* Skupina, která úkol vyřeší nejrychleji, vyhrává. Bodujeme od 1 – 5.

### **Koruna – lev**

*Cíl:* Rozvoj jemné motoriky, zrakové percepce.

*Pomůcky:* Dvacet kamínek, korunová mince.

*Motivace:* „Některé hry jsou založeny pouze na náhodě. Proto věřte svým přáním a ona se splní.“

*Organizace:* Z každého družstva vyberou jednoho hráče. Pět hráčů má po sedmi kamíncích a střídavě vyhazují do vzduchu korunovou minci. Když se první hráč chystá k hodu, ostatní mají předpovědět, kterou stranou zůstane ležet mince vzhůru. Padne královská koruna nebo lev? Když druhý hráč uhodne, dostane od každého jeden kamínek. Neuhodne-li, odevzdává sám po jednom kamínku všem. Potom vyhodí minci druhý hráč a ostatní hádají. Střídají se po tři až čtyři kola.

*Hodnocení:* Vyhrává ten, kdo má nejvíce kamínek.

## **Lavina**

*Cíl:* Posílení tělesné kondice, taktiky, spolupráce, tělesného kontaktu.

*Pomůcky:* -

*Motivace:* „Každý rytíř musí disponovat fyzickou zdatností, kterou si prověříme v tomto úkolu.“

*Organizace:* Všechna družstva stojí vedle sebe za startovní čarou. Před každým družstvem je ve vzdálenosti 10-15 m od startovní čáry viditelná meta. Každý hráč má přidělené číslo od 1 do 6. Na znamení vyběhají z obou družstev hráči č. 1. Každý oběhne svou metu, vrátí se za startovní čáru, vezme za ruku hráče č. 2 a společně obíhají metu. Vracejí se za startovní čáru, hráč č. 2 bere za ruku hráče č. 3 a všichni běží kolem mety. Tak pokračují, až proběhne celá spojená skupina kolem mety a vrátí se za startovní čáru. Držení se při běhu nesmí přerušit, jinak začíná skupina od začátku.

*Hodnocení:* Nejrychlejší družstvo vyhrává. Body se přidělují od 1 – 5.

## **Hádanky:**

*Cíl:* Procvičit logické myšlení.

*Pomůcky:* Připravený list s hádankami (Příloha 9).

*Motivace:* „Rytíři musí umět logicky myslet, hádání patřilo mezi mnoho činností na panském dvoře.“

*Organizace:* Učitel čte žákům hádanky, ti se ve skupinkách radí a odpovídají.

*Hodnocení:* Ten, kdo nejdříve uhodne, dostane bod. Body se sčítají a přičítají se k celkovému bodování turnaje.

## **Na jediné písmenko**

*Cíl:* Procvičit logické myšlení, pravopis, sloh.

*Pomůcky:* Psací potřeby, papír.

*Motivace:* „Královský dvůr často chtěl být něčím pobaven, proto se pořádaly různé zábavné soutěže, jako například tato.“

*Organizace:* Žáci mají ve skupinách za úkol vymyslet ve vymezeném časovém úseku příběh, ve kterém každé slovo začíná na stejné písmeno.

*Hodnocení:* Vyhrává nejoriginálnější příběh. Hodnotí učitelé i žáci.

## **Hry s koňmi:**

*Cíl:* Překonat určenou trať s vedeným koněm. Procvičit vedení koně ze země.

*Pomůcky:* 5 koní, bariéry, můstek, kužely, atd.

*Motivace:* „Každý rytíř musí umět ovládat svého koně. Tuto ovladatelnost prokáže v následující soutěži.“

*Organizace:* Pro každé družstvo je postavena trať. Úkolem družstev bude překonat s koněm ve dvojici určenou trať, každý koně vede z jedné strany. Trať se skládá ze slalomu postaveného pomocí kuželů, z bariér na zemi, které se překračují, ze čtverce, do kterého kůň vejde, uvnitř zastaví a opět se rozejde; z dřevěného mostku, který se přechází; z branky; úsek couvání atd.

*Hodnocení:* Hra není na čas, ale na přesnost provedení cviků. Každému družstvu se přičte jeden bod.

## **Hodnocení her:**

Jednotlivé hry turnajových slavností hodnotíme body od jednoho do pěti dle úspěšnosti skupin. Nejúspěšnější bodujeme pěti body, nejméně úspěšnou jedním. Body z her v každém dnu samostatně sčítáme a na konci dne je vyhodnocena skupina, která získala bodů nejvíce. Na konci týdne se body sečtou ze všech dní, stanoví se výherní pořadí skupin, proběhne vyhlášení výsledků turnaje, předání medailí, diplomů.

Před odjezdem se všichni sejdeme a společně zhodnotíme celý pobyt. Vzpomínáme na vše, co jsme zažili, vyzvedneme ochotu, vytrvalost a snahu žáků při plnění úkolů. Zjistíme, jaké vzpomínky pobyt v žácích zanechal, a tím zhodnotíme výsledný efekt pobytu.

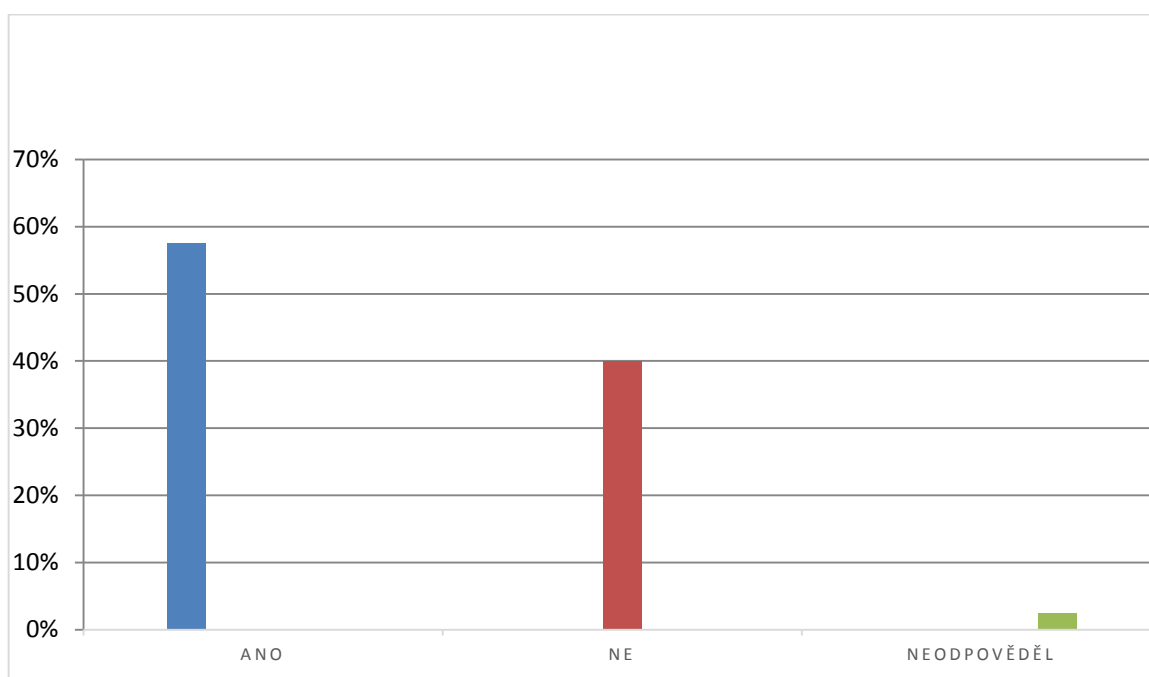
## 5. 2 Vyhodnocení ankety k možnosti realizace vytvořeného metodického námětu v pedagogické praxi na 1. stupni ZŠ

Z celkového počtu 40 dotazovaných pedagogů jich 23 již organizovalo či vedlo školu v přírodě, 16 dotazovaných nikoliv a jeden respondent neodpověděl (Tabulka 5, Graf 5).

Tabulka 5 – Organizování probandů školy v přírodě (n = 39)

Organizování školy v přírodě	frekvenční výskyt
ano	23
ne	16
neodpověděl	1

Graf 5 – Organizování probandů školy v přírodě [%] (n=39)



Školy v přírodě se opakovaně ve vedoucí pozici účastnilo 22 respondentů, 8 dotazovaných se opakovaně účastnilo v jiné funkci a zároveň se 10 respondentů účastnilo



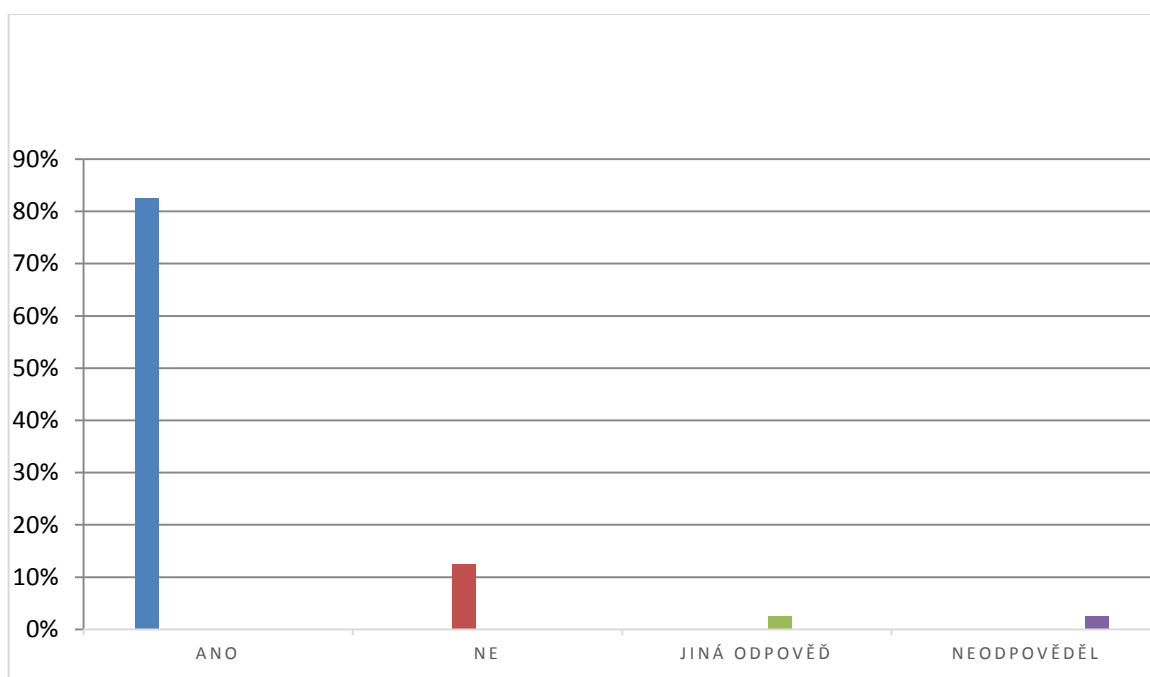
školy v přírodě v jiné funkci i ve funkci organizátora. 8 respondentů se školy v přírodě neúčastnilo vůbec.

Na dotaz, zda učitelé realizují výuku některých témat spojených s přírodou v přírodním prostředí, zaznačilo odpověď „ano“ 33 respondentů a odpověď „ne“ 5 respondentů. V možnosti jiná odpověď se objevil výrok „chodíme číst do přírody“. Jeden respondent neodpověděl (Tabulka 6, Graf 6).

*Tabulka 6 – Výuka probandů v přírodě (n = 39)*

<b>výuka v přírodě</b>	<b>frekvenční výskyt</b>
<b>ano</b>	33
<b>ne</b>	5
<b>jiná odpověď</b>	1
<b>neodpověděl</b>	1

Graf 6 – Výuka probandů v přírodě [%] (n=39)

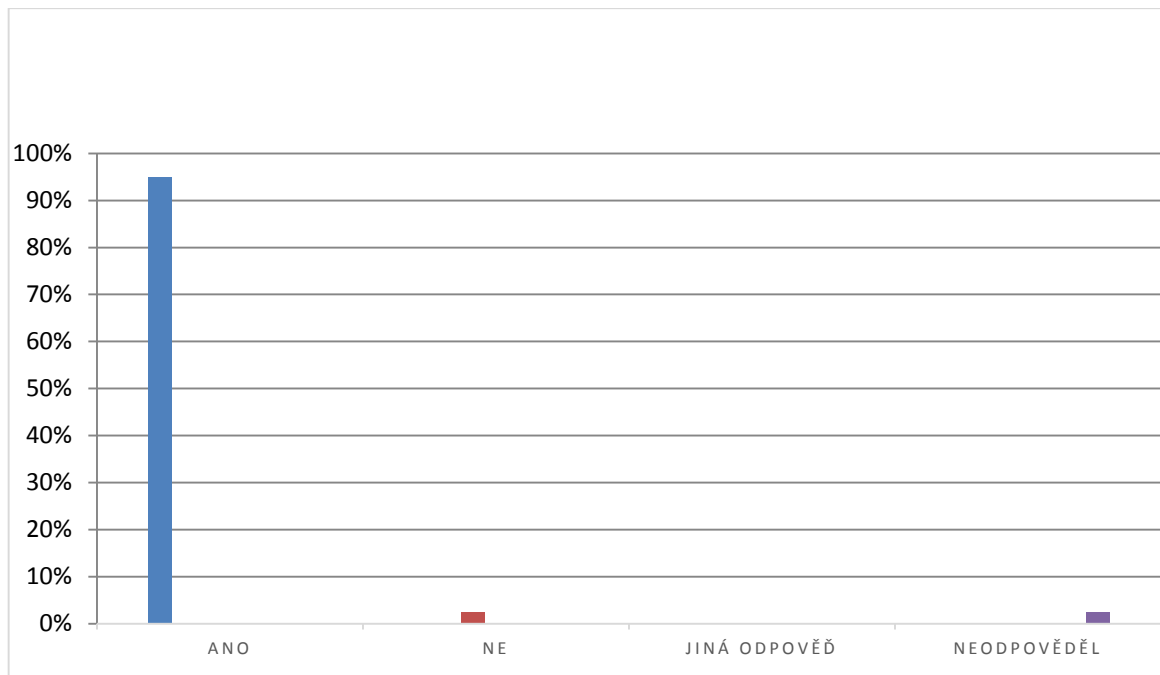


Prostřednictvím otázky č. 9 bylo zjišťováno, zda lze navržený metodický námět prakticky zrealizovat a následující položka se respondentů tázala, jestli by měli možnost na své škole takovou školu v přírodě uskutečnit. 38 dotazovaných ze 40 si myslí, že lze školu v přírodě s prvky hiporehabilitace prakticky zrealizovat a 29 dotazovaných by mělo možnost takto zaměřenou školu v přírodě uskutečnit. Naopak 1 respondent byl názoru, že metodický námět zrealizovat nelze a 10 respondentů nemá možnost takovou školu v přírodě na svých školách uskutečnit. Na otázku č. 9 neodpověděl 1 respondent a v otázce č. 10 respondent uvedl odpověď „nevím“ (Tabulka 7, Graf 7, Tabulka 8, Graf 8).

