

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI**

**PEDAGOGICKÁ FAKULTA**

Ústav pedagogiky a sociálních studií

**Diplomová práce**

Bc. Libuše Pátová

**Využívání nesoutěživých her  
v dlouhodobé práci s dětmi s ADHD  
v Duze Jasmín**

### **Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu. Souhlasím, aby tato práce byla uložena na Univerzitě Palackého v Olomouci v knihovně Pedagogické fakulty a zpřístupněna ke studijním účelům.

V Poděbradech dne 23.5.2021

Podpis .....

## **Poděkování**

Děkuji všem, kteří mě podpořili a umožnili, aby tato práce mohla vzniknout. Především děkuji své vedoucí diplomové práce Mgr. Pavle Vyhnákové, Ph.D. za citlivé a podnětné vedení při řešení této práce a možnost se této problematice věnovat. Moje poděkování také patří kolegům a přátelům ve spolku Duha Jasmín, se kterými program pro děti s ADHD realizujeme a trávíme spolu svůj volný čas. V neposlední řadě poděkování patří mé rodině a blízkým, kteří mi vytvořili podmínky pro mé studium.

# OBSAH

<b>SEZNAM HER A AKTIVIT .....</b>	<b>6</b>
<b>Úvod .....</b>	<b>7</b>
<b>1 Uvedení do problematiky a výchozí předpoklady diplomové práce .....</b>	<b>10</b>
1.1 Výzkumný problém a jeho souvislosti .....	10
1.2 Formulace sledovaných otázek.....	11
1.3 Ověření platnosti předpokladů a otázek .....	11
<b>2 Děti s ADHD .....</b>	<b>13</b>
<b>3 Význam hry pro rozvoj osobnosti dítěte .....</b>	<b>17</b>
3.1 Co je to hra .....	17
3.2 Hra v mladším a starším školním věku .....	17
3.3 Typy a organizace her .....	20
<b>4 Duha Jasmín .....</b>	<b>22</b>
4.1 Volnočasové aktivity a spolková činnost .....	22
4.2 Duha Jasmín v perspektivě spolkové činnosti.....	24
4.3 Prvky práce v Duze Jasmín .....	25
<b>5 Aktivity Duhy Jasmín .....</b>	<b>28</b>
5.1 Zásady přípravy programu .....	29
5.2 Aktivity nácviku sociálních dovedností .....	30
5.3 Nesoutěžní hry vedoucí k rozvoji osobnosti dítěte.....	33
5.4 Kaktusáci .....	37
5.5 Vybrané nesoutěžní hry Duhy Jasmín.....	39
5.6 Dlouhodobá hra „S Jasmínem na střechu světa“ .....	40
<b>6 Specifika letního tábora.....</b>	<b>45</b>
6.1 Tvorba programu letního tábora .....	46
6.2 Téma letního tábora .....	49
<b>7 Letní tábor „Knihomorka ohrožuje svět fantazie“ .....</b>	<b>51</b>
7.1 Motivace celotáborové hry .....	51
7.2 Rámcový přehled programu tábora .....	53
7.3 Realizace hry .....	55
7.3.1 Fáze aklimatizace .....	57
7.3.2 Fáze budování týmu .....	60
7.3.3 Fáze finále aneb táhneme za jeden provaz .....	61
<b>8 Vybrané soutěživé a nesoutěživé hry a jejich uplatnění v programu.....</b>	<b>64</b>
8.1 Tichošlápek.....	65
8.2 Dirigent.....	68
8.3 Stříhaná.....	71

8.4	Vybíjená (turnaj) .....	74
8.5	Vysílačky .....	76
8.6	Srovnání závěrů z vybraných her .....	79
<b>9</b>	<b>Kazuistiky .....</b>	<b>84</b>
9.1	Eda (14let) .....	84
9.2	Matěj (12let) .....	86
9.3	Martin (11let).....	88
9.4	Klárka (9let).....	89
9.5	Shrnutí vybraných kazuistik .....	91
<b>10</b>	<b>Diskuze .....</b>	<b>92</b>
10.1	Program letního tábora s nesoutěživými a soutěživými prvky .....	93
10.2	Preferují děti s ADHD nesoutěživé herní prvky? .....	93
10.3	Mají nesoutěživé hry potenciál k rozvoji schopnosti dětí s ADHD? .....	94
	<b>Závěr.....</b>	<b>95</b>
	<b>REFERENCE.....</b>	<b>97</b>
	<b>PŘÍLOHY .....</b>	<b>104</b>
	<b>PŘÍLOHA 1: Vybrané fotografie z akcí .....</b>	<b>105</b>
	<b>PŘÍLOHA 2: Pravidla vybraných her .....</b>	<b>111</b>
	<b>PŘÍLOHA 3: Kompetence a povinnosti osob zajišťujících letní tábor.....</b>	<b>120</b>

# SEZNAM HER A AKTIVIT

Archeolog.....	59	Najdi a zapiš .....	20
Barometr .....	31	Noc dlouhých stínů .....	39, 118
Březový lístek .....	24	Pálení strachu .....	33
Co by to bylo, kdyby.....	32	Človče, nezlob se .....	113
Co do lesa nepatří?.....	59	Scrabble .....	60
Co jsem - co umím - co mám.....	32	Setonův běh .....	40
Dobytí hradu .....	61	Signál .....	31
Elektrika.....	38	Skřetí honičku.....	59
Evoluce .....	59	Smajlíci .....	34
Hlasování .....	30, 64	Stom Stom .....	59
Hra plnění úkolů .....	20	Strážce.....	59
Kompot .....	37	Školka .....	21
Království.....	38, 112	Táborový trh .....	62
Lístky Duhy Jasmín .....	36	Tichošlápek.....	65, 111
Lovci a sběrači .....	59	Turnaj ve vybíjené .....	60
Medvědi .....	38	Všechno lítá, co má peří .....	21
Mravenci .....	58	Vysílačky .....	61
Na co myslím? .....	21	Wanjiny.....	40, 114

# ÚVOD

Zapojení dětí se specifickými potřebami do skupiny vrstevníků je dlouhodobě studovaný problém. V odborné literatuře lze nalézt především podklady pro práci s dětmi s ADHD při školní a rodinné výchově. Mimoškolním aktivitám není stále věnovaný dostatečný prostor. Využila jsem tedy možnost se touto problematikou zabývat ve své diplomové práci a využít tak zkušenosti, které jsem získala během více než 25 let dlouhé dobrovolnické práci ve spolku Duha Jasmín. Tento spolek jsem spoluzakládala společně s kolegy vedoucími se systematicky věnovala přípravě cílených volnočasových aktivit pro děti s ADHD a s problematickým rodinným zázemím. Pravidelně realizujeme zimní a letní tábory, a především celoroční činnost pokrývající pravidelné schůzky a výjezdy.

Během své dobrovolnické práci v Duze Jasmín jsem zjistila, že velice často jsou ty nejsilnější, nejobratnější stále stejní. V koutě sedí méně úspěšní, kteří se často v kolektivu neuplatní. Neorientují se ve vztazích, nedokáží rychle reagovat na otázky položené ve vědomostní hře. Děti přirozeně impulsivní. Děti s diagnózou ADHD. Často k nám přicházejí po neúspěchu v přirozeném a zdravém kolektivu sportovního, turistického nebo podobného oddílu. Mají opakovanou zkušenost s osobním selháním na táboře, ve třídě. Jsou outsidersy. Ukázalo se, že jejich potřeby jsou specifické a kladou na vedoucího programu zvláštní nároky. Rozhodla jsem se tedy položit si otázku, jestli je možné nalézt odlišné prvky práce vhodné pro tuto cílovou skupinu oproti běžné dětské populaci. Domnívám se, že je vhodné využít nesoutěživých her, které rozvíjejí sociální dovednosti, spolupráci a kompetence dětí. Je otázkou, zda je možné, sestavit program pobytového tábora atraktivní formou, která bude obsahovat soutěživé a nesoutěživé prvky. V literatuře jsem našla doporučení využívat terapeutické prvky (muziko-, drama – terapeutické) pro děti s ADHD. Má zkušenost s dětmi s ADHD byla odlišná. Podle mého názoru je důležité přistupovat otevřeně k osobnosti dítěte a respektovat jeho individuální potřeby. Pak je možné využít i herní prvky známé z mimoškolní práce s běžnou cílovou skupinou. Motivací k napsání této práce pro mě byla snaha ověřit tuto skutečnost a ukázat, že děti s ADHD do skupiny patří. Je možné jim přiřadit vhodnou roli a akceptovat jejich odlišnosti.

**Hlavním cílem diplomové práce je ověření možnosti využití nesoutěživých her v dlouhodobé práci s dětmi s ADHD.** Nesoutěživé hry jsou programovým prvkem, který

má potenciál k podnětnému rozvoji schopnosti dětí s ADHD. Důležitým prvkem je skupinová interakce, která umožní dítěti získat zdravý způsob začlenění do kolektivu vrstevníků. Cílem práce je posoudit tyto možnosti a srovnat jejich využití ve skupině dětí s ADHD a ostatních vrstevníků. Ke splnění cíle diplomové práce si pološím několik otázek, na které budu hledat odpověď v reálné praxi. Vzhledem k zaměření práce na dlouhodobou interakci s dítětem s ADHD budou postupně představeny zásady dlouhodobé práce ve spolku Duha Jasmín. Dále jako zvláštní příklad vyvrcholení celoroční činnosti navržena koncepce programu letního tábora se zřetelem na specifické potřeby dětí s ADHD a s využitím nesoutěživých prvků. K naplnění vytyčeného cíle a zodpovězení položených otázek bude sloužit případ letního tábora realizovaného v roce 2020. Zde bude vybráno několik typických zástupců herních prvků. Na jejich příkladu bude porovnáno využití ve skupinách dětí s ADHD a ostatních dětí. Vliv dlouhodobé práce s dětmi s ADHD v Duze Jasmín bude demonstrován v části věnované kazuistice vybrané skupiny.

V první kapitole práce vytyčím výchozí předpoklady diplomové práce a uvedu čtenáře do problematiky volnočasových aktivit pro děti s ADHD. K ověření předpokladů si pološím tři otázky k jejichž zodpovězení se pokusím nalézt podpůrné argumenty v následující kapitolách práce. Druhá kapitola práce bude věnována otázce dětí s ADHD a jejich specifickým možnostem. Konečně třetí kapitola diplomové práce bude věnována poslední části teoretického rozboru. Zaměřím se zde na význam hry pro rozvoj osobnosti dítěte. Především se zaměřím na otázku nesoutěživých herních aktivit pro mladší a starší školní věk. V následujících dvou kapitolách představím pobočný spolek Duhu Jasmín a budu se zabývat problematikou spolkové činnosti a její nabídkou pro děti s ADHD. Konečně v páté kapitole se zaměřím na aktivity Duhy Jasmín. V této části práce budou představeny hlavní zásady a specifika práce s dětmi s ADHD. Zaměřím se především na nesoutěživé hry, nácvik sociálních dovedností a jiné aktivity, které vedou k rozvoji osobnosti dítěte. Specifika přípravy letního programu představím v 6. a 7. kapitole práce. Nejprve se budu zabývat otázkou stavby programu letního tábora, kde bude představen nový přístup, který respektuje potřeby dítěte s ADHD a podporuje jeho uplatnění ve skupině vrstevníků. Praktická realizace tohoto modelu programu bude představena na příkladu letního tábora Duhy Jasmín pořádaným v srpnu 2020 v Kamenici u Humpolce. Celotáborová hra bude založena na modulárním principu a jedním z cílů hry je přivedení dítěte zpět ke knihám. Tématem celotáborové hry je ochrana světa fantazie a nese název „Knihomorka ohrožuje svět fantazie“. K hledání podpůrných argumentů pro položené otázky budou představeny



vybrané soutěživé a nesoutěživé hry realizované na letním táboře. Dále se budu v 9. kapitole práce zabývat kazuistikou vybrané skupiny dětí a představím jejich působení v rámci kolektivu dětí a mládeže na akcích Duhy Jasmin. Konečně 10. kapitola bude věnována diskuzi dosažených výsledků a bude provedeno srovnání s výsledky ostatních autorů. V příloze práce budou uvedeny doplňkové materiály. Především obsahující fotografie z akcí, pravidla použitých her a detailní popis kompetencí osob organizující letní tábor Duhy Jasmin.

Problematika přípravy volnočasových aktivit pro děti s ADHD je mi velice blízká a věřím, že se mi povede v této práci využít zkušenosti získané při práci dobrovolnice na pobytových akcích Duhy Jasmin. Děti s ADHD lze dnes nalézt prakticky na každé pobytové akci, v každé skupině dětí. Je tedy důležité jim a jejich potřebám věnovat pozornost. Věřím, že nesoutěživé hry a prvky skupinové interakce lze využít v každé skupině dětí a mládeže. Vždyť každé dítě je individualitou se svými specifickými potřebami.

# 1 UVEDENÍ DO PROBLEMATIKY A VÝCHOZÍ PŘEDPOKLADY DIPLOMOVÉ PRÁCE

V této kapitole budou představeny výzkumné otázky, které povedou k hlavnímu cíli této práce, a které budou ověřeny v praktické části této práce. Volnočasové aktivity se nezanedbatelnou měrou podílejí na formování osobnosti dítěte. Velice často je to právě osobnost vedoucího oddílu, se kterým se dítě setkává na akcích, kdo se pro dítě stává vzorem. Je tedy třeba klást velký důraz na kompetenci vedoucích, a především vhodnou strukturu programu, která nabídne dětem podnětné prostředí pro rozvoj schopností. Zvláštní skupinou jsou ovšem děti s diagnózou ADHD, které jsou často ve škole a v kolektivu vrstevníků neúspěšné. Při nevhodném programu se často může opakovat stejný vzorec neúspěchu i během volnočasových aktivit. Což vede k jejich problematičkému rozvoji a omezuje jejich další uplatnění.

## 1.1 Výzkumný problém a jeho souvislosti

Hry jsou volený přirozený prostředek, který slouží k rozvoji schopností dětí již od útlého věku. Dítě si testuje své možnosti, srovnává se se svými vrstevníky. Ověřuje si, jaké má šance obstát ve skupině. Významný přínos hry je možné nalézt také jako nenásilný stimul rozvoje mentálních a fyzických dovedností dítěte. Vedoucí volnočasových aktivit proto často k hrám přistupují a je možné je nalézt jako základní prvek programu letních táborů. Velice často je možné nalézt jistou „prvoplánovitost“ zařazení her do programu. Vedoucí staví program jako prostředek k předem vybraným hrám. Vytrácí se tak edukativní a výchovný rozměr hry.