Tabulka 7 – Realizace námětu probandů (n = 39)

Lze námět zrealizovat?	frekvenční výskyt
<b>ano</b>	38
<b>ne</b>	1
<b>jiná odpověď</b>	0
<b>neodpověděl</b>	1

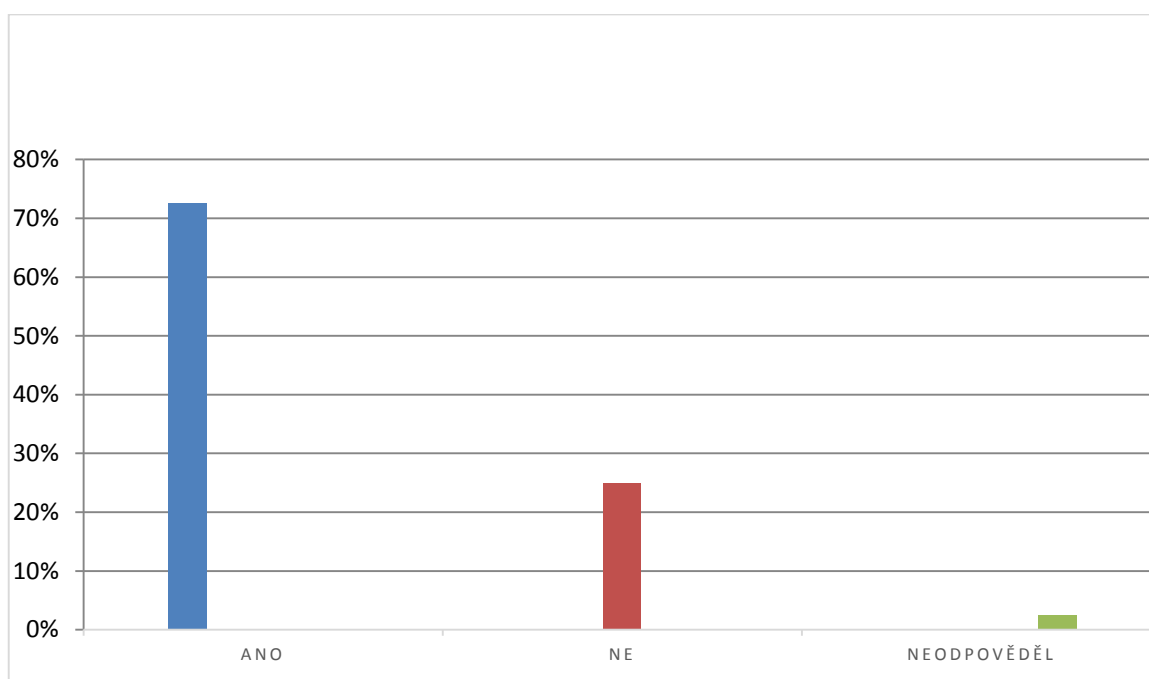
Graf 7 – Realizace námětu probandů [%] n=39



Tabulka 8 – Možnosti uskutečnění námětu probandů (n = 39)

uskutečnění na dané škole	frekvenční výskyt
<b>ano</b>	29
<b>ne</b>	10
<b>neodpověděl</b>	1

Graf 8 – Možnosti uskutečnění námětu probandů[%] (n=39)



Následující položka se vázala k předchozí a odpovídalo na ni jen 11 respondentů. Mezi odpověďmi se nejvíce vyskytoval názor „nedostatek financí“, který byl zaznamenán 6 krát. Po jednom záznamu se v dotazníku objevily tyto výroky: Respondent neví, kde takovou školu v přírodě uskutečnit; pedagog nemá patřičné zkušenosti a odborný výcvik; problém s nedostatkem pedagogického dozoru a možný výskyt zvýšeného rizika úrazu; respondent se zatím o takové zaměření školy v přírodě nezajímal, ale

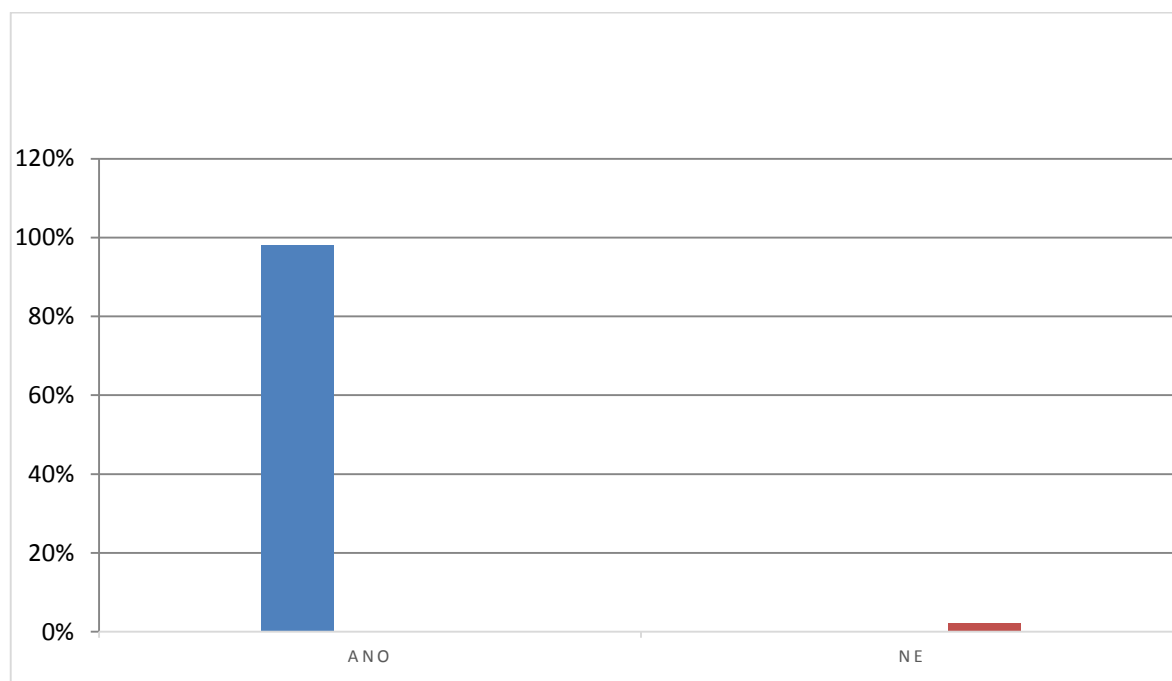
„asi by to zrealizovat šlo“; a jako poslední názor byla zaznamenána odpověď, že možnost realizace by byla, ale ne ve formě školy v přírodě.

Celkově 39 respondentů je názoru, že lze začlenit jednotlivé prvky hiporehabilitace do programu školy v přírodě a pouze 1 respondent je opačného názoru (Tabulka 9, Graf 9).

Tabulka 9 – Názor probandů na začlenění hiporehabilitace do programu školy v přírodě (n = 40)

Lze začlenit prvky hiporehabilitace?	frekvenční výskyt
Ano	39
Ne	1

Graf 9 – Názor probandů na začlenění hiporehabilitace do programu školy v přírodě [%] (n=40)



Mezi nejvíce početnými odpověďmi na položku za jakých podmínek lze začlenit prvky hiporehabilitace do programu školy v přírodě, byly zaznamenány tyto výroky: finanční podmínky uvedlo 31 osob, personální podmínky 21 osob, bezpečnostní podmínky uvedlo 17 osob a prostorové 15 osob. Výroky nutná blízkost areálů, souhlas vedení školy a rodičů, zájem dětí a rodičů o dané téma a vhodná organizace činností a pobytu, byly zaznamenány dvakrát. Dále se v odpovědích objevily následující výroky: učitel by měl mít vztah ke koním, nemělo by chybět nadšení organizátorů, nutnost zdravotní prevence (alergie, úrazy) a vhodné hygienické podmínky. Jeden respondent uvedl: nedovedu odpovědět.

Pouze 22 respondentů zná v jejich okolí zařízení, kde by se dala taková škola v přírodě zrealizovat. Celkem respondenti uvedli 16 areálů nacházejících se převážně na Moravě. Naopak 18 respondentů žádné takové zařízení nezná.

V další otázce týkající se osobnostních předpokladů učitele realizujícího takovou školu v přírodě byl nejvíce zaznamenanou odpovědí učitelův zájem o práci se zvířaty a vztah k přírodě a zvířatům. Tento výrok uvedlo 12 respondentů. 11 respondentů si myslí, že by měl mít učitel dobré organizační schopnosti, 9 respondentů vyzdvihuje učitelovu trpělivost a 8 dotazovaných jeho odvahu. Názor týkající se učitelova vztahu ke koním zaznamenalo 7 dotazovaných. Stejný počet respondentů, a to v počtu 6, je názoru, že učitel má být zkušený ve svém oboru a má mít nastudovány základní materiály v oblasti péče o zvíře. 5 respondentů zaznačilo nutnost učitelovy kreativity. Po 4 záznamech mají následující výroky: učitel by měl být zodpovědný, schopný a měl by mít zájem pracovat s dětmi. Výroky proškolení učitele, odborná kvalifikace, řečnické schopnosti, respekt a chuť vyzkoušet si něco nového, uvedli 3 respondenti. Po 2 záznamech mají tyto výroky: znalost teorie hiporehabilitace; učitelova komunikativnost, laskavost a vyrovnanost; chuť obětovat svůj čas a schopnost přizpůsobit se novému prostředí. Dále se v odpovědích objevily následující výroky: diplomacie, smysl pro spravedlnost, nebojácnost, manažerské schopnosti, psychodidaktické předpoklady, ochota spolupráce, vstřícnost, mít lidský přístup a ukázněné žáky, být pohotový, temperamentní, empatický, obratný a tělesně zdatný. Jeden respondent na tuto otázku neodpověděl.

Největším přínosem takto zaměřené školy v přírodě shledává 21 respondentů v navázání vztahu ke zvířatům a 15 odpovídajících ve vztahu k přírodě. Jako další důležitý aspekt, posílení vztahu mezi žáky a stmelení kolektivu, uvádí 14 respondentů. 9 respondentů uvádí, že takto zaměřená škola v přírodě by pro děti byla velkým zážitkem.

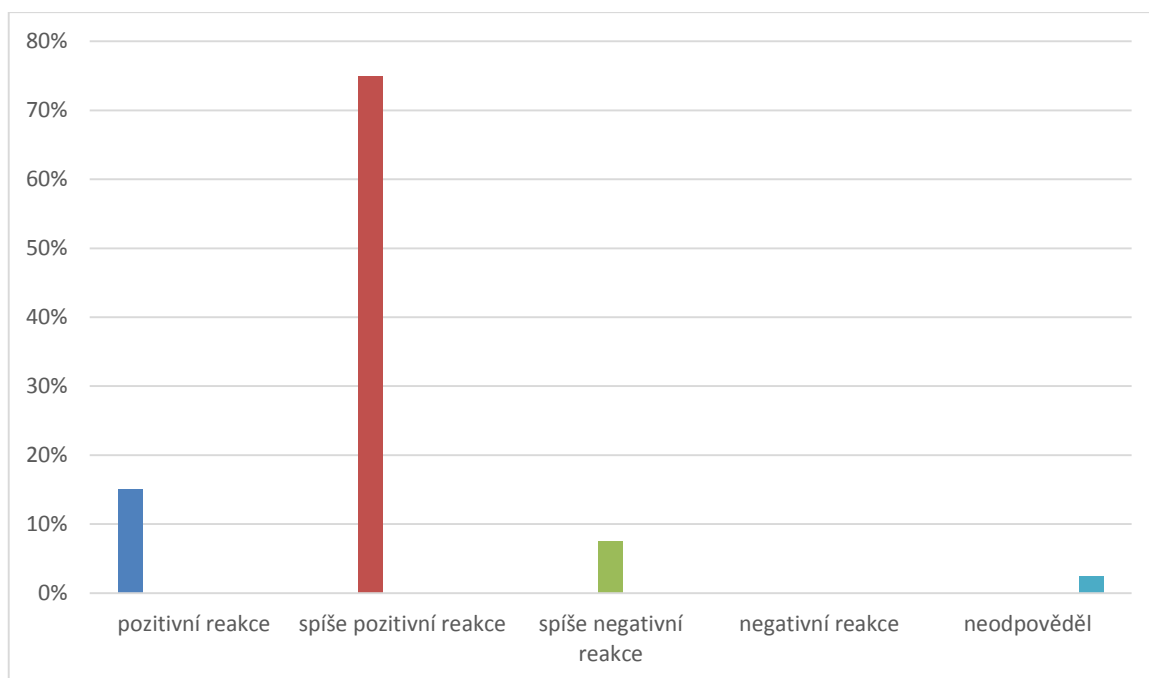
Naopak 1 respondent je názoru, že taková škola v přírodě není pro každého žáka. Stejný počet respondentů, tedy 8, sledává přínos po zdravotní stránce žáků a v rozšíření vědomostí a dovedností v oblasti práce a péče kolem koní. 6 respondentů vidí přínos v posílení spolupráce mezi žáky v kolektivu a v novátorství, které tato netradiční škola v přírodě přináší. 3 respondenti vyzdvihují přínos v rozvoji samostatnosti a zodpovědnosti žáků, v posílení obratnosti, v možné rehabilitaci při jízdě na koni a ve zklidnění dětí a snížení jejich motorického neklidu. Dále se v dotazníku objevily tyto výroky: rozvoj osobnosti, praktických činností a manuální práce, rozvoj tvořivosti a improvizčních schopností, výchovný přínos pro žáky a pozitivní vliv na psychiku dětí, zbavení se strachu před zvířaty, rozvoj kompetence řešení problémů, díky tématu školy v přírodě sledávají dotazovaní přínos v pochopení a úctě k minulosti, osvojení znalostí o středověku, podpora myšlenky ochrany přírody a návratu k přírodě v našich životech. Pro žáky by to mohla být velká motivace ke studiu, osobní zkušenost s něčím novým vedoucí ke spokojenosti a velkému zážitku. Na tuto otázku odpovědělo pouze 39 respondentů.

Respondenti předpokládají od zákonných zástupců na takto zaměřenou školu v přírodě spíše pozitivní reakce, kdy tato položka byla označena 30krát. V 6 případech očekávají pozitivní reakce, ve 3 případech spíše negativní reakce a negativní reakce neočekávají vůbec. Na tuto položku odpovídalo 39 respondentů (Tabulka 10, Graf 10).

*Tabulka 10 – Reakce zákonných zástupců probandů (n = 39)*

<b>reakce zákonných zástupců</b>	<b>frekvenční výskyt</b>
<b>pozitivní reakce</b>	6
<b>spíše pozitivní reakce</b>	30
<b>spíše negativní reakce</b>	3
<b>negativní reakce</b>	0
<b>neodpověděl</b>	1

Graf 10 – Reakce zákonných zástupců probandů [%] (n=39)



V současné době již téměř každá škola pro své žáky organizuje školu v přírodě či jakýkoliv jiný pobyt. Jedná se většinou o pětidenní pobyt v ne příliš vzdáleném ubytovacím areálu, který se zpravidla nachází v přírodě. Objevují se ale i pobyty kratší, například čtyřdenní nebo dvoudenní. Velmi oblíbené jsou jednodenní až dvoudenní výlety, které jsou méně finančně náročné než klasické školy v přírodě, učitel nemá tolik práce s celodenními přípravami činností a nemusí za žáky nést zodpovědnost po celý týden, ale pouze dva dny a nabízí pro něj menší psychické vypětí. Nejčastějším problémem těchto pobytů se stává jejich finanční stránka, a to hlavně ze strany rodičů. Pobytu se často neúčastní plný počet žáků třídy, což zapříčiňuje další problémy, jako například neúplné stmelení třídního kolektivu atd. (Škola v přírodě: limity a dilemata, 2011) [online].

Škola v přírodě je jednou z několika výukových forem a má tři hlavní důvody, proč by měla být zařazena do výukového procesu. Důvody jsou to zdravotně hygienické, výchovně psychologické a ekologické. Měla by se do výuky zařazovat každoročně již od prvního ročníku základní školy a setrvávat až do ročníku pátého. Pro žáky je to bezesporu veliká motivace, jak přečkat celý školní rok až do červnových dnů, proč se po celý rok ve škole snažit, mít důvod na co se těšit a jak si zpříjemnit poslední dny mimo školní lavice, a přesto nezameškat nic z učiva, které si zde můžeme hravými



formami procvičit, zopakovat nebo dokonce i osvojit učivo nové. Po celý rok zpravidla vše vyučujeme ve školní třídě, v lavicích, v tělocvičně, výjimečně výuka probíhá v okolí školy. Přesto, že se učitel snaží výuku dětem co nejvíce zpestřit a vhodně je motivovat, v přírodním prostředí školního pobytu se aktivity nabízejí samy, motivace je mnohem snazší a pokud pro pobyt zvolíme a sestavíme vhodné aktivity, žáci ani nezaznamenají, že jsou stále v sevření učebního procesu. Žáci se nacházejí v jiném prostředí, které pro ně není tak stresující a jednotvárné jako školní lavice. Škola v přírodě je bohatá na procvičení již osvojených dovedností a vědomostí hravou a zábavnou formou, dokonce nabízí spoustu možností, jak získat informace nové. V neposlední řadě působí blahodárně na děti po zdravotní stránce a je důležitým faktorem a událostí pro stmelení a prověření vztahů v třídním kolektivu (Novosadová, 1998).

Problémem dnešních dětí je příliš malý pobyt v přírodě a v prostředí mimo dům, absence klasických dětských her, které dítě rozvíjely po stránce psychické i fyzické. Velmi negativním vlivem působí technické věci, jako jsou počítače, tablety atd., kde děti tráví spoustu času, zatímco by si mohly hrát venku se svými vrstevníky. Takový způsob života zajišťoval lepší obranyschopnost organismu, tělesnou zdatnost a celkové psychické a fyzické zdraví. Učil děti životu v kolektivu. V současnosti je však dětský život odlišný. Tento problém však nesužuje jen české děti, ale je problémem takřka celosvětovým. Upozornila na něj ve svém internetovém článku také americká organizace National Wildlife Federation, kde popsala právě hodnoty a zdravotní problémy dnešních dětí v protikladu s životem dětí v minulosti (Helath Benefits, 2013) [online]. Proto je pobyt školy v přírodě na čerstvém vzduchu uprostřed přírody velmi prospěšný, ozdravný a pro dětskou psychiku i uklidňující. Děti během dne plní spoustu fyzických aktivit, chodí na vycházky do přírody, uvědomují si své vlastní pohybové schopnosti a možnosti a také je dále rozvíjí.

Vedle fyzického zdraví se u dětí rozvíjí i zdraví psychické, které můžeme velmi podpořit kontaktem se zvířetem. O vztahu mezi dětmi a zvířaty existuje spousta studií s velmi pozitivními výsledky. Podle dětské psycholožky Mgr. Aleny Vávrové je přítomnost zvířete u dítěte od útlého věku velmi prospěšná. Zvířata podněcují u dítěte sociální kontakt, zvyšují sebedůvěru, rozvíjí pohybové schopnosti a spoustu dalšího. Velmi důležité je však chování okolních osob ke zvířeti (Vztah mezi dětmi a zvířaty, 2010) [online].

Člověk se zvířetem setkává od dětství. Někdo je chová doma, jiní se s nimi dostanou do kontaktu příležitostně. Na světě existují i lidé, kteří zvířata využívají ke své léčbě psychických či fyzických problémů. A zde se dostáváme k termínu hiporehabilitace. Tento obor nezastřešuje jen lidi s postižením či znevýhodněním, ale může zaujmout i zdravé jedince, kteří chtějí podpořit své psychické i fyzické zdraví a vztah ke zvířatům, zde konkrétně ke koním. Tato léčebná jízda probíhá většinou ve specializovaných centrech a v posledních letech se stala velmi známou a vyhledávanou aktivitou po celém světě.

Neustále probíhají různé studie vlivu pohybu koně na lidské tělo, výsledky jsou porovnávány a vznikají nové teorie. Lori Garone, americká fyzioterapeutka, vysvětluje, jak vrozený a pravidelný pohyb koně působí blahodárně na lidský centrální nervový systém. Uvádí, že začlenění koně do lidské rehabilitace je jeden z nejpřirozenějších způsobů, jak léčit sami sebe v mnoha různých ohledech (The Horse as a Therapeutic Tool for ASD. Autism Asperger's Digest, 2012) [online].

Thomas Zane na americkém serveru ASAT uvádí, že pohyb koně podporuje mobilitu, držení těla a rovnováhu rehabilitovaného člověka. K roku 2010 shledává využití koně v této oblasti velmi populárním, konkrétně ve Spojených státech existuje více než 3500 akreditovaných instruktorů, 800 jezdeckých center a více než 42 000 klientů docházejících na rehabilitaci (A Horse of a Different Color: A Review of the Effectiveness of Hippotherapy, 2010) [online].

Rozdíl mezi hipoterapií a léčebným jezdecktvím definovala společnost Children's TherAplay, kdy při hipoterapii za přítomnosti profesionálního týmu terapeutů je vnímán pohyb koně jako hlavní nástroj k ošetření, oproti tomu léčebné jezdecktví má podobu spíše rekreačního ježdění na koni (Hippotherapy and Therapeutic/Adaptive Riding, 2012) [online].

Kůň je velmi silná motivace, kterou lze využít při pedagogické komunikaci, v sociálním rozvoji, v rozvoji jemné motoriky nebo jakékoliv další cílené dovednosti (Hippotherapy: A new therapy for autism, 2015) [online].

Pro začátek léčebného ježdění na koni neexistuje žádný specifický věk, avšak lidé, kteří začali jezdit v útlém věku či ve věku dospívání dosahují většího pokroku a lepších výsledků než dospělí. Zpravidla však jízda přitahuje většinou jednotlivce z řad dětí. Školní třídy navštěvují zdraví jedinci, ale často i žáci s různými poruchami učení a chování. Judy Fortin ve svém článku na internetovém serveru CNN uvádí, že dle slov Brenta Applegata byla hipoterapie dříve považována za alternativní léčbu a mimo jiné

se doporučuje právě pro jedince s vývojovým zpožděním a s poruchami učení a chování (Therapy on horseback carries rewards, 2008) [online].

Hipoterapie je vnímána jako terapie pro širokou škálu fyzických i psychických poruch a i přes její pozitivní výsledky je stále považována pouze za experimentální ošetření, protože stále není k dispozici dostatek vědecky podložených důkazů v léčbě. Nové studie však ukázaly, že terapie může u jedinců zvýšit i dýchací kapacitu a pozitivně podporuje dýchání.

Pozitivní působení jízdy na lidské tělo potvrzuje i ruská dívka Máša Zagorskaja, která jízdu na koni objevila až v dospělosti, ale dala jejímu životu nový rozměr. Po jízdě vždy cítí fyzickou i psychickou pohodu, cítí, jak kůň působí na její mysl a vždy odchází nabitá pozitivní energií. Jak bylo již uvedeno, pohyb koně stimuluje svaly člověka. Hlavní myšlenkou však je, že jedinec díky svému strachu z velkého zvířete svaly ovládá podvědomě (Health: Hippotherapy a Help to Both Body and Soul, 1997) [online].

Podle Dzwonkowské a Gorské byla hiporehabilitace zpočátku vnímána jako metoda pro jedince s tělesným postižením, ale později se kvůli rostoucímu množství pacientů a efektivním výsledkům rozšířila i jako léčba jiných speciálních poruch. Hiporehabilitace je považována za účinnou a podpůrnou metodu při logopedické terapii a je odborníky velmi doporučována jedincům trpícím obtížemi v těchto oblastech (Hippotherapy as a method supporting development of communication competence in disabled children, 2012) [online].

Refuge services, je texaská společnost zabývající se řešením problémů a pomocí klientům s tělesným či psychickým onemocněním či postižením, zabývá se však také zlepšením klientovy komunikace, budováním sebedůvěry, trpělivosti atd. Tradiční terapie a hiporehabilitace mohou pomoci mnoha dětem s tělesným či kognitivního postižením, v mírné či těžší míře postižení. Zlepšuje klientovu chůzi, vytrvalost, sílu, rovnováhu, flexibilitu a koordinaci. Posiluje jemnou a hrubou motoriku a může zvyšovat pozornost a komunikační schopnosti dítěte (What is hippotherapy? 2015) [online].

Barbara Smith dodává, že proces hiporehabilitace zaměstnává jednu osobu, která vede koně, dále terapeuta umístěného na jedné straně koně a třetí osobu, zpravidla pomocníka nacházejícího se na druhé straně od koně. Je také názoru, že jízda na koni pozitivně ovlivňuje komunikační schopnosti klienta. Dítě/klient je při jízdě vyzván, aby s koněm komunikoval pomocí základních povelů. Učí se s koněm řešit různé situace, vhodně na ně reagovat za užití vhodných povelů. Terapeut může klientovi/dítěti při jízdě

zadávat různé aktivity, například komunikaci podpoří vhodnou písni doplněnou pohyby na hřbetu koně, dotyky atd. (What is hippotherapy? 2011) [online].

Starbright, organizace dětského vzdělávacího centra v Kanadě, uvádí na svých internetových stránkách myšlenku, že jízda na koni je cenným prostředkem k zajištění fyzických, psychických, sociálních a rekreačních výhod pro jezdce. Kůň jezdcovi propůjčuje svobodu a svůj pohyb, dopřává mu volný pohyb a dodává pocit síly (Hippotherapy, 2015) [online].