Sociální a školní prostředí, které obklopuje děti v čase jejich dětství je velice často založené právě na porovnání jejich schopností. Příkladem může být školní prostředí založené na známkách, žebříčcích a měřítku úspěšnosti v percentilech při přijímacích zkouškách. Jistě je vhodné umožnit dítěti, aby prověřilo své schopnosti a porovnálo šance k uplatnění v kolektivu. Je ovšem vhodné na tomto přístupu stavět celý výchovný program? Program připravený na letních táborech je opět stavěn na vzájemném soutěžení týmů, uplatnění

jednotlivce a vyzdvihuje se vítěz. Opravdu je nutné stavět hodnocení na škále nejrychlejší, nejsilnější, nejjobratnější, nejchytřejší? Není vhodnější volit program na základě spolupráce a uplatnění všech členů týmů? Podle mého názoru je žádoucí připravovat program, který není jednostranně orientovaný na výkon, a především soutěživosti dětí. Volnočasové aktivity mají být komplementárním doplňkem školního prostředí. Neměly by se zde opakovat stejné chyby a vzorce hodnocení.

Správně připravený program je tvořený prvky, které rozvíjí schopnosti dětí a umožní jejich uplatnění. V takovém programu vedoucí vždy musí volit hry tak, aby naplňovaly jeho výchovný cíl a vedly děti správným směrem. Programový vedoucí je v roli kuchaře, který do programu přidává správné ingredience a koření, aby výsledný produkt byl chutný pro cílovou skupinu. Zároveň by měl být zdravý. Je důležité dát prostor dětem k ověření svých schopností a možnosti zdravého soupeření. V takovém případě je důležité důsledně dodržet pravidla a správným způsobem vést děti k ventilaci emocí. Jeví se jako důležité, aby ve skupině dětí s ADHD se neopakovala stejná chyba a program nebyl čistě stavěný na soutěžních prvcích. Je vhodné volit přiměřené hry na rozvoj spolupráce, sociálních dovedností a s nesoutěživými prvky. Takové hry umožní rozvíjet schopnosti dětí. Umožní jim zažít pocit úspěchu a uplatnění v kolektivu.

## 1.2 Formulace sledovaných otázek

Tato práce se zabývá uplatněním nesoutěživých her při volnočasové výchově dětí s ADHD. Je patrné, že tento typ hry nemůže být jediným prostředkem a je třeba volit více metod při přípravě programu. Pro ověření vhodnosti využití nesoutěživých her pro děti s ADHD jsou formulovány tyto otázky:

1. Upřednostní hyperaktivní děti (s ADHD) nesoutěživé herní prvky před soutěživým programem zaměřeným na měření výkonu?
2. Vedou nesoutěživé hry a aktivity k rozvoji schopností dětí s ADHD?
3. Lze vytvořit vyvážený program letního tábora, který bude v sobě obsahovat soutěživé a nesoutěživé prvky?

## 1.3 Ověření platnosti předpokladů a otázek

Na základě své dlouholeté zkušenosti spojené s dobrovolnickou prací v Duze Jasmín budu pracovat se vzorkem dětí a vedoucích této organizace. V rámci práce bude zkoumána tvorba

programu pro děti s ADHD. Budou porovnány vybrané soutěžové a nesoutěživé hry s důrazem na praktické důsledky a rizika v kolektivu dětí a mládeže. K ověření předpokladů bude představena tvorba programu letního tábora pořádaného Duhou Jasmín v srpnu 2020 v Kamenici u Humpolce. Předpoklady a otázky budou ověřeny formou pozorování a reflexí her na uvedené akci. K ověření otázek bude vybrána cílová skupina zastoupená čtyřmi dětmi z Duhy Jasmín, se kterými mám dlouholetou zkušenost, a alespoň dvěma vedoucími tábora. Bude využito cíleného rozhovoru s cílovou skupinou. Odpovědi budou navzájem porovnány a vyhodnoceny. K ověření otázek o upřednostnění nesoutěživých herních prvků bude využito dotazování formou řízených otázek. U vybraných dětí z cílové skupiny bude kladen důraz na případný posun v jejich chování a sociálních dovednostech. Bude diskutován vliv vhodného programu v Duze Jasmín na tento případný posun.

## 2 DĚTI S ADHD

Hyperaktivita, neklid a poruchy soustředění bývají častým průvodním znakem školsky neúspěšných dětí. V odborné literatuře se označuje jako ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), která se v českém jazyce označuje jako hyperaktivita s poruchou pozornosti (Kendíková, 2014). Podle evropské mezinárodní klasifikace nemocí (MKN 10) se rozlišují dvě diagnózy. Porucha aktivity a pozornosti se označuje jako F90.0. V desetinném třídění se odlišuje hyperkinetická porucha chování značená jako F90.1. Obě tyto diagnózy se zařazují mezi hyperkinetické poruchy (MKN-10, 2017-2018). Podle (Polanczyk, 2007) je možné poruchy pozornosti spojené s hyperaktivitou zařadit mezi nejčastější neuropsychiatrická onemocnění dětského věku. Její výskyt v dětské populaci autoři odhadují mezi 4-12 % z této třídy onemocnění, kdy v cca 50 % případů obtíže přetrvávají do dospělosti. Jako hlavní projevy poruchy aktivity a pozornosti (MKN-10, 2017-2018) se zařazuje především porucha pozornosti (nedokáže udržet pozornost, neposlouchá, nedokončuje úkoly), hyperaktivita (neposedný, vyrušuje, je hlučný) a impulzivita (nedokáže čekat, přerušuje ostatní, vyhrkne odpověď bez přemýšlení). Tyto projevy značně komplikují uplatnění dítěte ve školní výuce a v sociální skupině (Jucovičová, 2010). Dětská a dospívající pacienti mají často nález na EEG a velice často jsou obtíže spojeny např. s poruchami učení, úzkostnými poruchami apod. (Paclt, 2007). ADHD se v neurologické praxi velice často řeší farmakologickou podporou (Ritalin, Strattera), která ovšem není bez nežádoucích vedlejších účinků (Příhodová, 2011). Mnoho rodičů volí také jiné, doplňující, metody podporující zdravé návyky a žádoucí vzorce chování. Důležitou formou je přijetí obtíží a v případě potřeby využití vhodných terapeutických postupů (Prekopová, 2013). Děti s ADHD velice často nevědomky překračují zavedená pravidla a dostávají se tak do konfliktu s autoritou. Jako vhodným přístupem se jeví uplatňování tzv. výchovy bez trestů (Mertin, 2013), která je založená především na principu posilování zodpovědnosti dítěte za své chování a nahrazuje někdy obvyklé fyzické tresty.

Projevy ADHD jsou velice často patrné již v předškolním věku a je vhodné se již v tomto období zaměřit na rozvoj koncentrace pozornosti a ukotvení žádoucích návyků. Tyto postupy lze rozdělit do dvou základních oblastí. Do první se obvykle zařazuje posílení zrakového a sluchového vnímání spojené s koncentrací pozornosti. V předškolním věku je vhodnou metodou využití jednoduchých pracovních listů a relaxačních technik (Budíková,

2019a), kdy je třeba klást velký důraz především na pochopení zadání a dokončení přiměřeného úkolu (Budíková, 2019b). Pracovní listy využívají grafické znázornění a jednoduché zadání, kdy dítě lepí, dokresluje obrázek a spojuje související detaily. Velký důraz je kladen především na dokončení úkolu a v žádném případě se neuplatňuje požadavek splnění časového limitu. Ve školním věku projevy hyperkinetické poruchy způsobují dětem značné obtíže v uplatnění se v sociální skupině (Budíková, 2019c). Je třeba se zaměřit na vhodnou formu nácviku sociálních dovedností a porozumění vztahovým zákonitostem ve skupině. Dítě s ADHD často obtížně čte vztahové vzorce a nerozumí důsledkům svého chování. Může být pro ostatní obtížně čitelné. Někdy dokonce jsou jeho reakce nesprávně interpretovatelné. Což vede ke konfliktním situacím v sociální skupině. Jako vhodnou formou nácviku sociálních dovedností se jeví práce se skupinou, hra, a především reflexe chování (Budíková, 2019c).

V práci (Jiroutová, 2017) se autorka zabývá metodami práce s dětmi školního věku s diagnostikovanou ADHD. Zaměřuje se především na uplatnění a postupy využitelné ve školní praxi. Jako respondenty v praktické části si vybrala učitele v mateřských, základních a středních školách. Ve vlastním výzkumu se soustředila především na využívané a osvědčené postupy při práci s dítětem s ADHD ve skupině. Ukázalo se, že 70 % pedagogů zadává žákům s ADHD jednodušší úkoly a kladou velký důraz na vhodnou motivaci k práci (87 % respondentů). Není tedy vhodné podle (Jiroutová, 2017) vytvářet pro děti s ADHD soutěživé prostředí, které vyvolává stresující podmínky. Naopak je možné využít účinné spolupráce s rodiči dětí, kdy 68 % učitelů nějakou formou takový kontakt využívá. Obdobné srovnání je možné nalézt v (Jiříštová, 2012), kde se autorka zabývá metodami a postupy práce s dětmi s ADHD ve školní skupině. Zaměřuje se na učitele základní školy a do vzorku zařadila 17 učitelů ZŠ. Oproti práci (Jiroutová, 2017) se snaží také provést hodnocení úrovně povědomí učitelů o projevech ADHD. Toto porovnání je zaměřeno na subjektivním zařazení a více jak 69 % respondentů mezi hlavní projevy zařazuje nesoustředěnost a neposednost. Podle více jak 94 % učitelů se domnívá, že dítě s ADHD ve výuce selhává, pokud nedojde ke specifické úpravě výukových podmínek. Mezi tyto úpravy zařazují např. individuální přístup, častější kontrolu pomůcek na lavici a vhodné usazení lavice ve třídě, a především tvorbu individuálního vzdělávacího plánu (94 %). Což odpovídá výsledkům uvedeným v práci (Jiroutová, 2017), kde individuální přístup volí 87 % respondentů. Drtivá většina učitelů podle (Jiroutová, 2017) upřednostňuje alternativní metody a formy výuky (94 %) před „klasickou frontální“ výukou (6 %). Nejvíce zařazovanou formou je metoda

skupinového vyučování (65 %), která obsahuje prvky nesoutěživé, pro děti atraktivní, hry. Je tedy patrné, že v přístupu ke skupině s dětmi s ADHD je důležité volit pestré aktivity a soustředit se na podporu individuality dítěte.

Výchova a rozvoj dětí s ADHD nekončí ve škole a je třeba vhodným způsobem propojit podněty působící na dítě ve škole a v rodině. Což podle práci považuje za klíčové více jak 80 % procent pedagogů. Vhodným a nesmírně důležitým doplňkem jsou volnočasové aktivity dětí, které mohou vhodným způsobem formovat osobnost dítěte a nenásilně posilovat zdravé sociální vazby. Hry a cvičení nenásilně umožňují dětem vyzkoušet si různé druhy interakcí a reakcí skupiny. Psychomotorické herní činnosti mohou nabídnout nácvik poruchy pozornosti a hyperaktivity. Vhodné prvky a nabídku aktivit je možné nalézt např. v (Blahutková, 2005). Vlivem pohybových her na utváření sociálních kompetencí žáka s ADHD se zabývá ve své práci i (Mazůrková, 2010). V práci vysvětluje pojem sociální kompetence a používá pohybové hry jako nástroj k jejich rozvoji v hodinách tělesné výchovy. Jako metodu si zvolila biografickou studii vybraného žáka a vlastní pozorování ve školních hodinách. V práci je představena a diskutována sada herních prvků se zvláštním důrazem na rozvoj spolupráce, koordinace, koncentrace a pohybové aktivity. Dochází k závěru, že častější zařazování vhodných her vede ke snížení nežádoucí fyzické aktivity mezi dětmi o přestávkách. Podle autorky dochází k poklesu o cca 16%. Sociometrická mapa třídy pak ukazuje na nevhodné postavení žáka s ADHD ve skupině. Ukázalo se, že pohybové hry nevedly ke zlepšení pozice dítěte s ADHD ve skupině a je tedy třeba volit jiné postupy. Oproti tomu (Chlupová, 2007) se zabývá možností využití prvků dramatické výchovy ve výchově dětí s ADHD. Vychází ze zkušeností vedení dramatického kroužku dětí 1. stupně ZŠ. Zaměřuje se především na měření rozvoje a pokroku dětí a nepoměřuje výsledky dětí mezi sebou. Tyto nesoutěživé prvky se jeví jako více vhodné oproti kompetitivním pohybovým hrám. Soustřeďuje se na posouzení efektivity spolupráce mezi žáky, pochopení smyslu a schopnost porozumění obsahu. Ukazuje se, že děti s ADHD se mnohem častěji dostávají do situace vedoucí k opakovanému selhávání. Jsou často napomínány, kritizovány a odmítány. Prvky dramatické výchovy by (Chlupová, 2007) mohly být vhodnou formou práce s dětmi s ADHD.

Samostatnou kapitolou je využití her a zapojení dětí s ADHD do aktivit během prázdnin na pobytových táborech. Rozbor těchto aktivit je možné nalézt v (Pokorná, 2012). Autorka hodnotila přínos jednotlivých aktivit, prvků a motivaci dětí. Jako vzorek si vybrala pobytový tábor pro děti mladšího školního věku. Z provedeného průzkumu vyplývá, že více

než 90 % dětí upřednostňuje hry v přírodě oproti vnitřnímu prostředí. Tuto volbu ovlivnila především nabídka her (noční hra), atraktivní prostředí a volnější režim. Ukázalo se, že není nezbytné volit jako motivační prvek prvoplánové sladkosti. Ukázalo se, že pro děti s ADHD je vhodné využití volnočasových her ve vhodně zvoleném režimu.



# 3 VÝZNAM HRY PRO ROZVOJ OSOBNOSTI DÍTĚTE

## 3.1 Co je to hra

Hry jsou vhodnou formou k projevu emocí, a především získávání zkušeností pro běžný život. Je tedy i klíčovou aktivitou pro děti s diagnózou ADHD. Je ovšem nezbytné respektovat vývojové zvláštnosti dětí mladšího školního věku a vliv ADHD na jejich schopnosti.