Nicole Walker na americkém serveru Kids Enabled informuje o tom, že děti vyžadují širokou škálu podmínek a nástrojů pro jejich vzdělávání, aby co nejvíce vyhovovaly jejich specifickým potřebám. Prostřednictvím rytmického pohybu koně, terapeutickým postupům je hiporehabilitace vhodná pro mnoho dětí s rozlišnými speciálními potřebami (Walking Through The Steps of Hippotherapy, 2012) [online].

Americká organizace NC Therapeutic Riding Center nabízí služby v oboru hiporehabilitace, kdy v oblasti terapeutického ježdění se klienti všech věkových kategorií učí různým dovednostem na koni, pracují také na vytváření a posílení rovnováhy, síly, vytrvalosti, koordinaci, učí se plánovat, uvědomovat si příčinu a následek svého jednání, při terapii dochází k uvědomění si pohybů vlastního těla, k rozvoji pozornosti a paměti, prostorového vnímání, sociální interakce, k posílení sebevědomí atd. (Therapeutic Riding, 2013) [online].

Katie Phemister Kirkham, Američanka a klientka trpící roztroušenou sklerózou, je zastánce názoru, že hiporehabilitace není využívána jen k nápravě tělesných problémů, užívá se ke kontrole a posílení jemné motoriky, pozornosti, smyslové integrace a posílení jazykové komunikace a rozvoji kognitivních schopností. Hiporehabilitace neléčí jen jednu určitou oblast, působí na všechny oblasti najednou. Při terapii tělo pracuje jako jeden celek (Horse Power, 2014) [online].

Bibin Prasannan, fyzioterapeut, na svém internetovém serveru potvrzuje příznivé vlivy hiporehabilitace na člověka, je ale nutno podotknout, že tato léčba funguje nejlépe v kombinaci s tradičními léčebnými a rehabilitačními postupy. Není možné ji použít jen jako jediný léčebný prostředek. Hiporehabilitace přináší efektivní kombinaci tradiční rehabilitace s jízdou na koni za účelem urychlení zotavení klientů (Hippo Therapy – A Ray of Hope For Brain Injury Patients, 2013) [online].

Gill Hitchcock ve svém článku o provozování hiporehabilitace v anglickém Walesu, popisuje fakt, že léčebná jízda na koni nemusí vždy vyhovovat všem jedincům.

Pro spousta z nich však může být velmi užitečná. Tato terapie je vnímána jako dětská aktivita právě z důvodu velikosti těla dětí, které mohou na koni fungovat v několika možných pozicích. Právě z důvodu menší velikosti těla je s dětmi jednodušší manipulace na hřbetě koně a je možno jim dopřát spousta nejrůznějších aktivit spojených s jízdou (Ticket to ride: how hippotherapy can help disabled children, 2015) [online].

Laurel Parslow, říká, že koně jsou zrcadlem našich emocí. To, co cítíme my, budou cítit i koně, na kterých jezdíme. Naše emoce projevované ke zvířecím partnerům pomáhají dětským i dospělým klientům vyrovnat se s jejich fyzickým i mentálním postižením, zlepšují jejich interakce, budují důvěru. L. Parslow vidí u klientů jejich tělesné i duševní posuny, terapie u nich podporuje zlepšení jejich životní kvality (Strenght in the Saddle, 2015) [online].

Server News Mums Need uvádí studii, která zjišťovala působení terapeutické jízdy na klienty. Výsledky jasně hovoří o zlepšení v oblasti hrubé motoriky u vývojově opožděných dětí. Jiná studie u dětí s autismem ukázala také zlepšení v oblasti chování, snížení nepozornosti, roztěkanosti a nežádoucího chování. Co však funguje dobře pro jedno dítě, nemusí pomoci druhému. Často budeme muset vyzkoušet více než jednu terapii, abychom zjistili, co dítěti pomáhá. Většinou se jedná o kombinaci terapií, která dítěti pomáhá dosáhnout určitého pokroku (What are hippotherapy and therapeutic riding? 2013) [online].

Z výzkumu vyplynulo, že většina dotazovaných pořádá pro své žáky každoročně školy v přírodě a kromě těchto pobytů realizují během školního roku i výuku určitých témat v přírodě. Téměř všech 40 dotazovaných má kladný postoj k mému netradičnímu návrhu školy v přírodě a spousta z nich by si ji ráda vyzkoušela osobně. Měli jsme možnost porovnat zajímavé poznatky již zkušených učitelů ale i začínajících učitelů. Největším úskalím metodického námětu je finanční stránka pobytu, které se obávají téměř všichni respondenti. Dalším klíčovým problémem je zvýšená bezpečnost, blízkost vhodného areálu a nutná příprava učitele k realizaci tohoto pobytu. Vážím si cenných názorů a poznatků respondentů, jejichž zkušenosti jsou podloženy praxí, respektuji jejich připomínky a jsem ráda, že k mému námětu přistupovali s nadšením. Celkově byl metodický námět hodnocen velmi kladně a doufám, že respondentům poskytl mnoho zajímavých činností, aktivit a podnětů, které zařadí do své výuky, nebo dokonce takovou školu v přírodě i prakticky zrealizují.

## 6 Závěry

Hiporehabilitace je obor zastřešující širokou škálu činností spjatých s ušlechtilými zvířaty, s koňmi. Tato disciplína je poměrně nová a stále se rozvíjí, ale již můžeme pozorovat její pozitivní účinky, a proto by mohla být i dobře využita při školní praxi, což jsme v praktické části mé diplomové práce zkoumali.

Cílem diplomové práce bylo vytvořit metodický námět s využitím prvků hiporehabilitace pro výuku vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět v RVP ZV a ověřit možnost jeho realizace na 1. stupni základní školy. Dílčím cílem je zjistit možnosti propojení tematického okruhu Rozmanitost přírody a vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, a to se zaměřením na 2. vzdělávací období.

Na základě cílů práce byly stanoveny tyto výzkumné otázky:

1. Lze navržený metodický námět využít v praxi základních škol?
2. Za jakých podmínek lze začlenit prvky hiporehabilitace do výuky žáků na 1. stupni základní školy?

Po zpracování literární rešerše byl vytvořen podrobný metodický námět pro realizaci školy v přírodě v souladu s Rámcovým vzdělávacím programem základního vzdělávání pro 2. vzdělávací období. Tento námět s motivačním názvem Středověk obsahoval připravené činnosti a aktivity pro 30 žáků 4. ročníku po dobu pětidenního pobytu. K metodickému námětu byla vytvořena anketa vlastní konstrukce (Příloha 1), která obsahovala krátký úvodní text a anamnézu v rozsahu 17 otázek, vztahujících se k přiloženému metodickému námětu. Výzkumné šetření bylo realizováno formou dotazníkové metody na sedmi základních školách ve Zlínském a Olomouckém kraji.

Dotazník byl podán celkem 40 učitelům 1. stupně, byl anonymní a jeho návratnost měla 100 %. Celkem na něj odpovídalo 35 žen a 5 mužů převážně zralého a středního věku. Měli jsme možnost porovnat názory začínajících učitelů, ale i těch se středně i dlouholetou praxí, kdy 67,5 % respondentů vystudovalo vysokoškolský obor Učitelství pro 1. stupeň, a nyní jich 70 % učí na městských školách.

Z výzkumu také vyplynulo, že 57,5 % dotazovaných pořádá pro své žáky každoročně školy v přírodě a kromě těchto pobytů 82,5 % realizuje během školního roku i výuku určitých témat v přírodě. Celkově 98 % dotazovaných má kladný postoj k mému

netradičnímu návrhu školy v přírodě a dle jejich názoru by námět šlo prakticky zrealizovat, 72,5 % respondentů by mělo možnost takovou školu v přírodě uskutečnit a 98 % odpovídajících shledalo začlenění prvků hiporehabilitace do programu školy v přírodě jako bezproblémové. Největším úskalím metodického námětu je finanční stránka pobytu, které se obávají téměř všichni respondenti. Dalším klíčovým problémem je zvýšená bezpečnost, personální zabezpečení, blízkost vhodného areálu, nutná příprava učitele k realizaci tohoto pobytu, který na něj klade velké nároky. Na základě výsledků ankety můžeme konstatovat, že největším přínosem takto zaměřené školy v přírodě by bezesporu byl pro žáky nezapomenutelný zážitek a osobní zkušenost v pro někoho dosud neznámé oblasti, posílení vztahu k přírodě a ke zvířatům, upevnění vztahů v třídním kolektivu, v rozvoji obratnosti, samostatnosti a odpovědnosti. Na závěr respondenti předpokládají z 15 % pozitivní a ze 75 % spíše pozitivní reakce zákonných zástupců svých žáků při možné realizaci školy v přírodě.

Vážím si cenných názorů a poznatků respondentů, jejichž zkušenosti jsou podloženy praxí, respektuji jejich připomínky a jsem ráda, že k mému námětu přistupovali s nadšením. Celkově byl metodický námět hodnocen velmi kladně a doufám, že respondentům poskytl mnoho zajímavých činností, aktivit a podnětů, které zařadí do své výuky, nebo dokonce takovou školu v přírodě i prakticky zrealizují.

Na základě výsledků ankety můžeme odpovědět na stanovené výzkumné otázky:

1. První výzkumná otázka měla za úkol zjistit, zda lze metodický námět využít v praxi základních škol. Z celkového počtu dotazovaných je 95 % respondentů názoru, že námět lze prakticky zrealizovat a to v podobě školy v přírodě nebo jiného kratšího výletu.
2. Mnoho názorů a odpovědí se objevilo na otázku, za jakých podmínek lze začlenit prvky hiporehabilitace do výuky žáků na 1. stupni základní školy. Z výsledků můžeme konstatovat, že hlavními podmínkami jsou zabezpečení finanční stránky pobytu, možné prostory k realizaci, dostatečné personální zajištění, striktně zajištěná a dodržovaná bezpečnost. Činnosti pobytu by měly být precizně zorganizovány a pobyt musí být odsouhlasen zákonnými zástupci žáků a ředitelem školy.

Po zpracování výsledků ankety a zodpovězení výzkumných otázek můžeme konstatovat, že navržený metodický námět je využitelný ve školní praxi. Z dosažených výsledků také vyplývá, že lze spojit dvě odlišná odvětví – školství a jezdeckví, prostřednictvím začlenění prvků hiporehabilitace do výuky žáků. Žáci by měli hiporehabilitaci absolvovat z několika důvodů, a to ze zdravotního hlediska, kdy trojrozměrný pohyb koňského hřbetu napravuje zdravotní problémy a působí blahodárně pro lidské tělo. Jízda na koni velmi zklidňuje psychiku člověka, kůň upravuje případné nevhodné a nežádoucí chování žáků. Jízdou na koni zrelaxujeme tělo i naši mysl. V neposlední řadě se žákům otevře nový doposud neobjevený svět kolem krásných a vznešených tvorů. Tyto činnosti a aktivity se zvířaty však musí být vždy vhodně zařazeny do výukového procesu a je nutné, aby příslušný pedagog pro co nejefektivnější výsledek vše pečlivě a dopodrobna naplánoval.



## 7 Souhrn

Diplomová práce s názvem Škola v přírodě s využitím prvků hiporehabilitace se zabývala dvěma zcela odlišnými tématy, a to teoretickými a praktickými poznatky z oblasti školství a jezdeckví. Zjišťovala možnosti, jak tyto dvě oblasti propojit a tím zajistit pro žáky 1. stupně základní školy, spadajících do 2. vzdělávacího období, jedinečný a nezapomenutelný program při pobytu na škole v přírodě.

Cílem diplomové práce bylo vytvořit metodický námět s využitím prvků hiporehabilitace pro výuku vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět v RVP ZV a ověřit možnost jeho realizace na 1. stupni základní školy. Dílčím cílem je zjistit možnosti propojení tematického okruhu Rozmanitost přírody a vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, a to se zaměřením na 2. vzdělávací období.

Rešerše literatury a dalších zdrojů je zaměřena na vývoj žáků mladšího školního věku, a to v oblastech fyziologického a anatomického vývoje, specifického psychického a sociálního rozvoje dítěte. Další část se zabývala oblastí výchovy dítěte k pozitivnímu vztahu k přírodě v Rámcovém vzdělávacím programu základního vzdělávání. Dílčím cílem bylo zjistit možnosti propojení tematického okruhu Rozmanitost přírody a vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, což jsme v této kapitole podrobně popsali. Mezi poslední termíny, které bylo třeba objasnit, se řadil pojem hiporehabilitace ve zdravotnické praxi, která je vykonávána v České republice. Závěrečná část literární rešerše popisovala legislativní zakotvení školy v přírodě v českých zákonech a vyhláškách.

Součástí empirické části byl podrobný metodický námět pro pětidenní pobyt žáků na škole v přírodě, který obsahoval širokou škálu her různého charakteru. Tento námět byl obohacen o náměty pro praktické činnosti a aktivity s koňmi včetně jízdy na koni. K rozličným aktivitám přispělo i využití polohy pobytu, došlo k maximálnímu využití okolního terénu, památek a všeho ostatního, co by mohlo přispět k dalšímu vzdělání a obohacení vědomostí a dovedností samotných žáků. Tím byla propojena složka z oblasti školního vzdělávání žáků s oblastí hipologickou.

K metodickému námětu byla vytvořena anketa vlastní konstrukce, která obsahovala 17 otázek, vztahujících se právě k metodickému námětu. Výzkumné šetření bylo realizováno formou dotazníkové metody na sedmi základních školách ve Zlínském a Olomouckém kraji. Dotazník byl celkem předán 40 učitelům 1. stupně a jeho návratnost činila 100 %. Doba k prostudování námětu a ankety byla stanovena po dobu jednoho

měsíce. Vyhodnocení získaných dat proběhlo procentuálně a prostřednictvím metody frekvenčního výskytu odpovědí. Získaná data byla dále vyhodnocena procentuálně a metodou frekvenčního výskytu odpovědí. Výsledky byly zpracovány v programu Microsoft Excel 2010 a Statistica 10. 0.

Z výzkumu vyplynulo, že více jak 57 % ze sledovaných pedagogů pro své žáky zařazuje do výuky pobyt v přírodě, ať už klasický pětidenní či v jiné, kratší formě. Téměř všichni respondenti (95 %) projevovali z metodického námětu nadšení a vnímali ho jako novou formu realizace školy v přírodě, jako novou myšlenku, jak žákům pobyt ještě více zintenzivnit, zpříjemnit a prohloubit jejich zážitky z pobytu. Celkově 72,5 % respondentů by mělo možnost takovou školu v přírodě na své škole uskutečnit a 95 % je názoru, že prvky hiporehabilitace lze začlenit do programu školy v přírodě. K námětu však v anketě připsali několik cenných připomínek, názorů a podmínek, za jakých lze takovou školu v přírodě zrealizovat. Mezi ty nejpodstatnější patří finanční stránka pobytu, nutnost blízkého areálu v okolí, dostatečné personální zabezpečení a striktní dodržování bezpečnosti a stanovených pravidel. Velké nároky jsou kladeny i na učitele, a to hlavně po organizační stránce, kdy pobyt musí být do posledního detailu pečlivě promyšlen a naplánován. Největším přínosem takto zaměřené školy v přírodě respondenti shledávají v navázání vztahu ke zvířatům a k přírodě, v posílení vztahu mezi žáky a stmelení kolektivu. Bezesporu by taková škola v přírodě byla pro žáky velkým zážitkem. Závěrem respondenti předpokládají od zákonných zástupců pozitivní (15 %) a spíše pozitivní reakce (75 %).

Na základě výsledků ankety můžeme konstatovat, že navržený metodický námět je svým podrobným popisem činností na jednotlivé dny, dobré koordinaci činností spojujících školní prostředí s oblastí hipologie a na základně splnění několika výše zmiňovaných podmínek, využitelný v praxi. Mým přáním je, aby tato práce svým obsahem a zpracováním sloužila jako inspirace pro ty pedagogy, kteří budou mít zájem si takto zaměřenou školu v přírodě s prvky hiporehabilitace vyzkoušet.

## 8 Summary

Diploma thesis "Residential outdoor school utilizing elements of hiporehabilitation" dealt with two significantly different topics, namely theoretical and practical knowledge from education and horse-riding areas. It investigated possibilities on how to interchange these two areas and ensure unique and unforgettable program for the lower primary school pupils within the 2nd educational period during their stay at the Residential outdoor school.

The objective of the diploma thesis was to create a methodical scheme using the hiporehabilitation elements for education within the educational area Human and his World within the RVP ZV and to verify the possibility of its implementation at the lower primary school level. Partial objective is to investigate the possibility to interchange the topic Nature's diversity and the educational area Human and health focusing on the 2. educational period.

Research of literature and other sources aimed at the development of lower primary school pupils focusing on the physiological and anatomical development, child's specific psychical and social progress. The next part dealt with the child's education towards the positive relation with nature within the Framework educational program of primary education. Partial objective was to find the possibilities of interchanging the topic Nature's diversity and educational area Human and health, which has been described in detail in this chapter. Least but not last terms to be explained included hiporehabilitation within the common medical practice in the Czech Republic. Final part of the literature research described how the Residential outdoor school has been embedded in Czech laws and regulations.

Empiric part included detailed methodic scheme for a 5-day stay of pupils at the Residential outdoor school containing wide range of various games. This scheme has been enriched with ideas of practical activities and horse-related activities including horse riding. Factors contributing to the diversity of activities included location of stay, whereby the surrounding terrain, nearby historic sites and everything else was facilitated on behalf of further education and knowledge and skills enrichment of pupils themselves. This created a link between the school education of pupils and the horse riding and other horse-related activities.

Own public research was conducted for the methodical scheme containing 17 questions directly relating to the methodical scheme. Research investigation took place

in form of questionnaire at seven primary schools in the district of Zlín at the Olomouc municipality. Questionnaire was handed over to 40 teachers within the lower primary school level with the return rate of 100 %. Time for studying the scheme and public research was set to one month. Acquired data were assessed in per cent and using the answer occurrence frequency method. Results were processed using Microsoft Excel 2010 and Statistica 10. 0.

Research showed that more than 57 % of the pedagogues in view do include the stay in nature into their pupils' education, whether 5-day or other, shorter form. Almost all respondents (95 %) showed enthusiasm about the methodical scheme as they saw it as a new form of Residential outdoor school, as a new idea how to intensify and deepen their experience during the stay. Totally 72,5 % of respondents could realize such Residential outdoor school within their school and 95 % think that hippotherapy elements could be implemented too. However, they added some valuable notes and opinions within the public research and some conditions under which such Residential outdoor school can be realized. The most substantial include financial issues of the stay, close vicinity of a riding facility, sufficient personnel and strict adherence to safety rules and stated regulations. Important demands are required from teachers, especially from the organizational point of view, while the stay must be thoroughly considered and planned including all details. The respondents assume establishing relation with animals and nature, strengthening relation between their pupils and reinforcing the team to be most important benefits of such Residential outdoor school. There is no doubt such Residential outdoor school would be a big experience for the pupils. Finally, the respondents expect positive (15 %) and most likely positive (75 %) reactions from the statutory representatives.

Based on the results of public research we can state that the suggested methodic scheme is practically usable thanks to detailed daily activity description, good coordination of activities joining school and horse riding and based on meeting some of the above mentioned conditions. It is my wish that this work by its content and elaboration could serve as an inspiration for those of pedagogues, who would like to try such Residential outdoor school with elements of hippotherapy.

## 9 Literatura

### Knižní zdroje:

BARNES, Ian. *Historický atlas rytířů a hradů*. 1. české vyd. Praha: Mladá fronta, 2008. 399 s. ISBN 978-80-204-1764-6.

BICKNELL, Joan, Helen HENN a June WEB. *Průvodce ježděním. Středisko pro handicapované jezdce „Diamond“*. Vyškov: Piafa Vyškov.

BRIERLEY, John Keith. *7 prvních let života rozhoduje*. 2. vyd. Praha: Portál, 2000. 111 s. ISBN 8071784842.

*Česká republika – sešitový atlas pro základní školy a víceletá gymnázia*. 1. vyd. Praha: Kartografie Praha, 2007. 32 s.

DUŠEK, Jaromír a kol. *Chov koní*. 3. vyd. Praha: Brázda, 2011. 398 s. ISBN 978-80-209-0388-4.

EDWARDS, Elwy. *Vše o udidlech a uzdění. Historie a vývoj uzdění. Principy a způsoby použití. Typový přehled udidel. Všechny disciplíny*. 1. vyd. Praha: Cavalier Publishing, 2008. 181 s. ISBN 978-80-254-2061-4.

FLADE, Johannes a kol. *Chov a športové využitie koní*. 1. vyd. Bratislava: Príroda, 1990. 451 s. ISBN 80-07-00252-9.

FOGLOVÁ, Majka. *Etapové hry v přírodě: tábory a školy v přírodě, zpestření pobytu v ozdravovnách, inspirace pro vedoucí skautských oddílů*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. 173 s. ISBN 978-80-7367-354-3.

GORDON-WATSON, Mary, Russel LYON a Sue MONTGOMERY. *Kůň: historie chovu, plemena, péče o koně, jezdecký výcvik*. 2. vyd. Praha: Fragment, 2013. 256 s. ISBN 978-80-253-1972-7.

GREGOR, Dalibor a Josef IŠ. *Chladnokrevný kůň - síla, krása, elegance*. 1. vyd. Opava: Ing. Dalibor Gregor, 2010. ISBN 978-80-903974-8-4.

HARRIS, Nicholas. *Rytíři. Cesta do minulosti*. 1. vyd. Praha: Fragment, 2010. 27 s. ISBN 978-80-253-1056-4.

HERMANNOVÁ, Hana. „*Minipovídání*“ o hiporehabilitaci aneb *O léčbě pomocí koně*. Praha: Wowhuckot, 2002.

HERMSEN, Joseé: *Encyklopedie. Koně*. 4. vydání. Dobřejuvice: Rebo Productions, 1998. 312 s. ISBN 80-7234-601-6.

HIRŠTAL, Josef a Bohumila GRÖGEROVÁ. *Co se slovy všechno poví*. Praha: Portál, 2007. 47 s. ISBN 978-80-7367-202-7.

HOLEYŠOVSKÁ, Anna. *Rok ve školní družině*. 2. vyd. Praha: Portál, 2007. 166 s. ISBN 978-80-7367-341-3.

HOLLÝ, Karol a Karol HORŇÁČEK. *Hipoterapie. Léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex, 2005. 293 s. ISBN 80-7225-190-2.

*Hudba: Komplettní obrazové dějiny*. 1. vyd. Praha: Knižní klub, 2014. 400 s. ISBN 978-80-242-4652-9.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu. Základy kvantitativního výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2007. 265 s. ISBN: 978-80-247-1369-4.

KALLÁB, Karel a Adam JIST. *Pověsti hradů moravských a slezských*. 2. vyd. Praha: Melantrich, 1996. 388 s. ISBN 80-7023-235-8.

KLIMTOVÁ, Vítězslava. *Lexikon ohrožených druhů strašidel*. 2. díl. 1. vyd. Praha: ETC Publishing, 1995. 84 s. ISBN 80-901792-4-x.

KLÜVER, C. *The specific Contribution of the Horse in Different Branches of Therapeutic Riding for the Disabled. Proceedings of The 6th International Therapeutic Riding Congress.* Toronto. 1988. 268-294.

KŇAZOVICKÁ, Lenka, Stanislava TÍLEŠOVÁ a Petra RYNEŠOVÁ-ČERNÁ. *Sebezkušenost... cesta, jak se stát terapeutem v pravém slova smyslu.* Kněžmost: Direkte, 2014.

Kolektiv autorů. *Hiporehabilitace.* 1. vyd. Praha: Nadace OF, 1995. 101 s.

Kolektiv autorů. *Povídání o hipoterapii.* 1. vyd. Vyškov: Piafa Vyškov, 1996. 40 s.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka et. al. *Přehled vývojové psychologie.* 3. upr. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. 189 s. Studijní texty. ISBN 978-80-244-2433-0.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie.* 2., aktualizované vyd. Praha: Grada, 2006. 368 s. ISBN 978-80-247-1284-0.

MEYER, Helmut a Manfred COENEN. *Krmení koní. Současné trendy ve výživě.* 1. vyd. Praha: Ikar, 2003. 254 s. ISBN 80-249-0264-8.

MIESNER, Susanne, Michael PUTZ a Martin PLEWA. *Směrnice jezdeckví a vozatajství. Základní výcvik jezdce a koně.* 2. vyd. Praha: Česká jezdecká federace, 2007. 208 s. ISBN 978-80-239-9534-3.

MISAŘ, Drahošlav a Iva JISKROVÁ: *Chov koní. Cvičení.* 1. vyd. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita, 1997. 63 s. ISBN 80-7157-246-2.

MOTLOVÁ, Milada: *Co je to?: knížka hádanek.* 1. vyd. Praha. Kalich, 1994. 70 s. ISBN 80-7017-792-6.

MÜLLER, Oldřich a kol. *Terapie ve speciální pedagogice: teorie a metodika*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005. 295 s. ISBN 80-244-1075-3.

NEUMAN, Jan a Soňa HERMOCHOVÁ. *Nejlepší hry do kapsy*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. 189 s. ISBN 978-80-262-0468-8.

NOVOSADOVÁ, Zuzana. *Škola v přírodě*. Praha: Univerzita Karlova, 1998. Diplomová práce. FTVS UK. Fakulta tělesné výchovy a sportu.

NOVOTNÁ, Lenka, Miroslava HŘÍCHOVÁ a Jana MIŇHOVÁ. *Vývojová psychologie*. 3. vyd. Plzeň: Západočeská univerzita, 2004. 82 s. ISBN 80-7043-281-0.

PAALMAN, Anthony. *Skokové ježdění, výcvik koně a jezdce pro skokový sport, parkurové ježdění, stavba parkuru*. Vyd. v češtině 1. Praha: Brázda, 1998. 359 s. ISBN 80-209-0277-5.

PETILLON, Hanns. *1000 her pro školy, kroužky a volný čas: od Atomů po Život na ostrově*. 1. vyd. Brno: Edika, 2013. 464 s. ISBN 978-80-266-0095-4.

PIAGET, Jean a Bärbel INHELDER. *Psychologie dítěte*. 4. vyd. Praha: Portál, 2001. 143 s. ISBN 80-7178-608-x.

POLÍVKA, Bohumil a kol. *Písnička II. Zpěvník pro II. stupeň základní školy*. 2. vyd. Praha: Ottovo nakladatelství, 2005. 232 s. ISBN 80-7360-294-6.

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

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

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem. Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. 390 s. ISBN 80-7367-124-7.