J. Huizing (Klusák, 2010) chápe hru jako svobodné jednání, jež je provozováno takzvaně „jen tak“ a odehrává se mimo obyčejný život, přesto může hráče zaujmout, ačkoliv se neváže k žádnému materiálnímu užítku. Hra se koná v předem dané čase i zvoleném prostoru. Dle F. Táborského (Táborský, 2005) se hrou rozumí průvodní znak lidského konání. K. Riegel v (Riegel, 2007) uvádí, že hra je založena na aktivním principu a překračuje hranice biologické či fyzické činnosti. Při hře je překračován pud sebezáchovy. Současně může být hra chápána jako rozhodovací model, čehož mohou následně v životě využívat děti i dospělé osoby. V jiném pojetí je možné hru chápat jako nadbytek energie. Hra je proto typická pro mláďata i děti. Dle R. Hanuše a L. Chytilové je „*hra prostředkem, kterým ověřujeme své teoretické poznatky, úroveň dovedností, životní zkušenost a provazujeme je s vědomím použitelnosti v životě.*“ (Hanuš, 2009, s. 144). Hru lze proto definovat tak, že jsou při ní využívány a prověřovány názory, hodnoty a postoje, jsou získávány poznatky o sobě, druhých i okolí. Současně lze tvrdit, že „*hru chápeme jako jeden z nejideálnějších prostředků harmonického rozvoje osobnosti.*“ (Hanuš, 2009). Důležitá je hra organizovaná, ale také hra volná. S. Koťátková dokonce zmiňuje, že volná hra je pro děti do šesti let zcela nezbytná (Koťátková, 2005). Hra naplňuje potřeby jedince, zkušenosti, vědomosti, dovednosti a nabízí uplatňování vlastního tempa.

## 3.2 Hra v mladším a starším školním věku

Mladší školní věk je věk mezi šesti a osmi lety, pro který je dle Vývojové psychologie J. Langmeiera, D. Křejiřové (Langmeier, 2006) typické přechodné období mezi hravým předškolním věkem a chováním žáka, jenž je považováno za vyspělejší. Jedná se o děti, které

jsou hravé a na jednu činnost jsou schopny se soustředit pouze krátkou dobu, například po dobu deseti minut. Děti v tomto období mají rády pohádky, jsou značně sugestibilní a ve hrách se zcela bez zábran mísí chlapci i děvčata. Jiné zdroje, konkrétně (Špaňhelová, 2008), uvádí, že se jedná o období první až páté třídy, tedy jde o období typické do jedenácti let. Ke zkoumanému období se dle I. Špaňhelové (tamtéž) vztahuje větší rozumová zralost, dítě dokáže logicky uvažovat, nejdříve se učí za pomoci dospělého, poté prozkoumává věci samo, dokáže o nich usuzovat a posuzovat je. Rodiče dítěti pomáhají se ve světě zorientovat, ukazují mu, kde najde potřebné informace. Současně je dítě ovlivňováno informacemi od svých vrstevníků, a těmito informacím obvykle plně důvěřuje. Pro dítě je v tomto období důležitá motivace, kterou lze chápat jako hledání způsobů, jak úsilí dítěte zvýšit. Motivace je náročnější, protože do procesu vstupuje učitel jako autorita, a dítě hodnotí. Za motivaci lze považovat podporu dítěte, objasnění situace, poskytnutí příkladu či pochvaly. Autorky J. Kelnarová a E. Matějková v (Kelnarová, 2010) uvádějí, že dítě mladšího školního věku je schopno chápat svoji identitu. Současně mají děti schopnost si zapamatovat vše, na co se zaměřily. Bezděčné zapamatování převládá nad zapamatováním úmyslným. V tomto věku si dle M. Vágnerové (2000, In.: Kelnarová, Matějková, 2010, s. 93) děti hledají vhodné techniky učení. „*Školní děti si postupně osvojují různé strategie a naučí se je i vhodnějším způsobem používat.*“ Děti se učí prostřednictvím pokusu a omylu, za pomoci logického odvozování, kdy hledají správná řešení na základě předchozích zkušeností a učením se nápodobou. Podle I. Špaňhelové (Špaňhelová, 2008) je život dítěte značně závislý na vstupu do školy a školních úspěších. Od dítěte se očekává výkon, je hodnocen, což mu může dodávat sebevědomí za jeho výsledky.

Pro děti v mladším i starším školním věku má hra zcela nezastupitelnou roli. V tomto období je součástí života dítěte (Špaňhelová, 2008). V rámci hry se může dítě stát v kolektivu více oblíbeným díky své odvážnosti, vynalézavosti či obratnosti. Oblíbenost při hře se dokonce může v kolektivu projevit užitečněji než školní prospěch. Hra nepůsobí na rozvoj fantazie dítěte jako dříve, ale spíše na něj působí konkrétními podněty. Hra se vyznačuje větší složitostí i složitějšími pravidly než hry v předchozím období. Pokud je dítě soutěživé, je to považováno jako kladná vlastnost. Dítě by mělo mít radost ze své výhry, ale současně by mělo zvládat prohry a mělo by se umět radovat také z výhry druhých dětí. Hry se dělí podle toho, zdali rozvíjejí sociální dovednosti, kreativitu, tělesnou zdatnost či postřeh. Hra by měla být přirozená pro dítě i jeho rodiče. J. Havířová v (Havířová, 2005) uvádí, že hry slouží k rozvoji osobnosti dítěte, podporují jeho chápání a vnímání světa. Současně mají

význam v tom, že dle autorky podněcují fantazii, představivost a dokážou rozšiřovat slovní zásobu. V mladším školním věku také vedou ke správnému vyjadřování i rozvoji řečových schopností dítěte. Některé hry mohou vést k možnostem zopakování si vědomostí získaných při výuce. „*Především ale hry slouží k pobavení, odpočinku a rozvíjení zdravé soutěživosti.*“ (Havířová, 2005).

Starší školní věk (puberta) je důležitým sociálním a biologickým mezníkem v životě jedince a dochází k řadě dramatických změn. Je to přechodné období mezi dětstvím a dospělostí. Jedinec hledá vlastní identitu, sebeurčení a seberozvoj. Dochází u nich ke změnám v chování. Bývají více kritičtí jak k sobě, tak k okolí. Na fyzické úrovni pohlavně dozrávají a hormonální změny výrazně ovlivňují celou jejich psychiku. Toto období je náročné jak pro ně, tak i pro ostatní. Rodiče už nejsou přirozenou autoritou, ale i přesto se snaží ukazovat správný směr a hlídat bezpečnost svých dětí (Ptáček, 2013). U dětí staršího školního věku získává hra nový rozměr. V pubertě už dochází k plnému odlišení hry od práce.

Zhruba po třináctém roce již hra pozvolna nabývá charakteru her dospělých. V tomto období začínají převládat hry kolektivní a více už projevují své vlastní zájmy. Ať ve čtení, hře na hudební nástroj nebo sportu či jiné. Oblíbené jsou dobrodružné, adrenalinové a kontaktní hry, kdy mezi sebou ve skupinkách bojují a nevyhýbají se ani riskantním nápadům. Převládají také noční a večerní hry v přírodě. Od jedenácti let věku dochází také k větším a rozmanitějším změnám u konstruktivních her, kde mohou více využít své technické a vědecké zájmy buď podle fantazie nebo návodu. I v tomto věku zde mají své stálé místo hry stolní a společenské, při kterých můžou rozvíjející obratnost, postřeh nebo intelektuální schopnosti např. šachy.

Přesto v období staršího školního věku nejvíce preferují hry sportovní, ve kterých dosahují skvělých výkonů. Nejvíce jsou zastoupeny míčové hry všeho druhu. J. Devís ve své práci (Devís, 2001) tvrdí, že díky sportu se děti učí respektovat názory většiny, dokážou chápat sociální rozdíly a naučí se vhodně odbourávat stres a agresivitu. Sportovní aktivity neprospívají pouze zdravému rozvoji dítěte (např. předcházení obezity a jiným zdravotním obtížím), ale také k podpoře zdravého životního stylu, respektování pravidel a soužití ve skupině. Role vedoucího těchto aktivit je nezastupitelná (Abarca-Sos, 2015). Přestože hra má stále velký význam při trávení volného času, postupně ustupuje jiným činnostem s ohledem na přibývajících povinnosti ve škole. Vždy přispívá k udržení duševní a tělesné rovnováhy a je zdrojem radosti v každém věku (Míšurcová, 1989).

### 3.3 Typy a organizace her

Hry pro děti mladšího školního věku lze dle J. Havířové (Havířová, 2005) rozlišovat na řečové, vědomostní, jazykové, hry na rozvoj fantazie a představivosti a hry na smysly. Stejně tak jako vhodný výběr hry je důležitá také její správná organizace. Pokud má být hra správně organizována, pak je třeba učinit správně mnoho kroků, počínaje správným výběrem hry. Dle M. Tůmy aj. Tkadlece (Tůma, 2010) musí vedoucí osoba nejdříve správně zvolit hru co se týče bezpečnosti a podmínek hry. Důležitou roli hraje prostředí, jež má vedoucí k dispozici. Následně je třeba správně volit čas her, kdy je nutné podle typu hry volit správné načasování. Do organizování her patří též volba správného počtu hráčů, tedy jejich minimální a maximální počet. Při organizaci her hraje důležitou roli osoba vedoucího, učitele či instruktora. Dobrý instruktor by měl být flexibilní, tvořivý, překvapivý, neměl by uplatňovat stereotyp, měl by mít schopnost učit se, pozorovací schopnosti, sebeuvědomění, upřímnost a například by měl být otevřený novým věcem a zkušenostem (Pelánek, 2008). Současně hraje roli jeho správná motivovanost a dostatek chuti tuto roli vykonávat. Organizátor her si uvědomuje možné problémy a překážky, jež mohou při hrách nastat. Vlastní realizace hry znamená účastníky seznámit s názvem hry, dějem a pravidly (Tůma, 2010). Poté jsou hráči rozdělení do případných týmů, je oznámen způsob zahájení a ukončení hry. Je možné zmínit taktické a etické zásady hry. Je zahájena hra, po jejím ukončení jsou sděleny výsledky či pořadí účastníků.

Nabídka her je dle současné literatury značně široká. Nabízejí se rozmanité hry od velice zkušených autorů, jež přesně hry popisují. Je však důležité si uvědomit, že děti jsou různé, a každé z nich je naprosto individuální, proto nemohou všechny hry vyhovovat všem. Hlavně je třeba zvážit, na jaké intelektuálové úrovni se dítě nachází. Následně je třeba přihlídnout k tomu, jaký je věk dítěte, zdali umí číst a vyjadřovat se, či jaká jsou jeho očekávání na hru. Mezi hry, které určitě děti osloví patří „**Hra plnění úkolů**“. Děti jsou v přírodě, kde plní úkoly, jako je například přinést pět listů, z nichž každý musí být jiný, najít dva stejně velké kamínky, najít něco, co do přírody nepatří či říci tři slova na zadané písmeno, které děti v přírodě vidí. Děti jsou za svoji aktivitu odměňovány body, a nakonec je určen vítěz, který má bodů nejvíce. Zábavnou hrou uvnitř místnosti pro děti, které již umí psát je hra s názvem **Najdi a zapiš**. Každý z hráčů má papír a tužku. Je určeno písmeno a děti musí zapsat co nejvíce slov na dané písmenko, které v místnosti skutečně vidí. Po skončení časového limitu každý z hráčů přečte svá slova a děti si spočítají body. Poté je určeno další písmeno a hra pokračuje. Děti mohou při hře běhat a slova na určené písmenko

hledat nebo klidně sedět. Naopak pro hyperaktivní děti je podle D. Jucovičové a H. Žáčkové vhodná hra „**Všechno lítá, co má peří**“ (Jucovičová, 2015). Děti si stoupají a zvedají ruce, pokud předmět lítá, v opačném případě si lehají nebo sedají. Procvičí tak myšlení současně s pohybem. Při nedostatku materiálních či časových možností je velice vhodné využít hru v názvem „**Na co myslím?**“ Jedno dítě je zvoleno a na něco nebo někoho konkrétního myslí. Myšlenou osobu nebo objekt, na který dítě myslí, musejí ostatní také znát. Poté se ostatní postupně ptají za pomoci otázek, na něž lze odpovídat pouze ano a ne. Postupně těmito otázkami zjistí, na co nebo na koho dotyčná osoba myslí. Cílem není najít vítěze, ale spíše se pobavit a zapojit myšlení. Děti tak rozvíjejí svoji kreativitu, myšlení a řeč. Pro všechny děti jsou vhodné různé hry s míčem. Velice stará, ovšem dodnes hraná hra nese název „**Školka**“. Děti se při hře, kdy vyhazují a poté chytají míč, učí správné koordinaci celého těla, včetně rukou, což může postupně vést k řešení obtíží s motorikou. Hra Školka je vhodná také pro děti s ADHD, protože vedoucí nebo rodič může určit stupeň její obtížnosti.

Zvláštní kategorií jsou hry, které jsou cíleně nesoutěživé a podporují prvky spolupráce, a především rozvoj sociálních dovedností. Pro práci s dětmi s ADHD ve třídě navrhuje J. Berenguer ve své práci (Berenguer, 2002) diskutuje několik vhodných přístupů. Z výsledků je patrný vliv osobnosti vedoucího skupiny a dynamiky programu. Zajímavým výsledkem, který vyplývá z publikace (Monard, 2013), je rovnání soutěživých a nesoutěživých prvků při sportovních aktivitách. Ukazuje se, že je i při sportovních aktivitách vhodné zařazovat nesoutěživé prvky. V současné literatuře je možné nalézt trend, který k podpoře rozvoje osobnosti dítěte využívá hudby a divadla. Je to typický nesoutěživý herní prvek, který má velký potenciál k rozvoji osobnosti dítěte a posílení jeho pozice ve skupině. Využití prvků muzikoterapie při primárním vzdělávání je možné nalézt v (Bezoušková, 2019). Dramaterapie jako vhodného prostředku při rozvoji schopností dítěte v mladším školním věku navrhuje ve své práci (Mohammadreza, 2011) využít M. Bahrani. Je zajímavé, že tyto složky práce jsou vyhledávanou herní aktivitou především v mladším školním věku. Specifika nejen nesoutěživých herních aktivit, které je možné realizovat s dětmi s ADHD jsou diskutovány v práci (Lee, 2015). Zde jsou diskutovány především aspekty snížené schopnosti koncentrace pozornosti a její vliv na výběr herních aktivit. Nabídku vhodných nesoutěživých her pro děti s ADHD je možné nalézt v (Shapiro, 2020). Zde jsou do souboru zařazeny především hry na rozvoj sociálních dovedností, podporu sebedůvěry a sebekontroly.