SVOBODA, Jiří. Popisujeme Koňské tělo aneb Kde má kůň předloktí... In: *Svět koní*. 2014, 6, s 18 – 19. ISSN 1801-5379.

THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. 1. vyd. Praha: Portál, 2015. 575 s. ISBN 978-80-262-0714-6.

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

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

VÍŠKA, Václav a Lucie NOVÁKOVÁ. *Čeština nás baví: hry pro výuku češtiny na I. stupni základní školy*. 1. vyd. Praha: Triton, 2005. 100 s. ISBN 80-7254-664-3.

VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. 404 s. ISBN 978-80-247-1428-8.

ZAPLETAL, Miloš. *Hry ve městě a na vsi. Velká encyklopedie her*. 2. vyd. Praha: Leprez, 1998. 573 s. ISBN 80-86061-13-2.

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

### **Internetové zdroje:**

Aktivity s využitím koní. In: *Česká hiporehabilitační společnost* [online]. 2010 [Cit. 2016-2-18]. Dostupné z: <<http://hiporehabilitace-cr.com/aktivity-s-vyuzitim-koni/>>.

Current Members. In: *HETI* [online]. 2016 [Cit. 2016-02-06]. Dostupné z: [http://www.frdi.net/membership\\_list.html](http://www.frdi.net/membership_list.html).

DZWONKOWSKA, Joanna a GORSKA, Joanna. Hipotherapy as a method supporting development of communication competence in disabled children. In: *Lovasterapia*

[online]. 2012 [Cit. 2015-2-29]. Dostupné z: <<http://www.lovasterapia.hu/data/cms10578/DzwonkowskaGorska.pdf>>.

FORTIN, Judy. Therapy on horseback carries rewards. In: *CNN* [online]. 2008 [Cit. 2016-2-2]. Dostupné z: <<http://edition.cnn.com/2008/HEALTH/06/02/hm.hippotherapy/>>.

Health Benefits. In: *National Wildlife Federation* [online]. 2013 [Cit. 2016-2.1]. Dostupné z: <<http://www.nwf.org/What-We-Do/Kids-and-Nature/Why-Get-Kids-Outside/Health-Benefits.aspx>>

HIEMENZ, Laurie. Hippotherapy and Therapeutic Riding. In: *Advance* [online]. 2014 [Cit. 2016-2-2]. Dostupné z: <<http://occupational-therapy.advanceweb.com/Features/Articles/Hippotherapy-Therapeutic-Riding.aspx>>.

Hiporehabilitační střediska. In: *Česká hiporehabilitační společnost* [online]. 2009 [Cit. 2016-2-13]. Dostupné z: <<http://hiporehabilitace-cr.com/hiporehabilitacni-strediska/>>.

Hipoterapie. In: *Centrum hiporehabilitace Mirákl* [online]. 2010 [Cit. 2016-2-14]. Dostupné z: <<http://www.chmirakl.cz/hiporehabilitace/hipoterapie/>>.

Hipoterapie. In: *Hamzova léčebna Luže – Košumberk* [online]. 2010 [Cit. 2016-2-13]. Dostupné z: <<http://www.hamzova-lecebna.cz/cz/m/hipoterapie/>>.

Hippotherapy (HATRC). In: *Starbright. Children's Development Centre* [online]. 2015 [Cit. 2016-2-29]. Dostupné z: <<http://starbrightokanagan.ca/hippotherapy-hatrc/>>.

Hippotherapy. In: *MyChild* [online]. 2011 [Cit. 2016-2-1]. Dostupné z: <<http://cerebralpalsy.org/about-cerebral-palsy/treatment/therapy/hippotherapy/>>.

Hippotherapy vs. Therapeutic Riding. In: *Children's TherAplay* [online]. 2012 [Cit. 2016-2-1]. Dostupné z: <<http://www.childrenstheraplay.org/hippotherapy-vs-therapeutic-riding>>.

Hippotherapy: What is Hippotherapy? In: *Refuge services* [online]. 2015 [Cit. 2016-2-29]. Dostupné z: <<http://www.refugeservices.org/index.php?page=hippotherapy>>.

HITCHCOCK, Gill. Ticket to ride: how hippotherapy can help disabled children. In: *Chartered Society of Physiotherapy* [online]. 2015 [Cit. 2016-3-5]. Dostupné z: <<http://www.csp.org.uk/frontline/article/ticket-ride-how-hippotherapy-can-help-disabled-children>>.

CHLOE, Arnold. Health. Hippotherapy a Help to Both Body and Soul. In: *The Moscow Times*. [online]. 1997 [Cit. 2016-2-2]. Dostupné z: <<http://www.themoscowtimes.com/news/article/health-hippotherapy-a-help-to-both-body-and-soul/296714.html>>.

KLIMOVA, POSOKHOV, STRELKOVA a SHIMOKHINA. The use of Hippotherapeutic and Hippopedagogical Ideas in Physical Rehabilitation. In: *Theoria.ru* [online]. 2008 [Cit. 2016-2-2]. Dostupné z: <<http://teoriya.ru/en/node/261>>.

Koryčany. In: *Geocaching* [online]. 2006 [Cit. 2015-2-2]. Dostupné z: <[http://www.geocaching.com/geocache/GC1D37P\\_korycany?guid=363d3d18-b7a5-4fa2-89a4-37f33821975a](http://www.geocaching.com/geocache/GC1D37P_korycany?guid=363d3d18-b7a5-4fa2-89a4-37f33821975a)>.

LANTELME, Věra. Hiporehabilitace. In: *Svítaní* [online]. 2009 [Cit. 2016-2-6]. Dostupné z: <<http://www.os-svitani.cz/rozdeleni-hiporehabilitace.php>>.

Legislative ŠvP: RVP. In: *Metodický portál* [online]. 2011 [Cit. 2016-2-2]. Dostupné z: <[http://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogicky\\_lexikon/S/%C5%A0kola\\_v\\_p%C5%99%C3%ADrod%C4%9B/Legislative](http://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogicky_lexikon/S/%C5%A0kola_v_p%C5%99%C3%ADrod%C4%9B/Legislative)>.

LEWIS, Angie. Strength in the Saddle. In: *University of Central Florida. Community* [online]. 2015 [Cit. 2016-3-15]. Dostupné z: <<https://today.ucf.edu/strength-in-the-saddle/>>.

MERTIN, Václav. Vzít, či nevízt na školu v přírodě? In: *Děti a my* [online]. 2005 [Citace 2014-12-9]. Dostupné z: <<http://www.portal.cz/casopisy/dm/archiv/vypis-vydani-517/83/>>.

NAVRÁTILOVÁ, Simona. „Koňák“ Josef Iš zapřáhne cokoliv. In: *Magazín E15* [online]. 2010. [Cit. 2015-2-6.]. Dostupné z: <<http://magazin.e15.cz/regiony/konak-josef-is-zaprahne-cokoliv-850923>>.

O nás. In: *Centrum přípravy koní pro hiporehabilitaci* [online]. 2011 [Cit. 2016-2-13]. Dostupné z: <[http://www.cpkchrpa.cz/viewpage.php?page\\_id=1](http://www.cpkchrpa.cz/viewpage.php?page_id=1)>.

O nás. In: *Česká hiporehabilitační společnost* [online]. 2005 [Cit. 2016-2-13]. Dostupné z: <<http://chs.unas.cz/>>.

O nás. In: *Výcviková stáj Iš* [online]. 2009 [Cit. 2015-2-13]. Dostupné z: <<http://www.vycvikstajis.com/o-nas/>>.

PIS, Monica. Hippotherapy: A new therapy for autism. In: *Pediatric Partners* [online]. 2015 [Cit. 2015-2-2]. Dostupné z: <<http://www.pediatricpartners.com/news/articles/hippotherapy-a-new-therapy-for-autism>>.

Popis cviků a jejich zařazení do obtížnosti 2015. Výklad pro voltizní závody FEI. In: *Česká jezdecká federace* [online]. 2015 [Cit. 2015-2-12]. Dostupné z: <[http://www.cjf.cz/files/stranky/discipliny/voltiz/dokumenty/2015\\_popis\\_cviku.pdf](http://www.cjf.cz/files/stranky/discipliny/voltiz/dokumenty/2015_popis_cviku.pdf)>.

PRASSANAN, Bibin Hippo Therapy – A Ray Of Hope For Brain Injury Patients. In: *Bibin Prassanan* [online]. 2013 [Cit. 2016-3-5]. Dostupné z: <<https://bibinprasannan.wordpress.com/2013/09/25/hippo-therapy-a-ray-of-hope-for-brain-injury-patients/>>.

Projekt záchrany rotundy sv. Václava na Malostranském náměstí. In: *Středověk* [online]. 2015 [Cit. 2015-2-2]. Dostupné z: <<http://www.e-stredovek.cz/view.php?cislocclanku=2015010003>>.

Rámcový vzdělávací program základního vzdělávání. In: *Národní ústav pro vzdělávání* [online]. 2013 [Cit. 2016-1-28]. Dostupné z: <<http://www.nuv.cz/t/rvp-pro-zakladni-vzdelavani>>.

RUTBERG, Sara. Horse power. In: *Momentum* [online]. 2014 [Cit. 2016-3-5]. Dostupné z: <<http://www.momentummagazineonline.com/horse-power/>>.

SMETÁČKOVÁ, Irena. Škola v přírodě: limity a dilemata. In: *Pedagogická orientace* [online]. 2011 [Cit. 2016-2-1]. Dostupné z <<https://journals.muni.cz/pedor/article/view/831/725>>.

SMITH, Barbara. What is Hippotherapy? In: *Parents* [online]. 2011 [Cit. 2016-2-1]. Dostupné z: <<http://www.parents.com/kids/development/learning-disabilities/hippotherapy/>>.

SMITH, Barbara. The Horse as a Therapeutic Tool for ASD. *Autism Asperger's Digest*. In: *Autism Asperger's Digest* [online]. 2012 [Cit. 2016-2-29]. Dostupný z: <<http://autismdigest.com/the-horse-as-a-therapeutic-tool-for-asd/>>.

Stavební vývoj. In: *Oficiální stránky hradu Cimburku u Koryčan* [online]. 2003 [Cit. 2015-2-3]. Dostupné z: <<http://www.cimburk.eu/node/3>>.

ŠVEHLOVÁ, Dominika. Cvičení – základ ježdění. In: *Equichannel* [online]. 2011 [Cit. 2015-3-2]. Dostupné z: <<http://www.equichannel.cz/cviceni-zaklad-jezdeni.>>.

ŠVEHLOVÁ, Dominika. Předkové dnešních koní třikrát jinak. In: *Equichannel* [online]. 2012 [Cit. 2015-2-15]. Dostupné z: <<http://www.equichannel.cz/predkove-dnesnich-koni-trikrat-jinak>>.

Therapeutic Riding. In: *NC Therapeutic Riding Center* [online]. 2013 [Cit. 2016-2-29]. Dostupné z: <<http://www.nctr riders.org/>>.

VÁVROVÁ, Alena. Vztah mezi dětmi a zvířaty. In: *Dětský psycholog* [online]. 2010 [Cit. 2016-5-2]. Dostupné z: <<http://www.detsky-psycholog.cz/vztah-mezi-d283tmi-a-zviacute345aty.html>>.

WALKER, Nicole. Walking Through the Steps of Hippotherapy. In: *Kids Enabled* [online]. 2012. [Cit. 2016-2-29]. Dostupné z: <<http://www.kidsenabled.org/articles/intervention/walking-through-steps-hippotherapy>>.

WALLACE, Maureen. Hippotherapy treatment helps children with special needs. In: *SheKnows* [online]. 2013 [Citace 2016-2-1]. Dostupné z: <<http://www.sheknows.com/parenting/articles/993705/hippotherapy-treatment-helps-children-with-special-needs>>.

What are hippotherapy and therapeutic riding? In: *News Moms Need* [online]. 2013 [Cit. 2016-3-5]. Dostupné z: <<http://newsmomsneed.marchofdimes.org/?p=14106>>.

ZANE, Thomas. A Horse of a Different Colour: A Review of the Effectiveness of Hippotherapy. In: *ASAT* [online]. 2010. [Cit. 2016-2-1]. Dostupné z: <<http://www.asatonline.org/research-treatment/resources/topical-articles/a-horse-of-a-different-color-a-review-of-the-effectiveness-of-hippotherapy/>>.

ZEMAN, Ondřej. Boj o Navarov. In: *Hranostaj* [online]. 2013 [Cit. 2015-1-28]. Dostupné z: <<http://www.hranostaj.cz/hra3726>>.

## **10 Přílohy**

Seznam příloh:

- Příloha 1 Anketa pro učitele
- Příloha 2 Přehled a rozdělení plemen koní
- Příloha 3 Popis části těla koně
- Příloha 4 Hra Cizojazyčný dopis – tabulka s abecedou
- Příloha 5 Kartičky se cviky k rozcvičení
- Příloha 6 Výchozí text ke hře Velká a malá písmena
- Příloha 7 Příběh o zlém Richtrovi
- Příloha 8 Pracovní list se slovy ke hře Rovnice
- Příloha 9 Hádanky

## Příloha 1 Anketa k metodickému námětu

Vážená paní, vážený pane,

jsem studentkou 4. ročníku oboru Učitelství pro 1. stupeň základních škol Univerzity Palackého v Olomouci. Dovoluji si obrátit se na Vás jako odborníka s prosbou o vyplnění tohoto dotazníku, který slouží ke zjišťování možnosti začlenění prvků hiporehabilitace do vzdělávání žáků na 1. stupni základních škol. Dotazník je anonymní, všechny Vámi poskytované údaje využiji pouze ke zpracování mé diplomové práce. Přiložený metodický námět si můžete ponechat, u dotazníku Vás prosím o jeho navrácení.

Předem děkuji za Vaši ochotu a čas strávený při vyplňování dotazníku.

Karolína Stoličková

1. Pohlaví: a) muž b) žena
2. Věk: a) 18 – 30 let b) 31 – 40 let c) 41 – 50 let d) 51 a více
3. Jaká je v současné době Vaše kvalifikace? (zkratky: U1ST – učitelství pro 1. stupeň ZŠ, spec.ped. – speciální pedagogika)  
a) VŠ – obor U1ST b) VŠ – U1ST + spec. ped. c) VŠ – spec. ped.  
d) SŠ e) jiné vzdělání .....
4. Uveďte, prosím, délku Vaší praxe jako učitele/učitelky na základní škole:  
.....
5. Je vaše škola: a) vesnická b) městská
6. Organizoval/a a vedl/a jste někdy školu v přírodě? a) ano b) ne
7. Uveďte, kolikrát jste se školy v přírodě účastnil/a:  
a) jako organizátor: ..... b) v jiné funkci: .....



8. Realizujete výuku některých témat spojených s přírodou v přírodním prostředí?

a) ano                                      b) ne                                      c) jiná odpověď: .....

9. Lze podle Vašeho názoru navržený metodický námět prakticky zrealizovat?

a) ano                                      b) ne                                      c) jiná odpověď: .....

10. Měli byste Vy na vaší škole možnost takovou školu v přírodě uskutečnit?

a) ano                                      b) ne

11. Pokud máte názor, že ne, uveďte důvod:

.....

12. Myslíte, že lze jednotlivé prvky hiporehabilitace začlenit do programu školy v přírodě?

a) ano                                      b) ne                                      c) jiná odpověď: .....

13. Za jakých podmínek (např. finanční, prostorové, personální, bezpečnostní, atd.) lze začlenit prvky hiporehabilitace do programu školy v přírodě pro žáky na 1. stupni ZŠ?

.....  
.....  
.....

14. Znáte ve Vašem okolí zařízení, kde by se dala taková škola v přírodě realizovat? Pokud ano, uveďte kde.

a) ano .....                                      b) ne

15. Jaké osobnostní předpoklady by měl mít učitel realizující školu v přírodě s prvky hiporehabilitace? Uveďte 3–4 příklady.

.....  
.....

16. Jaký vidíte přínos takto zaměřené školy v přírodě? Uveďte 3–4 příklady.

.....  
.....

17. Jaké reakce zákonných zástupců svých žáků předpokládáte na návrh takto zaměřené školy v přírodě.

a) pozitivní reakce

b) spíše pozitivní reakce (po zodpovězení dotazů, upřesnění a ověření podmínek, atd.)

c) spíše negativní reakce (po zodpovězení dotazů, upřesnění a ověření podmínek, atd.)

d) negativní reakce

Děkuji za Váš čas!

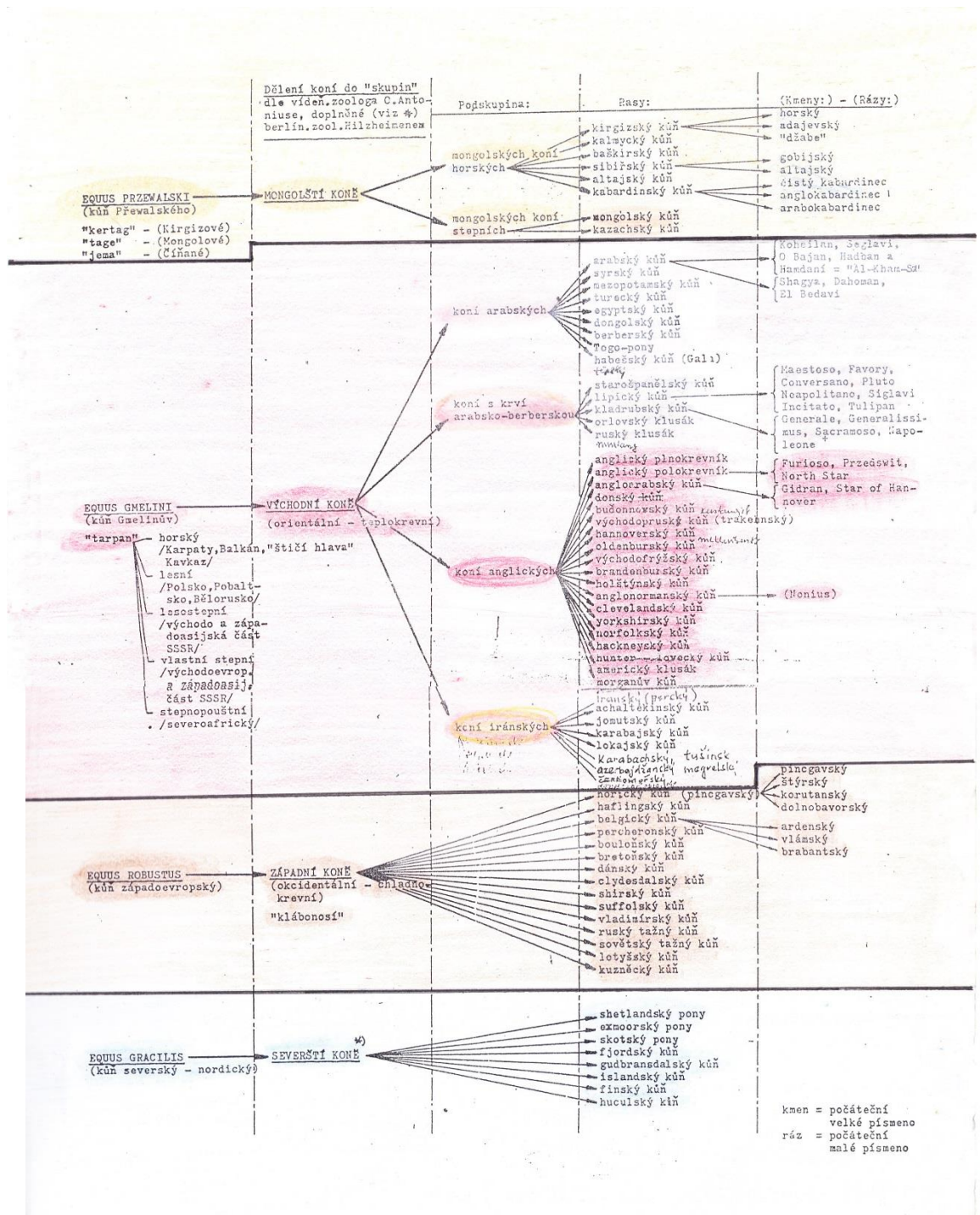
Kontakt:

Karolína Stoličková

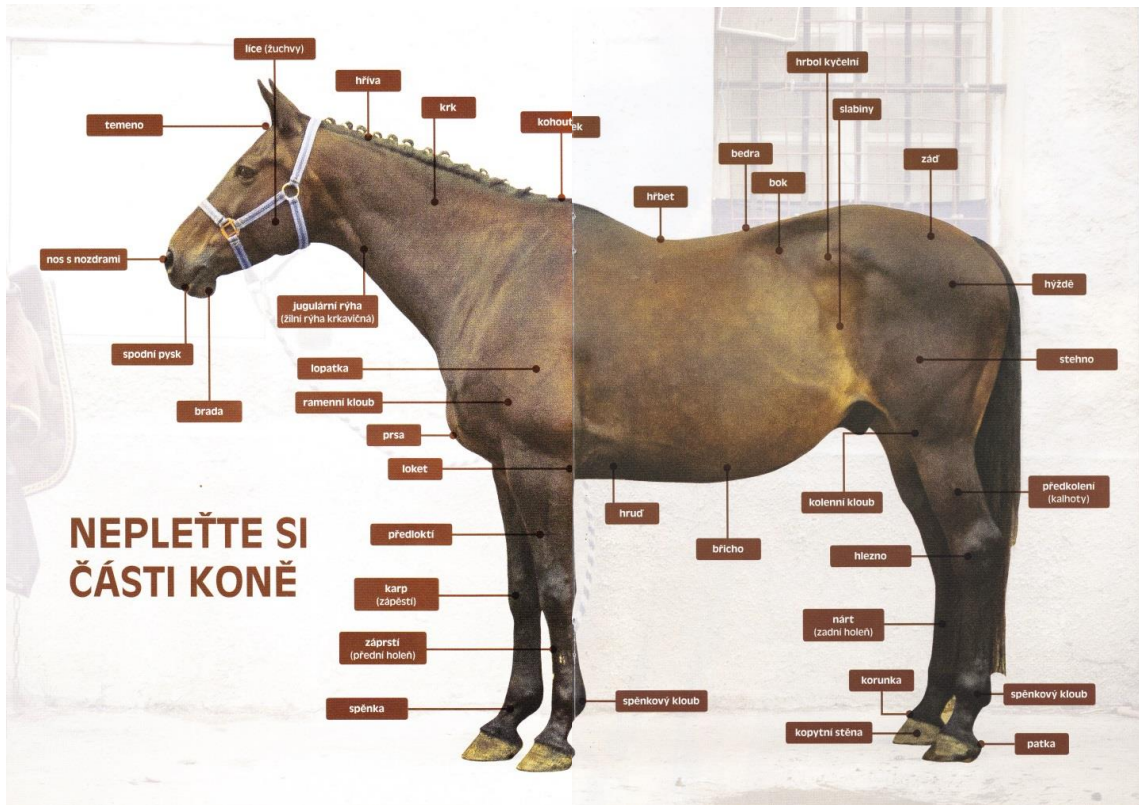
mob: 737 039 708

e-mail: karolina.stolickova01@upol.cz

## Příloha 2 Přehled a rozdělení plemen koní



### Příloha 3 Popis částí těla koně



## Příloha 4 Hra Cizojazyčný dopis – tabulka s abecedou

Tabulka se znaky a písmeny

A	✓	J	↘	Š	📧
B	♣	K	✱	T	📺
C	□	L	+	Ť	📖
Č	Ⓟ	M	!	U	📱
D	♥	N	●	V	📡
Ď	≧	Ň	♣	W	⌈
E	📦	O	⬆	X	⊖
F	📧	P	📡	Y	⊖
G	■	Q	○	Z	⊖
H	📡	R	✕	Ž	📖
CH	□📡	Ř	—	,	📧
I	①	S	?	.	■

### Šifrovaná pohádka

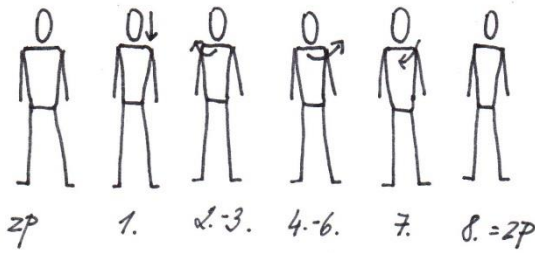
popleteny večerníček

včera bylo v televizi všechno naopak, s včelkou majou oženil se hodny rumburak, manka hrála na trumpetu, rumcajs na basu, křemílek a vochohurka jedli klobasu, tlusty bolel zlamal stolec, rozbil sklenici, mach křičel na šebestovou: pozor, zajíci!

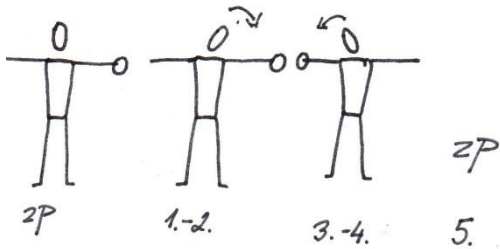
a když byl už konec svatby, vila amala s motylem emanuelem se pak poprala, maxipes fik ze zakusku delal snehulaky, kdo neveří at, tam beží, uvidí to taky.