## 4 DUHA JASMÍN

### 4.1 Volnočasové aktivity a spolková činnost

Způsob trávení volného času tradičně formuje osobnost dítěte a podílí se na jeho dalším směřování a uplatnění v budoucím životě. Osobnost vedoucího hraje nezastupitelnou roli vzoru srovnatelnou s pedagogem na základní škole. Pravděpodobně i vyšší. Dítě se s vedoucím setkává během trávení volného času a sleduje, jak dospělý vedoucí v různých situacích ob stojí. Dítě tak neformálně přebírá vzorce chování, které testuje v době dospívání a aplikuje ve svém dospělém životě. Osobnost vedoucího se tak stává klíčovou při osobnostním a sociálním rozvoji dětí a mládeže (Hofbauer, 2004).

V České republice má spolková činnost bohatou historii. Kořeny lze nalézt v 19. století, kdy vznikají tělovýchovné spolky. Jejich hlavním posláním je nabídnout společné aktivní trávení volného času, který tak získává nový rozměr. Oproti tradičnímu pojetí „odpočinku po práci“ se spolky věnují rozvoji osobnosti člena. Typickým zástupcem je Tyršův Sokol zaměřený na všestranný rozvoj zdravého člověka (Kössl, 2018). Aktivity cíleně věnované volnočasovým aktivitám připravovanými pro děti a mládež je možné nalézt na počátku 20. století, kdy Robert Baden-Powell zakládá skauting (1907, Anglie) (Lásková, 2017). U nás prvky skautské výchovy přebírá Antonín Benjamin Svojsík. V období první republiky pak dochází k velkému rozvoji oddílové činnosti (Lom, 1990). Po problematickém období 1948–1989, kdy byla spolková činnost silně regulována a spojována se silným ideovým podtextem, se otevírá široká paleta možností trávení volného času. V novodobé historii je tak kladen větší důraz na osobnost vedoucího. Spolková činnost získává nezastupitelnou roli v utváření identity dítěte a mladého člověka (Bláhová, 2016).

Rozpadem Socialistického Svazu Mládeže (SSM) v roce 1989 mládežnické organizace ztratily centrální koordinaci. Demokratické podmínky umožnily masivní rozvoj dobrovolnických organizací, které nabízely mnoho alternativ trávení volného času. Lze mezi nimi nalézt klasické tábornické oddíly v České tábornické unii, pokračovatele Svojsíkovi tradice v Junáku-českém skautu nebo např. mezi mladými hasiči (Bláhová, 2016). V první polovině devadesátých let byla mezi spolky patrná nechuť svou činnost koordinovat pod jednou značkou. Touto rolí se měla zhostit Duha založená na odborném semináři „Mládež a tělovýchova“ konaném v rekreačním středisku SSM v Seči těsně před listopadem 1989.

Svým zaměřením postaveném na myšlence **Přátelství rozrůzněných** Jana Šimáně Galéna (Galén, 2013). Demokratický vývoj po roce 1989 ovšem znamenal transformaci Duhy do demokratického spolku nabízející volnočasové aktivity pro děti a mládež. Krátce vybrané spolky zaštiťoval Kruh sdružení dětí a mládeže. Po jeho problematickém konci tuto roli převzala Česká rada dětí a mládeže (Vondráková, 1999). Ta v současné době zastupuje více než stovku organizací dětí a mládeže z celé republiky a hájí především jejich zájmy směrem k národním orgánům (MŠMT ČR) a koordinuje vybrané aktivity. Transformovala se do sebevědomé střešní organizace, která vytváří podmínky pro činnost organizací dětí a mládeže bez ohledu na jejich velikost a zaměření. Více viz (Česká rada dětí a mládeže, 2021).

V rámci této práce je popsáno využití nekompetitivních her ve volnočasových aktivitách dětí a mládeže. Vzorem k tomuto je možné nalézt v základních myšlenkách zapsaného spolku Duha. Organizace dětí a mládeže, která již více než tři desítky let staví na demokratických principech, otevřenosti a toleranci. Duha své základy identifikuje v myšlenkách svého otce zakladatele **Jana Šimáně Galéna**, dlouholetého šéfredaktora dětského časopisu ABC (Benoni, 2019). Duha svou činnost staví na principech zážitkové pedagogiky a propojuje více než 90 základních článků, pobočný spolků, z celé republiky, které integrují více než 4000 členů (Duha, 2021). Pro její činnost je charakteristická otevřenost činnosti s propojujícím motivem netradičních forem výchovy, výměny zkušeností a hledání nových cest rozvoje dítěte a mladého člověka. Základním článkem je pobočný spolek, který se v Duze nazývá „dužina“. Jejich činnost je velice pestrá a zahrnuje aktivity od klasické turistiky a táboření, přes vodáctví, divadlo, deskové hry nebo například podporu dobrovolnictví, participaci mladých lidí a jiné. Jako typické zástupce lze zmínit např. přerovskou dužinu Klub Dlažka (Duha Klub Dlažka, 2021), olomouckou Duhu Štít nebo Duhu Rysi. Duha Zámeček je dužinou z Havířova, která se zabývá přípravou volnočasových aktivit pro děti z dětských z celého ČR. Vydává časopis Zámeček (Zámeček, 2021), který je jediným oficiálním médiem dětí z dětských domovů a celostátně oceňovaným (např. 2. místo v soutěži Zlatý středník v roce 2014). Dále je možné zmínit již více než dvacet let působící pražskou dužinu Duha Jasmín, která pracuje s dětmi s ADHD a školsky neúspěšnými. Aktivity tohoto pobočného spolku budou představeny v kapitole 4 této práce. Duha je nositelem titulu MŠMT ČR „Organizace uznaná MŠMT pro oblast práce s dětmi a mládeží“ a má významné postavení v českých i mezinárodních organizacích dětí a mládeže (např. IYNF – Mezinárodní přátelé přírody, ČRDM – Česká rada dětí a mládeže).

V roce 1998 Duha stála při organizaci prvního celostátního představení dětských organizací „Hrad patří dětem“, kdy po dohodě s prezidentem V. Havlem se pražský hrad a jeho Jelení příkop přeměnil na víkend na dětské království (Hrad patří dětem, 2000). Další rok na tuto tradici již navázala známá Bambiriáda na pražské Střeleckém ostrově (Hrzal, 2002) a postupně se víkendová aktivita rozšířila do celé České republiky (Zavadilová, 2012). V rámci duhové praxe je možné jako již tradiční nekompetitivní prvek ocenění vedoucích známé jako „**Březový lístek**“, odkaz Jana Šimáně Galéna známá již od šedesátých let (Březový lístek, 2021). Nesoutěžní aktivita, která neformálně oceňuje vedoucí dlouhodobě pracující s dětmi a mládeží napříč všemi spolky v ČR. Základním principem je budování pyramidy nositelů, kteří oceňují vedoucí ve svém okolí. Bez návaznosti na oficiální strukturu.

Spolková činnost hraje klíčovou roli při formování osobnosti dítěte a má potenciál ovlivnit budování společenských hodnot dospívajícího člověka (Bláhová, 2016). Často nacházíme jejich uplatnění i v neformálním vzdělávání. Tradičním vyvrcholením činnosti jsou pak letní tábory, kdy je možné intenzivně rozvíjet osobnost dítěte. M. Pražáková v (Pražáková, 2020) se zabývá využití letních táborů k rozvoji znalostí a dovedností žáků o geologická témata. Samozřejmostí je také pestrá nabídka volnočasových aktivit pokrývající zájmy dětí a mládeže, kdy kromě zapojení do dlouhodobé spolkové činnosti se dítě také může zúčastnit jednorázové pobytové akce. Volba jejich zaměření se liší podle sociálního a rodinného zázemí rodiny (Rešková, 2015).

## **4.2 Duha Jasmín v perspektivě spolkové činnosti**

V devadesátých letech byla obnovena činnost klasické spolkové činnosti a objevila se pestrá nabídka volnočasových aktivit pro děti a mládež. Pro rodiče dětí se jím stal především obnovený Junák nabízející výchovu založenou na tradičních prvcích skautingu (Šebestová, 2010). V případě zapojení dětí a mládeže se znevýhodněnou zdravotní nebo sociální pozicí se ovšem objevují překážky a je třeba dbát na důraz na integrační prvky práce vedoucího (Lásková, 2017). V této době J. Budíková, P. Páta a autorka této práce (L. Pátová) reagují na potřebu nabídky dlouhodobé práce s dětmi se znevýhodněnou startovní pozicí a v roce 1997 zakládají Duha Jasmín jako základní článek s pořadovým číslem 40 občanského sdružení Duha, sdružení dětí a mládeže pro volný čas, přírodu a recesi (Duha Jasmín, 1997). Reagují tak na neukotvenost dětí převážně s ADHD v 90tých letech. V té době prakticky chyběla nabídka soustavných volnočasových aktivit pro tyto děti. V obvyklé spolkové



činnosti se děti s touto diagnózou a problematickým socio-kulturním zázemím obtížně uplatňují. Opakuje se u nich obvyklý vzorec neúspěchu známý ze školního prostředí a po krátké době z obvyklých oddílů odcházejí. Ukázala se potřeba vytvoření cílených aktivit, které nabídnou těmto dětem možnost zapojení do celoroční činnosti, a především zažití pocitu úspěchu (Pátová, 2019). Od počátku své činnosti Duha Jasmín propojila své aktivity s Pedagogicko-psychologickou poradnou (Prahy 7 a později Prahy 11), v úzké návaznosti na učitele a rodiče své cílové skupiny.

Během uplynulých dvaceti let se do činnosti Duhy Jasmín zapojilo již více než 300 dětí, které s oddílem prožily část svého dětství. Základním principem činnosti je totiž dlouhodobá systematická práce, která umožní efektivní formování osobnosti dítěte. Typický člen Duhy Jasmín prožije v oddíle mnoho let a v dospělosti se do Duhy Jasmín vrací (jako rodič nebo dobrovolník). Při formování dětské skupiny se vždy klade důraz na zdravou skladbu pokrývající potřeby účastníků. Lze konstatovat, že více než 70 procent skupiny jsou klienti PPP, dále jejich kamarádi a sourozenci. Skupinu tvoří především děti s diagnózou ADHD, specifické poruchy učení a dále děti s problematickým rodinným zázemím (tj. sociokulturně znevýhodněné prostředí). Duha Jasmín pracuje čistě na dobrovolnické bázi a jeho vedoucími jsou to typicky studenti speciální, resp. sociální, pedagogiky.

### 4.3 Prvky práce v Duze Jasmín

Zásady uplatňované ve skupině a na akcích organizovaných Duhou Jasmín se formovala s přispěním mnoha generací vedoucích a dobrovolníků. Postupně vykryštovaly do stabilní podoby, která umožňuje novým členům skupiny zapojení bez obtíží.

Klíčovou myšlenkou Duhy Jasmín je „**Zažij pocit úspěchu a přijetí**“. Účastníci akcí jsou typicky děti neúspěšné ve škole a v kolektivu vrstevníku. Díky sociální nezralosti nerozumí důvodům své neúspěšnosti a považují to často za své selhání. Postrádají jistý aspekt sociálních dovedností. V bezpečném prostředí funkční a stabilní skupiny se učí číst a aplikovat prvky sociálních dovedností. K tomu je důležitá spolupráce s rodiči a učiteli na linii dítě – vedoucí – rodič – učitel – dítě. Dítě v Duze Jasmín má možnost si v rámci nesoutěživých prvků vyzkoušet překonávání překážek. Vzhledem k tomu, že každé dítě má hranici překážek postavenou různě vysoko, je důležité jejich citlivé nastavení. Často je možné se setkat s diametrálně odlišnou hranicí. Jako příklad je možné zvolit např. obvyklé přespání pod širákem v lese. Pro někoho není problém strávit noc o samotě v lese. Jiné dítě ovšem obtížně akceptuje opuštění bezpečného prostoru uzavřeného stanu. V takovém

případě je třeba volit postupné překonání a případné posunutí tohoto limitu. Emoční korekce postavené na tomto principu vytvářejí bezpečné prostředí. Na jeho vytvoření mají klíčový vliv především zkušenosti vedoucí a citlivé složení skupiny dětí a mládeže.

Děti často v Duze Jasmín zažívají něco, co neznají z běžného prostředí a obvyklého dětského kolektivu. Jasmínové hodnoty se vytvářejí během celoroční práce, ale prohlubují a fixují se především na výjezdech. Přijetí skupinou a dospělým je mimo jiné postavené na principu, kdy např. vedoucí svou zpětnou vazbu staví na hodnocení aktivity. Nikdy však osobnosti dítěte. Během vzdělávání vedoucích Duhy Jasmín se hovoří o principu: „**Hodnota činnosti, vždy se oprostí od hodnocení osoby dítěte.**“ Akceptující a bezpečné prostředí může vést k testování hranic a důsledku jejich překročení. Obvyklé je to především na dlouhodobých výjezdech, zimních a letních táborech. Na těchto akcích dochází k intenzivnímu prožitku a pobytový charakter akce toto umožňuje. Klíčovou roli hrají zkušenosti vedoucí, kteří jsou schopni jasné hranice nastavit a především dodržet. **Být pro dítě čitelný.**

Testování hranic a důsledku jejich překročení se může také projevit jako důsledek projekce zkušeností dítěte z běžného života. Dítě si tak realizuje skryté myšlenky a touhy. Ve skupině dětí Duhy Jasmín k takovým projevům dochází obvykle u „nováčků“, kteří s námi prožívají např. svůj první tábor. Jejich vedoucí mohou být tímto projevem zaskočení. Dítě totiž reaguje bez jasného podnětu. Příkladem může být zkušenost získaná během prvního pobytu **Tomáše (12 let)** na letním táboře Duhy Jasmín s diagnostikovanou hyperaktivitou (ADHD). Tomáš se do činnosti zapojil na konci prvního pololetí školního roku, navštěvoval kroužek Duhy Jasmín a několik výjezdů. V minulých letech dva letní tábory pořádané jinými organizacemi předčasně ukončil. Na konci prvního pololetí mu za kázeňské prohřešky hrozila zhoršená známka z chování. Duhu Jasmín mu doporučila třídní učitelka. Třetí den pobytu na našem táboře se během odpoledního programu na louce u lesa vzdálil od skupiny, tzv. „utekl z tábora“. Vedoucí oddílu velice rychle zjistili, že Tomáš ve skupině chybí. Zastavili organizovanou aktivitu a svou pozornost věnovali hledání ztraceného Tomáše. Velice rychle zjistili, že se Tomáš vzdálil bez dovolení na kraj louky, do bezpečného prostředí lesa. Zde se skryl a ze vzdálenosti pozoroval reakci vedoucích a celé skupiny. Po několika minutovém hledání skupina Tomáše našla a mohla se na louku vrátit a hru dokončit. Tomášovi se věnovala oddílová vedoucí. Svou reakci zdůvodňoval reakcí na nespravedlnost během hry na louce: „*Byl jsem nespravedlivě vyřazen z aktivity a vedoucí mě tím poškodil.*“ Ukázalo se, že Tomáš pochází z problematického prostředí,

neúplné rodiny. Přehnaná snaha získat pozornost matky vede Tomáše k úporné snaze být úspěšný ve škole. Bohužel to ovšem díky své hyperaktivitě obvykle bere za špatný konec. Není schopen akceptovat pravidla hry a skupiny. Nerozumí, proč se mu nedaří a proč ho matka neoceňuje. V bezpečném prostředí tábora si mohl podvědomě otestovat reakci dospělého a ověřit si svou pozici ve skupině vrstevníků. Byl vnitřně motivovaný otestovat si své pocity v roli uprchlíka z domova. Cennou zkušeností pro něho bylo zjištění, že skupina o něho stojí a že ho hledá. Samozřejmě, že Tomášovo porušení pravidel nebylo nijak „trestáno“. Tomášovi bylo umožněno dát si „chvilku oddech“ a vrátit se do hry později. Získaná zkušenost umožnila Tomášovi odplavit nepříjemné pocity a zapojit se do funkční pozice ve skupině. Ukázalo se, že tuto reakci vyvolalo bezpečné prostředí tábora a nepřiměřená soutěžní hra spojená s vyšší dávkou adrenalinu. Na obvyklém setkání s rodiči dětí po táboře bylo možné pohovořit s matkou Tomáše a pomoci jí v porozumění některých reakcí Tomáše. Uvedená zkušenost mimo jiné ilustruje velký význam dlouhodobé spolupráce s dítětem a rodiči. Vedoucí tak účastníky akcí, „své děti“, dobře znají a mohou lépe reagovat na jejich potřeby. Stabilita skupiny umožňuje lépe pracovat s neúspěšnými dětmi a umožňuje jim snadné začlenění do společných aktivit.

## 5 AKTIVITY DUHY JASMÍN

Pobočný spolek Duha Jasmín za svou více než dvacetiletou historii postupně do svých aktivit zařadil mnoho zajímavých prvků, které se staly charakteristickým vzorem pro práci s dětmi s ADHD a nácvikem sociálních dovedností. Během této doby se dlouhodobě zapojily stovky dětí především z regionu Prahy a Středočeského kraje, ale i mimo něj. Účastníci v Duze Jasmín strávili mnoho let svého dětství a postupně se tak měnila jejich potřeba a očekávání (Pátová, 2019). Program pro ně připravovalo již mnoho desítek dobrovolníků, vedoucích Duhy Jasmín. Vzhledem k náročnosti skupiny dětí a mládeže se nejčastěji vedoucí etablovali z řad studentů speciální a sociální pedagogiky, psychologie a studentů organizace volnočasových aktivit. Vždy bylo nutné dbát na kvalitní vzdělávání těchto dobrovolníků a jejich přípravu na práci s dítětem s ADHD. Osvědčil se nám model skupiny založený na rodinném principu. Celá skupina Duhy Jasmín je tvořena asi 25–32 dětmi. Sociální a zdravotní složení skupiny je klíčové. Velký důraz klademe na vyváženou skladbu dětí tak, aby bylo možné pokrýt potřeby dětí a nedocházelo k nežádoucím interakcím mezi dětmi a interferenci vztahů. Děti jsou typicky rozdělené do 4 skupin (6–8 dětí), obvykle nazývané oddíly, týmy nebo kmeny. Každé skupině se věnují dva vedoucí. Cílem je vytvořit rodinný model pokrývající mužskou a ženskou roli. Obvykle jeden vedoucí je zkušenější, oddíl vede.

Základní princip práce Duhy Jasmín, který byl představen v předchozí kapitole, založený na myšlence upřednostnění „**cesty před cílem**“ je inspirovaný vzorci známými z funkční rodiny. Vedoucí tak přispívají k zaměření činnosti Duhy Jasmín a obohacují naše aktivity podle svého zaměření a svých koníčků. Na tomto místě je možné zmínit jen několik zajímavých aktivit. Měli jsme příležitost se věnovat astronomii a pozorovat hvězdy. Dále jsme během víkendových aktivit navštívili veřejnosti nepřístupné jeskyně a vyzkoušeli si roli speleologa. Velkou oblibu získal víkendový výjezd (výprava) s motivací vaření přezdívaná Labužník. Ze sportovních aktivit by bylo možné zmínit např. letní tábory s koňmi, které jsme připravovali v devadesátých letech nebo vodácké výpravy na raftech, kdy některé děti měly poprvé v životě možnost si vyzkoušet tuto aktivitu. Před asi dvaceti lety se do naší činnosti zapojili vedoucí, kteří nám nabídli možnost vyzkoušet filmové aktivity. Děti se tak na několika akcích staly opravdovými filmovými hvězdami. Výsledkem byla mimo jiné realizace dvou autorských krátkých filmů **Zazimování lesa** (1999) a **Kamarádi z jedné čtvrti** (2003), který měl premiéru v multikině Ládví. Pestrost nabízených

aktivit nám umožňuje vytvářet zajímavý program a soustředit se především na rozvoj osobnosti dítěte.

## 5.1 Zásady přípravy programu

Při přípravě programu je třeba kromě vlastní herní náplně, motivace a pedagogického cíle programu klást důraz na organizační stránku věci. Je potřeba myslet na vhodnou časovou dotaci, přípravu pomůcek a vhodnost aktivity pro cílovou skupinu. Tuto vhodnost posuzujeme nejen z pohledu věku a složení skupiny, ale také v kontextu ostatního programu, prostředí a denní doby. Například není vhodné na konec schůzky zařazovat pohybovou aktivitu, ale spíše volit zklidňující hru. S ohledem na specifickou skupinu dětí v Duze Jasmín bych ráda uvedla ještě jeden princip, na který se obvykle při přípravě zapomíná: „**Každá aktivita má svůj začátek a konec!**“. Je třeba plánovat předem a nechat prostor i na reflexi činnosti. Tzv. hru vydýchat a dát možnost hráčům ventilovat případné křivdy. Osvědčilo se mi v případě sporu rozhodovat metodou „**Opakování situace**“. Nerozhoduji, kdo má v případě nejasného sporu pravdu, ale dám šanci herní prvek prožít ještě jednou. Děti tuto možnost vítají a je to přirozená reakce na případnou nespravedlnost. Říkáme si: „Zkus to ještě jednou, pravda se ukáže!“. Necháme opakovat hod na cíl, vrátíme míč do hry ve vybižené nebo necháme situaci vrátit zpět. Vedoucí, kteří poprvé připravují svou aktivitu, často volí velké množství her a tzv. „**nadupaný program**“. Nám se osvědčil flexibilní program reagující na počasí, podmínky a motivaci dětí. Herní prvky máme v zásobě a vhodným způsobem je zařazujeme do programu.

Činnost Duhy Jasmín je realizována formou různých aktivit, které je možné podle charakteru metody práce s dětmi a mládeží rozdělit do těchto skupin. Základem je dlouhodobá celoroční činnost, která je realizována na pravidelných schůzkách v klubovně každý týden. S tím je spojený pravidelný (cca třikrát ročně) kontakt s rodiči jasmínových dětí. Dále jsou to víkendové akce, výjezdy. S dětmi je označujeme jako výpravy a podle možností vedoucích je realizujeme cca 1x měsíčně. Obvykle jsou jednodenní do blízkého okolí Prahy nebo víkendové akce do vzdálenějších míst. Výpravy se nám osvědčily jako vhodný model, jak si děti mohou vyzkoušet delší pobyt nanečisto. Známým vyvrcholením činnosti Duhy Jasmín jsou pobytové akce, tábory. V Duze Jasmín realizujeme dva tábory. Jeden o jarních prázdninách, kterému říkáme zimní, a druhý o letních prázdninách. Během zimního tábora pro děti připravujeme pobyt na horách. Je patrné, že většina jasmínových dětí nejsou zdatnými lyžaři. Umožňujeme jim tak vyzkoušet si aktivitu, na kterou často není

s rodiči prostor. Letní tábor je žádanou aktivitou, která nám umožňuje cíleně s dětmi pracovat.

Při přípravě výjezdu je třeba klást velký důraz na přípravu organizační a programové stránky akce. Organizace akce má dvě roviny. Přípravu a realizaci výjezdu z pohledu hospodaření, zajištění zázemí, dopravy a stravování. Druhý pohled je možné volit na základě práce s cílovou skupinou. V tomto případě zařazujeme do této oblasti strukturu a plán akce. V Duze Jasmín se osvědčila struktura, která je založená těchto bodech:

- Přivítání účastníků na akci.
- Seznámení s prostorem a lokalitou.
- Společná formulace pravidel („Jak se chceme k sobě chovat“). Často volíme i interaktivní nebo dramatické ztvárnění.
- Očekávané aktivity a naše přání. „Co bychom chtěli zažít. Které hry a aktivity si chceme zahrát, zažít.“. Ke ztvárnění volíme flip chart, na který aktivity vypisujeme.

V případě potřeby probíhá „**Hlasování**“ pohybovou hrou. Děti se v místnosti seskupují podle stejného názoru. Případně všichni navrhovatelé stanovisek se snaží přesvědčit ostatní o svém názoru najednou. Rozmístění také může být v rozích místnosti. Tato forma hlasování je vhodná pro rozbití statických aktivit a zvýšení participace dětí na rozhodování. Před odjezdem a ukončením akce proběhne:

- Rekapitulace aktivit, které si z plánu odškrtnáme.
- Reflexe akce. Pozitivní naladění do příště.
- Volba názvu akce a hlasování o příští výpravě.

## 5.2 Aktivity nácviku sociálních dovedností

Zkušené vedoucí vytvářejí program šitý na míru schopnostem dětí. Ukázalo se, že je velice důležité se věnovat nácviku **sociálních dovedností**. Umožnit v kolektivu neúspěšným dětem se lépe orientovat v běžném sociálním prostředí vrstevníků a při interakci s dospělými. Důležité je pracovat na schopnosti čtení emocí a umět se v nich orientovat. Děti si při těchto aktivitách vyzkouší různé role a bezpečně otestují reakci kolektivu na své chování. Důležité je ovšem vše zakládat na otevřeném přístupu s akceptací osobních potřeb.

V každé dlouhodobě fungující skupině se identifikace se skupinou vytváří na základě společných zážitků a rituálů. V Duze Jasmín se zformovalo několik zajímavých prvků, které je na tomto místě možné zmínit.

### **Přivítání a rozloučení**

Všichni účastníci se na začátku a konci akce zdraví podáním ruky. Jednoduchý symbol pozdravu odděluje civilní část od začátku akce. Po pozdravu o sobě víme a můžeme společně začít. Je to odlišný princip např. známý ze školního prostředí, kdy třída jednotně zdraví učitele při příchodu do třídy. Podáním ruky se dále vždy ukončuje hra. Soupeřící týmy si podají ruku a slovně poděkují za hru. Opět tak dochází k oddělení aktivity a role soupeřů od dalšího programu. Snažíme se tak dětem vštěpovat uvědomění, kdy hrajeme hru podle pravidel. V běžném, např. táborovém, životě nesoupeříme, ale spolupracujeme.

### **Nástup v kruhu**

Program každé schůzky, výpravy nebo dne na výjezdu začíná a končí nástupem. Během nástupu se probírají důležité informace nezbytné k organizaci dne. Dále zde probíhá reflexe programu a sdílení zážitků. V Duze Jasmín volíme formu nástupu odlišnou od obvykle využívaných. Nástup je realizovaný v kruhu, kdy mezi dětmi jsou vedoucí. Nikdo nemá zvláštní místo a je snaha, aby se vedoucí mezi dětmi rozmístili rovnoměrně. Kruh je okamžik, který má pevnou strukturu. Po krátkém přivítání proběhne reflexe zážitků. K vyjádření se kromě obvyklého sdílení využívá orientační hlasování pomocí tzv. „**Barometru**“. Každý výškou zdvižené ruky ukazuje svou odpověď na škále od nuly do maxima. Je to tak nenásilné vyjádření spokojenosti. Děti tak mohou bezpečně dát najevo případnou nespokojenost. Bez nutnosti vystoupit z řady. Barometr vedoucí kruhu využívá k informaci i prožité noci. Volí nenávodné, jednoznačné otázky např. „Ukažme si, jak jsme si hru užili. Ruka dole znamená vůbec, v úrovni ramen normálně, nad hlavou super. Jdeme na to znovu?“, „Bylo to pro nás fyzicky náročné?“, ale třeba také: „Bylo nám v noci ve stanu zima? Ruka dole znamená hrozně, v úrovni ramen normálně, nad hlavou horko.“ Je důležité, aby během této zpětné vazby vedoucí sledovali reakci dětí. Případně cíleně zvolil doplňovací otázky, případně i mimo kruh s dítětem nespojenost individuálně proberou. Kruh dále pokračuje organizačními informacemi.

Nástup v kruhu je obvykle zakončen společnou písničkou. Při prvním táborovém nástupu se volí jasmínová hymna. Naopak večerní nástup je zakončen večerní ukolébavkou. Na běžné schůzce volíme zakončení formou „**Signálu**“. Posílání signálu je vhodná forma

zklidňující aktivity. Účastníci se v kruhu propojí a vytvoří řadu, ve které se drží za ruce. Zklidní se, mlčí a zavřou oči. Soustředí se na svůj dech a vedoucí aktivity vyšle signál stiskem ruky vybraným směrem. V okamžiku, kdy účastník hry ucítí stisk ruky, pošle ho po kruhu stiskem ruky souseda na druhé straně. Někdy se zklidnění nepodaří na první pokus. V tom okamžiku je dobré aktivitu přerušit. Otevřít oči, vytřepat ruce a například nechat děti vyskočit: „Aby nám nikdo nestál na vedení...“.

Dalšími oblíbenými hrami, které vhodným způsobem posilují zdravé sociální vazby mohou být například „**Co by to bylo, kdyby...**“ nebo „**Co jsem – co umím – co mám**“. Zařazené do repertoáru jasmínových her podle (Hranostaj, 2021, s. 73, 565).