📡 ⬆ + 📦 📺 ● ⊖ 📡 📧 Ⓟ ✕ ● ① Ⓟ 📡 ✱  
 📡 Ⓟ ✕ ✓ ♣ ⊖ + ⬆ 📡 📧 📦 + 📡 📡 ① ⊖ ① 📡 📧 □ 📡 ● ⬆ ● ✓  
 ⬆ ✓ ✱ 📧 ? 📡 📧 + ✱ 📡 ! ✓ ⬆ 📡 ⬆ 📡 ● ① + ? 📡 📡  
 ⬆ ● ⊖ ✕ 📡 ! 📡 ✕ ✓ ✱ 📧 ! ✓ ● ✱ ✓ 📡 ✕ ✓ + ✓ ● ✓ 📡 ✕ 📡  
 ! 📡 📡 📡 ✕ 📡 ! ✓ ✱ ? ● ✓ ♣ ✓ ? 📡 ✱ — 📡 ! + 📡 ✱  
 ✓ 📡 □ 📡 ! 📡 ✕ ✓ ✱ ✱ 📡 + ① ✱ + ⬆ ♣ ✓ ? 📡 ✱ 📡 + 📡 ?  
 📡 ⊖ ♣ ⬆ + 📡 ✱ ⊖ + ✓ ! ✓ + ? 📡 + 📡 ✱ ✱ ✕ ⬆ ♣ ① + ?  
 ✱ + 📡 ① □ ① 📧 ! ✓ □ 📡 ✱ — ① 📧 + ● ✓ 📧 📡 ? 📡 📡 📡  
 ⬆ 📡 📡 📡 ✕ ✱ ✕ ✱ ✕ ✓ ✱ ① □ ① !  
 ✓ ✱ ♥ ⊖ 📖 ♣ ⊖ + 📡 📖 ✱ ⬆ ● 📡 □ ? 📡 ✓ 📡 ♣ ⬆ 📡 ① + ✓  
 ! ✓ + ✓ ? 📡 ! 📡 ⊖ + 📡 ! 📡 ! ✓ ● 📡 + 📡 ! ? 📡 📡 ✓ ✱ 📡  
 ⬆ 📡 ✕ ✓ + ✓ 📧 ! ✓ ⊖ ① 📡 ? 📡 ① ✱ ⊖ 📡 ⊖ ✓ ✱ ? ✱ ♥ 📡  
 + ✓ + ? ● 📡 📡 + ✓ ✱ ⊖ ✱ ♥ ⬆ ● 📡 📡 — ① ✓ 📖 📡 ! ✓  
 ♣ 📡 ① 📧 📡 📡 ① ♥ ① 📡 ✓ ✱ ⊖ ■

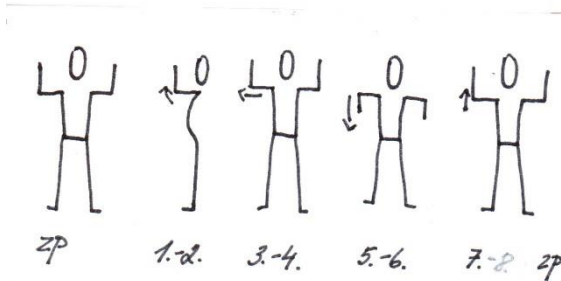
**Příloha 5 Kartyčky se cviky k rozcvičení**



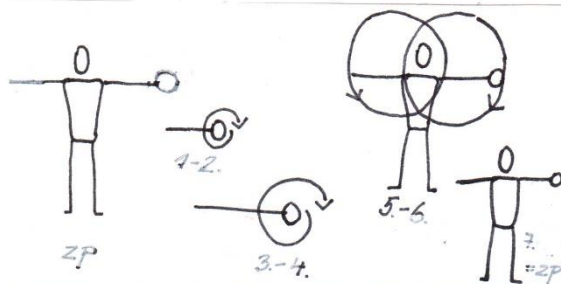
zp - mírný stoj rozkročený, připážit  
 1. brada na hrudní kost  
 2.-3. hlavou púčků vlevo  
 4.-6. hlavou púčků vpravo  
 7. púčků zpět  
 8. =zp



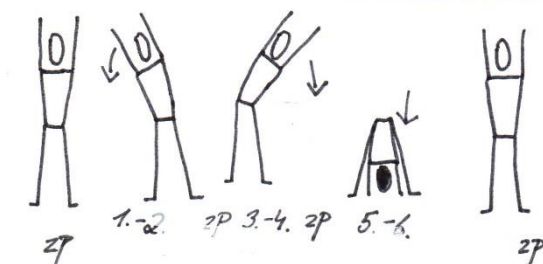
zp - mírný stoj rozkročený, vzpažit a míč do levé ruky  
 1.-2. - úklon hlavy na stranu k míči; výměna míče  
 3.-4. - úklon hlavy na stranu k míči  
 5. =zp



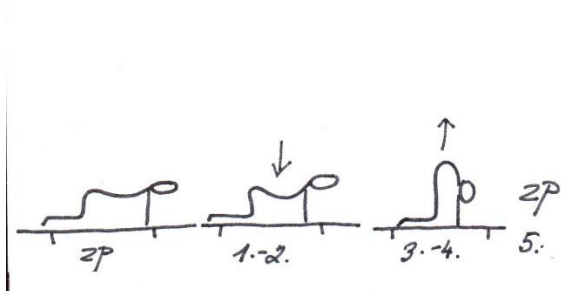
zp - mírný stoj rozkročený, pokřít vpažmo předloktí svísele vzhůru  
 1.-2. pokřít předpažmo předloktí svísele vzhůru (uvidíš dvě doby)  
 3.-4. - zp  
 5.-6. pokřít vpažmo předloktí svísele dolů (uvidíš dvě doby)  
 7.-8. =zp



zp - mírný stoj rozkročený, vpažit, míč do levé ruky  
 1.-2. - malé kruživé pohyby vpřed  
 3.-4. - větší kruživé pohyby  
 5.-6. - křeh nahoru  
 7. - mírný stoj rozkročený, vpažit =zp



zp stoj rozkročený, vzpažit  
 1.-2. úklon vpravo  
 3.-4. úklon vlevo  
 5.-6. hluboký předklon  
 zp



zp - vzpót klácím na ramiče  
 1.-2. prohnuté, nádech  
 3.-4. ohnuté, výdech  
 5. =zp



2P



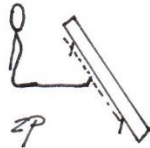
1, 2, 3.

4. = 2P

2P sed, vzpažit

1, 2, 3. - zvolna hluboký dlanový předklon

4. = 2P



2P



1. - 2. - 3.

2P

4.

2P sed kolmo k lavici

1. - 2. - 3. předklon, tuce na vedlejší stranu lavičky

4. = 2P



2P



1. - 2. - 3.

2P

4.

2P šitší stoj rovněž, vzpažit, míč do leve ruky

1. - 2. - 3. - hluboký předklon, míčem kroužíme osmičky kolem nohou

4. = 2P



2P



1. - 2.



3. - 4.

2P

5.

2P sed rovněž, míč do leve ruky

1. - 2. míčem obkroužit kolem nohou směrem doprava

3. - 4. míčem obkroužit kolem nohou směrem doleva

5. = 2P



2P



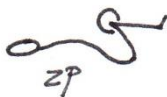
1, 2, 3.

4. = 2P

2P sed rovněž, nohy pokrčit, plošky k sobě

1, 2, 3. - lokty zatlačit do steh

4. = 2P



2P



1. - 2. - 3.

2P

4.

2P leh skřem, nohy nad zemí, míč mezi kolena

1. - 2. - 3. - zatlačit kolena na míč

4. = 2P



2P



1., 2., 3.

4. = 2P

2P sed zkrížený, kuce předpažmo pokřít, dlaně k sobě

1., 2., 3. - dlaně ztlačit proti sobě

4. povolit; 2P



2P



1.-2.

3. = 2P

2P leh, přednožit, upažit

1.-2. - toznožit, shožit

3. = 2P



2P



1.



2.



3.



4.



5.

6. = 2P

2P mírný stoj tozkrčný, připážit

1., 3., 5. - skřít připážno kuce na kamera

2. - otočit trup vlevo, vzpažit

4. - otočit trup vpravo, vzpažit

6. = 2P



2P



1.



2.

3. = 2P

2P stoj spojný, připážit

1. postokem stoj tozkrčný, vzpažit zevnitř

2. postokem stoj spojný, připážit

3. = 2P



## **Příloha 6 Výchozí text ke hře Velká a malá písmena**

„Záchrana rotundy sv. Václava na Malostranském náměstí

3. února 2004 byla v budově Matematicko-fyzikální fakulty Univerzity Karlovy na Malostranském náměstí objevena rotunda sv. Václava, kterou považovali historikové i archeologové po 376 let za ztracenou. Badatelé ji v průběhu staletí hledali několikrát, ale vždy nakonec konstatovali, že zanikla beze stopy při budování jezuitského profesního domu.

Zmínka o rotundě na Menším Městě Pražském se poprvé objevuje ve svatováclavské legendě „Oriente iam sole“ z poloviny 13. století. Podle ní se její vznik pojí se zázrakem při převozu těla sv. Václava ze Staré Boleslavi na Pražský hrad. Ve chvíli, kdy procházel průvod se světcovým tělem okolo vězení, byli božskou mocí vězni zbaveni svých okovů a vyvedeni ze žaláře. Na tomto místě byl pak zbudován kostelík sv. Václava.“

## **Příloha 7 Příběh o zlém Richtrovi**

„K zámku a parku se váže stará pověst. Před mnoha lety prý žil v Koryčanech panský správce Richter, který sužoval poddané ukrutnou robotou, a proto byl ještě za živa od nich proklet. Ani po smrti ho nechtěla posvěcená země hřbitova přijmout a každé ráno leželo jeho tělo na povrchu hrobu. Mnozí kněží se pokoušeli zažehnat tělo k věčnému odpočinku, ale nedařilo se jim to, neboť jen ten prý může takového nešťastníka zažehnat, kdo je sám bez hříchu. Nebožtík však každému jeho hříchy vyčetl, takže každý musel odejít s nepořízenou. Až jednou prý přišel mladý kněz, který byl bez hříchu a nebožtíka pohřbil. Boty správce Richtera prý dodnes chodí kolem zámku a vedlejší sýpky a hledají svého pána. Zažehnat je podle pověsti může jen ten člověk, který nehřeší, ale těch bude asi stále méně.“

## **Příloha 8 Pracovní list se slovy ke hře Rovnice**

kapelník - pes + pel = kapelník

boltec - bol + kosa =

duben - dub + hřeb =

dlaň - laň + rak =

komora - mor + len =

kočička - očička + rab =

kapucín - cín + sta =

obojek - boje + říše =

ples - les + osel =

pohádka - hádka + klička =

potrava - otrava + otok =

roucho - ucho + vina =

schůze - chůze + klep =

studna - stud + šat =

tulák - lák + rek =

zhouba - houba + rak =

## **Příloha 9 Hádanky**

1. Co spadne do vody a nežbluňkne? (Stín)
2. Bez nohou skáče, bez jazyka pláče, bez očí se třpytí, bez rukou tě chytí. (Řeka)
3. Maličký vojáček, hubený jak tříška, když jede do boje, vesele si píská. Ten, kdo ho zabije, vlastní krev prolije. (Komár)
4. Malý ptáček ohniváček, nepije a nejí, ale svůj dům chraň si před ním víc, než před zloději. (Zápalka)
5. Na kopečku za vesnicí sedí kvočna veliká, ve dne v noci křídly mává, všechno zrní spolyká. (Větrný mlýn)

## ANOTACE

<b>Jméno a příjmení:</b>	Karolína Stoličková
<b>Katedra:</b>	Katedra primární a preprimární pedagogiky
<b>Vedoucí práce:</b>	doc. PhDr. Ludmila Miklánková, Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2016

<b>Název práce:</b>	Škola v přírodě s využitím prvků hiporehabilitace
<b>Název v angličtině:</b>	Residential Outdoor School incorporating principles of hiporehabilitation
<b>Anotace práce:</b>	<p>Diplomová práce se zabývá možností zapojení prvků hiporehabilitace do programu školy v přírodě a využitelností daného programu ve školním prostředí.</p> <p>Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části shledáme přehled poznatků, které vytváří zázemí pro část praktickou. Praktická část se zabývá výzkumem, cíli práce a obsahuje metodický námět.</p> <p>Cílem diplomové práce je vytvořit metodický námět s využitím prvků hiporehabilitace pro výuku vzdělávací</p>

	<p>oblasti Člověk a jeho svět v RVP ZV a ověřit možnosti jeho realizace na 1. stupni základní školy.</p> <p>Dílčím cílem je zjistit možnosti propojení tematického okruhu Rozmanitost přírody a vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, a to se zaměřením na 2. vzdělávací období.</p>
<p><b>Klíčová slova:</b></p>	<p>Pedagogika</p> <p>Mladší školní věk</p> <p>Žák</p> <p>Hiporehabilitace</p> <p>Léčebné ježdění na koni</p> <p>Škola v přírodě</p> <p>Hry</p> <p>Hry v přírodě</p> <p>Člověk a jeho svět</p> <p>Metodický námět</p>
<p><b>Anotace v angličtině:</b></p>	<p>Diploma thesis deals with possibility of interconnecting the elements of hiporehabilitation to the program of Residential outdoor school and facilitating such program in school environment.</p> <p>Work is divided into theoretical and practical part. Theoretical part contains the overview of knowledge creating background for the practical part. Practical part deals with research, work objectives and contains methodical scheme.</p> <p>The objective of the diploma thesis was to create a methodical scheme using the hiporehabilitation elements for</p>

	<p>education within the educational area Human and his World within the RVP ZV and to verify the possibility of its implementation at the lower primary school level.</p> <p>Partial objective is to investigate the possibility to interchange the topic Nature's diversity and the educational area Human and health focusing on the 2. educational period.</p>
<p><b>Klíčová slova v angličtině:</b></p>	<p>Pedagogy</p> <p>Junior School Age</p> <p>Pupil</p> <p>Hiporehabilitation</p> <p>Principles of hiporehabilitation</p> <p>Residential Outdoor School</p> <p>Games</p> <p>Outdoor games</p> <p>The man and his world</p> <p>Methodical theme</p>
<p><b>Přílohy vázané v práci:</b></p>	<p>Příloha 1 Anketa pro učitele</p> <p>Příloha 2 Přehled a rozdělení plemen koní</p> <p>Příloha 3 Popis části těla koně</p> <p>Příloha 4 Hra Cizojazyčný dopis – tabulka s abecedou</p> <p>Příloha 5 Kartičky se cviky k rozcvičení</p> <p>Příloha 6 Výchozí text ke hře Velká a malá písmena</p> <p>Příloha 7 Příběh o zlém Richtrovi</p> <p>Příloha 8 Pracovní list se slovy ke hře Rovnice</p>

	Příloha 9 Hádanky
<b>Rozsah práce:</b>	111
<b>Jazyk práce:</b>	Český jazyk