---

### Co by to bylo, kdyby...

*Klidová hra, do místnosti, do vlaku, nácvik sociálních dovedností, menší skupina*

Cílem hry je podle zvolených charakteristik poznat vybranou osobu ze skupiny. Vybraný hráč opustí místnost, označuje se jako detektiv. Zbytek hráčů ze svého středu vybere jednoho, kterého budou popisovat. Mohou si vybrat i hráče, který místnost opustil. Detektiv se po svém návratu snaží zjistit, kterou osobu skupina vybrala. Klade ostatním otázky typu: „Co by to bylo, kdyby to bylo ...“. Tj. například „Co by to bylo, kdyby to byla květina, jídlo, dopravní prostředek.“ Ostatní na otázky reagují a odpovídají. Nikoliv podle vzhledu, ale podle např. zálib neznámé osoby, jak na ně působí apod.

*Je vhodné, aby se skupina již znala a vedoucí korigoval případné nevhodné reakce.*

---

Uvedené hry se osvědčily nejen k nácviku sociálních dovedností, ale jsou také typickými zástupci **nesoutěživých her**. Je možné je využít k prohloubení vztahů ve stabilní skupině. Vždy je třeba dbát na reflexi her a práci se skupinou.



---

### Co jsem - co umím - co mám.

*Klidová hra, do místnosti, nácvik sociálních dovedností, menší skupina*

Hra je vhodná jako nácvik reflexe ve skupině. Dětem se na záda izolepou upevní kartičky formátu A5. Na kartičkách si předem připravíme návodná hesla Jsem - Umím - Mám. Každý hráč dostane obyčejnou tužku a během hry se pohybujeme volně místnosti. Když potkám jiného hráče, podám mu ruku, pozdravím a usměju se na něho. Slovně ho požádám, jestli mohu mu do památníku něco zapsat. Na kartičku si pak na záda píše pozitivní hesla založená na vybraných heslech – např. Umíš hezky kreslit., Máš hodně kamarádů. Jsi výborný fotbalista. Po skončení hry si děti kartičky sundají. V případě zájmu sdělují ostatním, jaké vzkazy obdržely.

*Je vhodné, aby se skupina již znala a vedoucí korigoval případné nevhodné reakce. Klidová hra, která potřebuje přípravu. Během ní s dětmi probereme možné charakteristiky osoby. Vztahujeme na filmového, literárního hrdinu nebo vedoucí sám na sebe. Hovoříme o silných stránkách osobnosti. Při plánování hry je důležité počítat s větším časovým prostorem nutným na přípravu a vyhodnocení hry.*

---

## 5.3 Nesoutěžní hry vedoucí k rozvoji osobnosti dítěte

Podpora individuálního rozvoje osobnosti dítěte patří mezi nejdůležitější motivaci při volbě skladby programy. Ve skupině, ve které jsou zastoupené děti s ADHD je velice obtížné nalézt jednotné kritérium úspěšnosti. Není možné výkon dětí posuzovat podle normovaných tabulek a očekávaných výsledků. V Duze Jasmín jsou proto zařazovány aktivity, které mají úspěšnost nastavenou podle schopností dětí. Často ovlivněné i sebevědomím a naplnění očekávání dítěte.

V této části práce budou představeny tři aktivity, které jsou typickými zástupci těchto aktivit. Oblíbenou aktivitou je „**Pálení strachu**“, která je vhodnou zkouškou odvahy především pro děti mladšího školního věku a bojácnější nováčky. Hra se odehrává v bezpečném prostředí tábořiště a je možné pracovat s očekáváním dítěte. Náročnost aktivity lze libovolně přizpůsobit schopnostem dětí. Často se ovšem stává, že dítě za světla zvládne vše a má velké očekávání. Během večerního programu ovšem zjistí, že není schopné své

očekávání naplnit. Osvědčilo se tedy již v první fázi hry, kde děti strach ukřívají, provádět drobné korekce. Především tak nenaplnění cíle.

Jako dlouhodobou aktivitu, která je typicky nesoutěžní, je možné zařadit „Smajlíky“. Je to dlouhodobá aktivita, která se v Duze Jasmín osvědčila, jak na výjezdech, tak i běžných oddílových schůzkách. Při plánování hry je třeba ovšem pracovat se skupinou a předem děti

---

## **Pálení strachu**

*Večerní hra, zkouška s přiměřenou mírou obtížnosti, hra k ohni, mladší školní věk*

Hra je vhodnou aktivitou k ohni a zkouškou odvahy pro mladší školní věk. Děti si v odpolední části programu výtvarně ztvární svůj „Strach“. Na papír velikosti A4 ho vykreslí. V této fázi respektujeme soukromí dětí. Pokud nechtějí se podělit s ostatními o obrázek svého strachu, nenutíme je. Vedoucí s dětmi probere možnost vyzkoušet si svou odvalu během večerního ohně. Každé dítě si vybere svůj cíl a do vybrané vzdálenosti od ohniště ukryje svůj obrázek strachu.

Během večerního ohně věnujeme část programu motivačního příběhu o zkoušce odvahy a svých obavách. Děti se pak individuálně odeberou pro svůj strach a mají možnost svůj strach spálit v táborovém ohni. Menší, případněji bojácnější, děti mohou doprovodit starší kamarádi.

Hra končí reflexí pocitů a vhodnou písničkou k odplavení adrenalinu mladších dětí.

*Je vhodné hru za světla uvést krátkým motivačním příběhem o tom, že každý jsme jiný. Každý máme jiné schopnosti a očekávání. Upozornit děti, že každý máme svůj cíl jinde. Stejně tak máme různé obavy. Je to plně v pořádku. Při plánování hry je důležité počítat s časovým prostorem v odpolední části programu, večer a nutné vyhodnocení hry.*

---

připravit na to, že budou ostatním hodnoceny. Aktivita je vhodná pro stabilní skupinu, která již má zažitá pravidla chování. U této hry je důležitá důslednost a citlivé vedení vedoucího. Osvědčilo se její využití v delším časovém horizontu. Dosahuje se totiž lepších výsledků, pokud má dítě možnost „trénovat“. Hře musí předcházet motivace a identifikace cílů. Aktivitu v Jasmínu volíme ke zklidnění hyperaktivních dětí, a především k nácviku sociálních dovedností. Je vhodné, aby děti ve skupině sami identifikovaly své slabé a silné stránky, na kterých chtějí pracovat. Skupina na konci schůzky, resp. dne, hodnotí, do jaké

míry se povedlo cíl splnit. Vedoucí hraje důležitou roli, kdy se snaží udržet motivaci dětí a zároveň korigovat nepřiměřená očekávání. Příkladem může být např. **Jan (8 let)**, který byl velice hyperaktivní a měl velké problémy respektovat pravidla her a chování vůbec. Skákal ostatním do řeči, bral dětem jejich věci a u žádné aktivity dlouho nevydržel. Za svůj cíl si zvolil: „Budu dodržovat pravidla hry a aktivitu vždy dokončím.“ Při hodnocení Smajlíků měl vždy očekávání, že splnil svůj cíl a Smajlíka si zaslouží. Bylo pro něho velkým překvapením, že ostatní děti to vidí jinak. Ruší je jeho neposednost, a především nerespektování pravidel. Jan se poprvé dozvěděl, že svým chováním může ostatním kazit hru a zábavu. Z důvodu udržení motivace Jana musel vedoucí přikročit k dělení Smajlíka a zkrátit hodnotící interval. Bylo třeba na Janově chování pracovat několik schůzek, než zjistil, že s respektováním osobních prostor ostatních to jde mnohem lépe.

---

## Smajlíci

*Hra k upevnění zdravých návyků chování dítěte, mladší školní věk*

Aktivitu je vhodné uvést zavedením pravidel a rozbořem, jaké to je, když mi někdo např. „bere tužku, skáče do řeči, nenechá na pokoji“. Děti si nakreslí několik obrázků Smajlíků, vystříhnou je. Dále buď formulují svůj cíl chování nebo u nově vzniklé skupiny se vracíme k sadě jednoduše formulovaných pravidel. Za splnění vytyčeného cíle si děti mohou Smajlíka nalepit na nástěnku, vyvěsit apod.

Po skončení schůzky, dne, děti v kroužku hodnotí, jak se jim dařilo a zda si troufají na ocenění Smajlíkem. Vedoucí dá také prostor ostatním dětem, aby se k této nominaci vyjádřily. Případně nechá skupinu hlasovat.

*Aktivita, která je postavená na schopnosti vyjádřit zpětnou vazbu k chování ostatních. Vede děti k zamyšlení nad pravidly. Vede ke zklidnění dětí s problematickým chováním. Nutné citlivé vedení vedoucího a korekce případných vysokých cílů.*

---

Třetí osvědčenou aktivitou je plnění „**Lístků Duhy Jasmín**“. Je to dlouhodobá aktivita, která byla inspirovaná dílem J. Foglara a jeho známými bobříky (Foglar, 2005). V tomto případě vedoucí Rikitan připravuje pro svůj chlapecký oddíl sadu zkoušek, které mají prověřit jejich fyzickou zdatnost. Úroveň zkoušek nastavil podle nejschopnějšího z nich. V praxi Duhy Jasmín se ukázalo jako nereálné nastavovat očekávané výkony podle tabulek. Zdatnost, motivace, a především předpoklady dětí s ADHD byly značně rozdílné. Důvodem byly nejen věkové zvláštnosti, ale také naprosto rozdílné sociální zázemí dětí a jejich zdravotní předpoklady. Proto jsme přistoupili k modifikaci těchto kritérií. Lístky Duhy Jasmín jsou založené na motivaci dětí ke zlepšení. Při vyhlášení zkoušky mají děti možnost si „disciplínu“ lístku vyzkoušet a po dohodě s oddílovým vedoucím si samo vytyčí cíl, který si zapíše do svého deníku. Vedoucí dítě motivuje k přiměřenému cíli, který bude reálný a pro dítě splnitelný. Neopakuje se tak situace, kterou dítě zná ze školního prostředí založeném

---

### **Lístky Duhy Jasmín**

*Individuální hra, zlepšení výkonnosti, motivace k dokončování úkolu, mladší a starší školní věk, nácvik jemné motoriky*

Výběr úkolů:

#### **Lístek mrštnosti** (zelenočervený)

Prokaž svou mrštnost tím, že dokážeš přeskočit sám sebe (svou výšku) do dálky snožmo.

#### **Lístek slepoty** (černobílý)

Vyber si kamaráda a stanovte si cíl po jakou dobu vydržíte se zavázanýma očima. Jeden z vás je vidícím patronem. Vystřídejte se! Musíte se účastnit všech společných aktivit.

#### **Lístek hvězd** (černý, bílé tečky)

Nauč se pojmenovat 5 souhvězdí. Souhvězdí namaluj nebo vytvoř z modelíny. Alespoň tři základní se nauč nalézt na noční obloze.

#### **Lístek odvahy** (hnědočerný)

Slož zkoušku, ve které prokážeš svou odvalu.

---

na porovnáním výsledků mezi žáky. Děti za absolvování získají odznaky v podobě různě nabarveného lipového lístku. Obvykle si je vystavují na batoh, tričko nebo košili.

Aktivita, které v Duze Jasmín do svého programu zařazujeme, jsou vždy voleny podle schopností dětí. Mají je motivovat k plnění úkolů, jejichž obtížnost se postupně zvyšuje. Vždy se snažíme, aby děti vedly k posilování zdravých návyků. Především principy: „**Dokončuj svůj úkol.** Neodcházej od rozdělané činnosti.“, „**Každý jsme jiný,** ale svým dílem přispíváme k úspěchu celku.“. Práce ve skupině je založená na rodinném principu. Klademe velký důraz na přiměřené **participaci dětí na rozhodování** a s tím spojené zodpovědnosti za výsledek. Vždy upřednostňujeme cestu, **proces tvorby**, před cílem, tj. výsledkem.

## 5.4 Kaktusáci

Děti se setkávají v klubovně každý týden. Děti si jako jméno svého klubu zvolily označení Kaktusáci. Pravděpodobně pro charakter sociální interakce dětí s ADHD. Na pravidelných schůzkách se skupinou pracují dva vedoucí a dlouhodobou motivací je nácvik sociálních dovedností. Vedlejším efektem je příprava dětí na výjezdové pobyty, a především akceptaci pravidel. Schůzka typicky probíhá v místnosti a má obvyklou délku 90 minut. Do programu jsou zařazovány pohybové i klidové aktivity. Strukturu programu typické schůzky je možné sestavit takto:

**Přivítání podáním ruky.** Každý účastník je na schůzce vítaný a klade se důraz na úvodní rituál. Podání ruky všichni navzájem, pozdravení spojené s pohledem do očí.

**Úvodní kruh.** Nástupy vždy volíme v kruhu. Žádné místo není zvláštní, všichni máme stejnou pozici. Představení dnešního programu.

**Signál.** Tradiční rituál v kruhu, kdy všichni stojí se zavřenýma očima, a jeden vybraný účastník posílá signál po kruhu stiskem ruky sousedovi. Fáze zklidnění a důkaz, že jsme naladěni na stejnou vlnu.

**Reflexe týdne** Každý máme slovo a sdělujeme, co jsme zažili za uplynulý týden. Klidová aktivita

### **Pohybová hra**

1. **Kompot** – přisedaná v kruhu podle druhu ovoce, hlučná pohybová hra

2. **Medvědi** – klidnější pohybová hra, kdy děti podle zvoleného symbolu Medvědi, potopa, vichřice zaujmají pozici na stromě (někomu na zádech), na vyvýšeném místě (např. na židli) nebo vleže na zemi.

**Cílová aktivita schůzky.** Každá schůzka má cílovou aktivitu. Pro tuto schůzku jsem vybrala výtvarné znázornění dobývání Mount Everestu formou společné kresby na velký balicí papír. Děti kreslí v cca 3-4 členných skupinách.

**Motivace na příští výjezd.** Seznámení dětí s tím, co nás čeká na budoucích akcích. Vhodné části programu mohou děti ovlivnit.

### **Pohybová hra**

3. **Království** – dvě skupiny, které představují obyvatele královského hradu. Vypravěč vykládá příběh a při zaznění pojmenování konkrétního obyvatele (např. princezna, zahradník apod.) se musí děti, které tuto roli mají, co nejrychleji zvednout oběhnout metu. Na slovo království obíhají všichni. První získává pro svou skupinu bod.

4. **Elektrika** Klidnější hra zaměřená na posílání signálu a soustředění.

**Reflexe schůzky a vyhodnocení aktivit** Vyhodnocení a reflexe obvykle probíhá formou „**Barometru**“, kdy děti své pocity a hlas znázorňují formou zvednuté ruky.

### **Zakončení schůzky v kruhu a rozloučení podáním ruky**

---

## **Kompot**

*Hlučná pohybová hra do místnost, skupina cca 16–32 dětí*

Hráči se rozdělí na čtyři skupiny a pojmenují podle druhu ovoce na: jablka, hrušky, švestky a třešně. Rozmístí si židle po obvodu čtverce tak, aby na každé straně seděl vždy tým tvořený hráči stejného ovoce. Vyvolávač pak vybírá vždy dvě ovoce, které si musí, co nejrychleji vystřídat strany. První tým získává bod. Zvolání slova **kompot** je pokyn, aby se vyměnily všechny týmy. Který tým první obsadí stranu čtverce získává bod.

*Při hře je třeba dbát na bezpečnost dětí. Je zde riziko uklouznutí nebo srážky více hráčů.*

---

## 5.5 Vybrané nesoutěžní hry Duhy Jasmín

V průběhu činnosti Duhy Jasmín vzniklo několik zajímavých autorských her, které vycházejí ze zkušeností vyplývajících z práce s dětmi s ADHD. První hrou, kterou bych ráda v této práci zmínila je **Noc dlouhých stínů** (pravidla viz příloha práce). Městská hra, která byla do naše repertoáru poprvé zařazena v roce 1999. Inspirací pro tuto hru byla snaha nalézt týmovou soutěž, ve které nebude rozhodovat pouze rychlost, ale také dávka štěstí, a především aktivita skupiny. Hra našla v našem kalendáři pravidelné místo poslední pátek v listopadu, kdy se v podvečer otevírají uličky pražského Josefa. Zajímavou myšlenkou, která byla ve hře použita, je její bodování. Hru hrají 3-4 týmy a body jsou reprezentovány otázkami na místní zvláštnosti. Každá otázka zároveň reprezentuje život skupiny. Skupiny se snaží podle mapy Josefova nalézt místo, na kterém naleznou odpověď na položenou

---

### Elektrika

*Klidová hra do místnost, skupina cca 16–32 dětí, lze nalézt i modifikaci zvanou fax*

Hráči se rozdělí na dvě skupiny. Skupiny edí na židlích ve dvou řadách vedle sebe. Mezi nimi je cca půlmetrová až metrová mezera. Hráči jednoho týmu se v řadě za sebou spojí za zády rukama. Před prvními hráči se na židli položí trofej – např. krabička, míček apod. Během hry nesmí hráči hovořit a dívají se dopředu. Vedoucí vezme poslední v řadě za ruku a současně jim stiskne ruce. Tím do obou řad vyšle signál, který si hráči navzájem předávají. Jakmile signál doputuje k prvnímu, co nejrychleji hmatne po trofeji a chytí ji. Rychlejší získává bod pro svůj tým a hráči týmu se mohou posunout o jednu židli vpřed. V případě falešného poplachu je možné posunout tým o jedno místo vzad. Vyhraje tým, který se první na svých pozicích vymění.

*Hra je klidnou aktivitou a je třeba dbát na vyvážené rozdělení dětí do týmů (např. mladší versus starší děti). Během hry děti mlčí a soustředí se na poslání signálu. Někdy je vhodné nechat děti zavřít oči.*

*Modifikací hry je tichá pošta nazvaná fax. Vedoucí rukou nakreslí na záda posledního jednoduchý geometrický obrazec (kruh, čtverec, domeček). Děti si pak obrazec předávají jako fax kresbou na záda. První v řadě výsledek ztvární na papír.*

---

otázku. Hra je časově omezena a na jejím konci týmy navzájem porovnají body za správné odpovědi, ukořistěné životy a bonus za nalezení doupěte protivníka. Díky tomuto provázanému systému bodování se v týmu uplatní hráči s rozdílnými schopnostmi. Správný tým má ve svém středu stopaře, který hledá odpovědi na otázky, lovce, který se snaží polapit soupeře, strážce doupěte a rychlou spojku. Hra je také příležitostí k rozvoji týmové spolupráce, osobní zodpovědnosti a pohybu ve městě.

Druhá oblíbená autorská hra se jmenuje „**Wanjiny**“. Je to odpolední hra, kterou přezdíváme jako individuální soutěž dvojic. Poprvé byla zařazena v roce 2002 na víkendové akci v Bělči nad Orlicí. Od té doby ji pravidelně zařazujeme na výpravy nebo jedno z táborových odpolední. Zajímavou myšlenkou je klidová fáze hry. Každý hráč získá průkaz, do kterého se značí body získané na vybraných stanovištích. Ve dvojici pak stanoviště navštěvuje. Na každém je pro děti připravená aktivita. Zpravidla je to minisoutěž s vedoucím nebo úkol, který musí splnit. Typickým úkolem může být například stavba věže z 10 kostek s využitím jedné ruky. Děti za splnění úkolu získávají do svého zápisníku obrázek podoby Wanjiny. V případě, že si troufají, mohou na sebe vsadit jednoho z pěti žolíků. V případě úspěchu získají dvojnásobný počet bodů. Finále hry je pak individuální zjednodušená varianta známého „**Setonova běhu**“. Děti vyrážejí na krátkou trasu, na které plní jednoduché úkoly. Za splněné úkoly získají body do celé hry.

## **5.6 Dlouhodobá hra „S Jasmínem na střeche světa“**

V této části práce je představena motivace celoroční hry „S Jasmínem na střeche světa“ a zvolené bodování. Dále koncept celoročního plánu pokrývající celý školní rok a jednotlivé fáze hry. Aktivita byla realizována v Duze Jasmín ve školním roce 2019/20.

### **Motivace hry**

„*Jaký musí být horolezec?*“, ptá se vedoucí dětí na schůzce v polovině září a dozvídá se mnoho charakteristik. Po doplňující otázce: „*Jaké z vlastností jsou nejdůležitější*“ se společně doberou k výsledku, že každý správný horolezec je: zdatný, vytrvalý, kamarádský a spolehlivý. Děti se rozhodnou vyrovnat se takovému horolezci.

Myslíte si, že je těžké vylézt na Mount Everest? Je? A my to společně dokážeme. Nevyrazíme hned teď rovnou na nejvyšší horu světa, ale půjdeme postupně, a tak po částech vystoupáme na tuto horu. „*Kdo pak ví, jak se jmenuje nejvyšší hora naší republiky? Nejvyšší hora Evropy?*“ To budou naše postupné zkoušky, jak jsme zdatní horolezci. Na každé akci,



výpravě, s Jasmínem budeme zdolávat všechny kopce na cestě a jejich výšky si budeme zaznamenávat do naší Horolezecké knížky, kterou vlastní každý správný horolezec. Výšky všech kopců a hor se nám budou postupně sčítat, a tak každý zdoláme nejprve Sněžku, pak Mount Blanc a nakonec Mount Everest. Postupně se z nás stanou horalé a horalky, pak teprve horolezci.

### **Motivace pro vedoucí**

Hra je připravené tak, aby vedla děti k samostatnosti a rozvoji vlastní osobnosti. Zodpovědnost je mimo jiné posilována prvky:

- Dobyť vrcholu Ti zaznamenám jen, když budeš mít svou horolezeckou knížku s sebou.
- Účastni se pravidelných schůzek a především akcí. Na každé můžeš získat metry navíc a něco se dozvědět.

Hra je rozdělená do krátkých etap, která je každá zakončená. Po etapě děti získávají drobnou odměnu. Tento koncept udržuje ve hře maximum dětí, které stále mají o co hrát a soutěžit (srovnej např. s klasickým konceptem dlouhodobých her tzv. „Honbou za pokladem“). Pravidla jsou jednoduchá a čitelná i pro děti mladšího školního věku.

Cílem hry je přivést děti a rozpohybovat je v průběhu školního roku. Ukazuje se totiž, že jejich fyzická odolnost je velice problematická. Často se nám stává, že 5–10 kilometrová cesta bez zátěže je obrovský problém. Je snahou, aby na akcích s Duhou Jasmínem byla tato hra jako motivace v pozadí. Děti s vedoucími v průběhu víkendu s radostí odbočují a dobývají každý kopec, kopeček a vrchol zakreslených v mapách. Vítězí sami nad sebou.

### **Pravidla hry**

1. Hra je otevřená pro všechny účastníky našich aktivit a je možné se do ní zapojit i v průběhu roku. Na každém je volba intenzity zapojení.
2. Cílem hry je během školního roku a prázdnin (září–srpen) vystoupat do celkové nadmořské výšky odpovídající výšce Mount Everestu – tj. 8 848 m nad mořem.
3. Vystoupané metry si účastník zaznamenává do Horolezecké knížky.
4. Metry je možné vystoupat jen na společných akcích s Duhou Jasmínem.

5. Dobýváme vrcholy, které jsou v turistických mapách zakreslené kótou a vyznačenou výškou. Takové se nám počítají.
6. Po dobytí vrcholu se pořizuje vrcholová fotografie ideálně s jasmínovou vlajkou.
7. V případě, že akce je zaměřená na dobytí velkého vrcholu (např. v našem případě to byl Říp), účastníci na konci akce obdrží trofejní unikátní placku (odznak).
8. Vystoupané metry se postupně sčítají a děti zdolávají postupné zkoušky:
  - a. Sněžka, 1 603 m, stávající se horalem.
  - b. Mount Blanc, 4 808 m, horolezec.
  - c. Mount Everest, 8 848 m.
9. Za zdolání těchto zkoušek jsou vyhlášené drobné odměny. Například unikátní horolezecké tričko nebo možnost horolezců, kteří zdolali Mount Everest, jet na zvláštní tajnou výpravu.
10. V průběhu schůzek si účastníci doplňují zásoby v batohu. Které představují klíčové dovednosti horolezce.

### **Etapy celoroční hry**

Celoroční hra je rozdělena do několika fází, které postupně děti a vedoucí provedou školním rokem a vlastní hrou. Jednotlivé etapy jsou koncipovány tak, aby odpovídaly naší typické celoroční práci, a především ročním obdobím. Bodování a intenzita setkávání je nastavená tak, aby nejaktivnější jedinci zdolávali nejvyšší horu (dosáhli cíle hry) v průběhu května a června. Předpokládám, že do konce června nastoupá výšku Mount Everestu cca 1/3 účastníků. Ostatním bude umožněno dosáhnout cíle hry v průběhu letního tábora. Každá etapa zahrnuje asi osm 90minutových schůzek, dvě víkendové akce a jednu klíčovou aktivitu.

### **Fáze hry**

#### **1. Balíme horolezecký batoh (září–říjen)**

Úvod školního roku je ve znamení přivítání nových členů a nastavení našich jasmínových pravidel.

**Celoroční hra:** Představení hry, motivace k dlouhodobé aktivitě, zdolání prvního společného vrcholu

**Schůzky:** Jasmínová pravidla chování k sobě, které zážitky v letošním roce nesmí chybět (vypsání na nástěnku), balíme horolezecký batoh a zakreslujeme, které vlastnosti horolezec musí mít, seznamovací hry a ukotvení struktury programu.

**Víkendové akce:** Horolezec musí být obratný a silný. Zdolání prvního společného vrcholu, kterým byla hora Říp. Hora byla vybrána jako významná dominanta krajiny, kdy je opravdu patrné, že stoupáme na kopec. Po zdolání kopce děti dostanou medaili (Fidorku) a placku s motivem hory Říp. Každý účastník dále obdrží horolezeckou knížku, do které se vyznačí vystoupané metry.

## **2. Zdoláváme první metry (listopad–prosinec)**

Tato fáze je klíčová pro úspěšnost dlouhodobé hry. Prvotní nadšení dětí opadáva a je třeba nabídnout zažití pocitu úspěchu a zafixovat v dětech pocit pravidelnosti. Naplnit očekávání.

**Celoroční hra:** První účastníci se stávají horaly, tj. zdolávají nadmořskou výšku Sněžky. Hra se stává pravidelným doplňkem našich aktivit

**Schůzky:** Děti provádějí sebereflexi a vybírají si jednu z vlastností horolezce, na které chtějí dlouhodobě pracovat. Např. korekce impulsivity, omezení neslušných slov, plnění úkolů bez protestů. Na úkolu dítě pracuje dlouhodobě a snaží se splnit dlouhodobou řadu. Při výběru cílů je nutná korekce vedoucím, aby si účastníci volili odpovídající a splnitelný cíl.

**Víkendové akce:** Na běžných akcích jsou zdolávány vrcholy jako doplněk aktivit. Klíčovou aktivitou je prosincová vánoční výprava. Tentokrát ve znamení víkend na horách. Děti mají možnost získat do Horolezecké knížky dvojnásobný bonus za získané metry.

## **3. Sníh ani led není překážkou (leden–březen)**

Zimní měsíce nejsou příliš příznivé pro pravidelné venkovní aktivity. Dlouhodobá hra je tedy plněná v rámci schůzek, a především na pobytovém táboře o jarních prázdninách.

**Celoroční hra:** K pobytu na horách patří nepřízeň počasí, sníh a led. Metry zdoláváme především na pobytu. Pokud jsou metry např. zdolány na běžkách, za zvláštních povětrnostních podmínek, jsou oceněny zvláštním bonusem. Nejlepší účastníci zdolávají Mount Blanc.

**Schůzky:** Děti úspěšně zdolávají vytyčený cíl a prokazují, že mají schopnosti horolezce. Tyto schopnosti jsou oceněny metry navíc a zaznamenány v Horolezecké knížce. Kdo prokáže dvě různé schopnosti horolezce, bude mít každý zdolaný metr počítaný dvakrát. Nebude to ovšem snadné! Vybíráme ze svých slabých stránek, kterou mi v reflexi označila skupina!

**Víkendové akce:** Během zimy se typické víkendové akce zaměřené na zdolávání vrcholů nekonají. Plnění metrů se odehrává na pobytovém táboře o jarních prázdninách v Orlických horách.

#### **4. Žádný kopec není pro nás dost vysoký (duben–květen)**

Jarní měsíce přímo vybízejí k výpravám do přírody. Děti přes zimu nezahálely a intenzivně se připravovaly na jarní horolezeckou sezónu. Většina má v Horolezeckém batohu nejméně dvě vlastnosti správného horolezce. Získávají tak dvojnásobný počet metrů!

**Celoroční hra:** Hra nabírá vyšší obrátky a metry přibývají. Do plánu jsou zařazeny akce, které umožní zdolat i několik vrcholů během víkendu. První účastník zdolává Mount Everest. Má možnost hodit ostatním lano a dále s ostatními stoupat. Jeho metry se rozdělují mezi ostatní!

**Schůzky:** Dovednosti horolezce zahrnují i obratnost a šikovnost. Děti plní úkoly zaměřené na tyto oblasti: skok do dálky z místa, pevná ruka míření, zkouška obratnosti prstů a další.

#### **5. Správný horolezec je vytrvalý (červen–srpen)**

Vyvrcholení celoroční hry na konci školního roku. Postupně účastníci zdolávají Mount Everest. Kritéria jsou nastavená tak, aby každý účastník zdolal nejvyšší vrchol nejpozději na konci letního tábora.

**Celoroční hra:** Na konci června proběhne tajná schůzka horolezců, kteří již zdolali Mount Everest. Na ní vyberou místo a zaměření bonusové aktivity v září (zvítězil víkend spojený s noční hrou a návštěvou lanového centra).

**Schůzky:** Příprava na letní tábor. Vedení dětí k podílu na přípravě programu. Děti pravidelně se účastní akcí jsou všichni horolezci a jsou tedy již znalí všech úskalí hry.

## 6 SPECIFIKA LETNÍHO TÁBORA

Během svého více než dvacetiletého působení v Duze Jasmín jsme připravili a realizovali velkou škálu táborů. Každý rok Duha Jasmín organizovala letní tábor a od roku 2001 také zimní tábory o jarních prázdninách. Délka letních táborů byla zpravidla 14 dnů a pobyty na horách trvaly týden. Pro každou akci jsme připravili unikátní zaměření, do kterého se promítlo nejen zaměření skupiny vedoucích, ale také aktuální trendy v dětské literatuře a kultuře. Výborným příkladem může být první české vydání románu Harry Potter a kámen mudrců února 2000. Přiznávám, že jsem byla skeptická a považovala téma jen za módní zájem. Proto jsem chtěla využít zájem dětí o toto téma. Ústředním tématem celotáborové hry se v srpnu roku 2000 stala bradavická škola a děti do týmu rozřazoval kouzelný klobouk. Troufám si konstatovat, že Duha Jasmín měla jako jedna z prvních dobrodružství Harry Pottera na letním táboře. K jeho příběhu jsme se vrátili o generaci dětí později.

Program akcí Duhy Jasmín se postupně vytvářel a posouval se od obvyklého táborového programu k unikátním autorským příběhům, které upřednostňují osobnost dítěte a umožní mu v něm realizovat jeho sny a myšlenky a být zástupcem klasické dějové linky celotáborové hry. Vhodným příkladem takového tématu může být např. téma Starých řeckých bájí a pověstí vykreslené na příběhu Argonautů putujícími za zlatým rounem. Celotáborová hra byla postavena klasickým způsobem. Každý příběh byl uveden divadelním představením vedoucích. Děj hry byl rozdělen do postupných etap, které vedly táborové oddíly Iónským mořem. V každé celotáborové hře jsou důležité kostýmní prvky, které divadelní prvek podkreslují. Vhodným příkladem takového zaměření může být hledání Golema na dvoře Rudolfa II. (viz Obrázek 29). Během tohoto programu vedoucí uváděli každou etapu scénkou ze života Rudolfa II. Mezi dětmi to bylo vyhledávané téma především svým vtípem a nadsázkou. Nicméně účastníci pobytu byli stále především pasivními pozorovateli. K populárnímu tématu jsme se dvakrát vrátili v roce 1996 a 2007. Zajímavou a více akční, obměnou byl dvůr Václava IV. Zde děti odhalily spiknutí na dvoře známého panovníka. V roce 1996 nám Rudolf II. přinesl řád Duhy a šlechtnosti. V obměněné podobě se udržel po další generace dětí a myšlenku využíváme jako základ lístků (viz kap. 5.3). Nosným příběhem, na který vzpomínají již dnes třicetiletí účastníci, byla inspirace knižní předlohou R. L. Stevensona Ostrov pokladů. Téma pirátů věnované hledání pokladu kapitána Flinta a

dobrodružství na moři oslovilo celou generaci jasmínových dětí. Ještě dnes se na pravidelných setkání vyprávějí historky z této celotáborové hry.

Jistě nesmíme zapomenut na zajímavé autorské projekty, kdy celotáborová hra byla vyvrcholením celoroční hry, ve které děti prožívaly dobrodružství dětského hrdiny Viléma a jeho soupeření s partou Káčkařů. Základ příběhu jsme o několik později vtělili do filmového příběhu „Kamarádi z jedné čtvrti“. V této dlouhodobé hře jsme poprvé zařadili prvek identifikace s dětským hrdinou. Ukazuje se, že přímá a realistická identifikace s dětským hrdinou je výborným základem nekompetitivních her. Dítěti dává možnost se do děje plně zapojit a plně ho prožít. Druhým prvkem, který posunul libreta celotáborových her, byl prvek, ve kterém jsme propracované divadelní scény opustili. Dítě nechce být pasivním divákem, ale přímým účastníkem příběhu! Tento princip byl cíleně použit při přípravě celotáborové hry Dva roky prázdniny podle známé knihy Julesa Verna. Libreto příběhu bylo postavené na sledování dětských hrdinů, kteří zdolávají nástrahy plavby na moři. Do děje nás vždy svým vyprávěním přenášel samotný spisovatel se svým sluhou Jeanem. Děti sledovaly spisovatele při nelehké práci na tvorbě románu. Krátká vtipná scénka byla provázená ukázkou z příběhu, kterou hrály vybrané děti. Děti znaly jen téma divadla, na které si připravily kostýmy. Jules Verne je pak provázel scénkou svým vyprávěním, které se tak stalo průvodcem oživlého obrazu.

Prvky celotáborové hry založené na využití dětského hrdiny, se kterým se děti snadno identifikují a přímé zapojení dětí do všech částí programu se osvědčily v dlouhodobé praxi Duhy Jasmín. Další základní princip je založen na jednoduché myšlence: „Děti si rády hrají!“ Přijímají myšlenku hry na „jako“. V dětském věku není třeba složitých kostýmů a propracované dějové linky. Pro děti je přirozené se přenést světa fantazie. Stačí jim k tomu jen drobnost, vybraný prvek. Klacek se stává mečem a les je plný nestvůr. Koloběžka se snadno přemění v létající kolo. A mnoho jiných příkladů. Tuto myšlenku využíváme jako základní princip při tvorbě celotáborové hry. Přiznáváme, že si hrajeme a jsme všichni „jakoby hrdiny, čaroději apod.“. Je důležité prvek hry přiznat. Děti se pak stávají spoluvůrci děje a spoluhráči v programu tábora.

## **6.1 Tvorba programu letního tábora**

Při tvorbě celotáborové hry je vhodné sledovat nejen vzdělávací cíl akce, ale také dbát na rozvoj dynamiky skupiny a vhodně volit na sebe navazující fáze. V Duze Jasmín se osvědčilo vycházet z pevných, předem definovaných, bloků, které se stávají úhelnými



- E. Hrdina na sobě pracuje a postupně zdokonaluje své dovednosti. Dochází k občasným střetům s protivníkem.
- F. Velká bitva, ve které se utkává hlavní postava s protivníkem. Hlavní hrdina slavně vítězí.
- G. Oslava vítězství. Svět je zachráněn a nastolen nový pořádek.

Obrázek 1 kromě návrhu dynamiky příběhu celotáborové hry naznačuje také fáze práce se skupinou, které zachycují postupný přerod od skupiny jedinců přes malé skupiny po identifikaci s celou skupinou, táborem. V případě nekompetitivního přístupu je možné tyto fáze pojmenovat jako aklimatizace, budování týmu a finále. Těžiště práce je možné spatřit v budování týmu, kdy se každé dítě uplatňuje v bezpečném prostředí malé skupiny, oddílu. Naopak z pohledu úspěšnosti celého procesu je klíčová první fáze „aklimatizace“, která dítě připravuje na fungování ve skupině. Na základě našich dlouhodobých zkušeností se nám osvědčilo celotáborovou hru a program tábora stavět na těchto základních elementech.

### **Fáze aklimatizace**

Typicky jsou to první tři celé táborové dny, ve kterých se dítě seznamuje s chodem táborového života, pravidly a ostatními účastníky. Pro děti s ADHD je nezbytné v této fázi být čitelný, jasně nastavit pravidla a být důsledný při jejich dodržování. Zpravidla zde zahrnujeme tyto aktivity:

- Táborové očekávání a představení.
- Seznámení s pravidly a jejich společná formulace.
- Fixace pravidel a důsledné dodržování.
- Táborový život, služby, bodování stanů a harmonogram dne.
- Individuální bodování, táborové dílny.
- Kritický třetí den, který je zpravidla volnější z pohledu fyzické zátěže. Obvykle se v této fázi projevuje „stýskání“ a jistá separační úzkost dětí.
- Společný týmový zážitek. Oddíl se vypravuje např. na bivak a silným zážitkem se nastartuje spolupráce a identifikace s týmem.

### **Budování týmu**

V této fázi tábora se vytváří podmínky pro práci v malé skupině. Dítě se s ní identifikuje a přispívá svými úspěchy celému týmu. Je klíčové, aby vedoucí v této fázi se skupinou dobře pracoval a pro každé dítě našel to pravé, čím může ostatním přispět.



- Společné přespání v týmu, příprava snídaně.
- Společné rituály.
- Drobné hry pro týmy.
- Velká hra, ve které děti si poprvé vyzkouší princip větší hry (tzv. „malá pokladovka“).
- **Fáze rozvolnění**, která u typicky čtrnáctidenního pobytu proběhne v polovině pobytu o víkendu. Do této části zahrnujeme především:
  - Táborovou olympiádu
  - Wanjiny (viz Příloha 2 práce)
  - Výměnu rolí (tábor naruby, identifikace a uvolnění případného napětí ve skupině).
  - Večer talentů
  - Průběžnou rekapitulaci plnění cílů „Co chceme na táboře zažít?“.
- Výprava starších dětí a rozdělení dětí podle potřeb, a ne podle oddílů.
- Vybrané hry a získávání artefaktů k závěrečné hře.

## **Finále**

V této fázi musí docházet ke gradaci příběhu. Skupiny získávají poslední nezbytné artefakty, které využijí v rámci závěrečné hry. Cílem této fáze programu je, aby děti navázaly spolupráci napříč oddíly. Nepřítele porazí jedině v případě, kdy spojí síly dohromady. Obvykle jsou zařazeny tyto aktivity:

- Velká hra „pokladovka“, ve které získají týmy poslední indicie, klíče.
- Výměna osobních bodů za případné další klíče. Děti se skládají na úspěch týmu.
- Velká hra, ve které soupeří s nepřítelem. Ve hře spojí týmy síly dohromady a porazí ho díky vzájemné spolupráci
- Závěrečný trh, na kterém děti připravují program pro ostatní a za získané body nakupují ve stánku.
- Reflexe tábora, vyhodnocení úspěšnosti plnění cílů tábora.
- Rozloučení a motivace k dlouhodobé spolupráci.

## **6.2 Téma letního tábora**

Příprava letního tábora každý rok začíná na závěrečné poradě vedoucích na táboře předcházejícím. Vedoucí se zpravidla předhánějí s nápady a inspiracemi na celotáborovou

hru. Někteří pokoutně mezi dětmi organizují ankety, aby zjistili, zda jejich favorit má v náročné konkurenci šanci na úspěch. Tak to probíhalo i na konci letního tábora v roce 2019. Uzavírali jsme úspěšné téma inspirované starými řeckými bájemi, ve kterém jsme společnými silami vystavěli nový chrám na Olympu. V následujícím roce navážeme na úspěšné večerní čtení a připravíme celotáborovou hru věnovanou populární dětským knihám. Téma bude volně vycházet z práce našeho vedoucího Daniela Brože (Brož, 2004) a vytvoříme autorský kompilát s prvky známého Nekonečného příběhu s prvky fantazie a pravidly oblíbeného Dračího doupěte. Téma nám umožní široké zapojení vedoucích a nabídne pestré možnosti realizace her přizpůsobené potřebám dětí. To jsme ještě netušili, že na jaře 2020 budeme nuceni přerušit kontaktní činnost a přejdeme do zcela nového režimu práce. Schůzky skupiny Kaktusáků budou realizovány vzdálenou formou prostřednictvím telekonferencí a děti se po půl roce fyzicky potkají až na letním táboře. Vedoucí dostanou prostor pouze k jedné fyzické poradě a vše bude organizačně náročnější. S ohledem na epidemiologickou situaci ještě na konci školního roku nebylo jasné, zda letní tábor v obvyklém srpnovém termínu budeme moci realizovat.

## 7 LETNÍ TÁBOR „KNIHOMORKA OHROŽUJE SVĚT FANTAZIE“

Letní tábor byl v roce 2020 připravován na obvyklém místě na základně 78. pionýrské skupiny Skalka v Kamenici u Humpolce. Základnu volíme již po mnoho let. Vyhovuje nám kombinace kvalitního zázemí v budově bývalé školy a ubytování v klasických stanech. Umožňuje nám to realizovat širokou škálu aktivit a dát dětem možnost zažít obvyklý táborový život s ohledem na jejich potřeby a především schopnosti. Základna je vybavena kuchyní a společenskými prostory. S ohledem na plánovanou kapacitu akce (25–30 dětí, 15 dospělých) je možné v případě nepříznivého počasí realizovat všechny aktivity v bezpečném prostředí budovy. Děti jsou vybrány tak, aby vytvářely stabilní skupinu s potenciálem rozvoje. Důraz je kladen především na dlouhodobou práci s dítětem, a proto jsou osločovány především děti, které již navštěvují aktivity Duhy Jasmín a zúčastňují se připravovaných akcí. Organizace letního tábora je zcela v režii Duhy Jasmín. Vedoucí připravují vše od programu, přes práci s dítětem po vaření a technickou organizaci akce. Samozřejmostí je příprava a plánování akce, včetně logistického zajištění dovozu pomůcek ze skladu v klubovně v Praze a nákupu potravin před akcí. V současné době je do přípravy programu zapojen stabilní tým vedoucích, kteří mají rozdělené role. Obvykle realizujeme na akci společnou dopravu autobusem z Prahy. Nicméně v roce 2020 s ohledem na problematickou zdravotní situaci v republice jsme zvolili individuální dopravu účastníků na místo. Umožnilo nám to být více flexibilní a zároveň uspořít část prostředků. Téma celotáborové hry bylo založené na představení populárních dětských knih. Spojovacím prvkem pak záchrana světa fantazie před proradnou Knihomorkou, která ničí bohatství obsažené v knihách.

### 7.1 Motivace celotáborové hry

Program celotáborové hry byl zvolen s cílem přivést děti ke knize a pokusit se u nich nastartovat spontánní četbu. Byla zvolena pestrá nabídka knih, která pokrývala četbu mladšího školního věku i témata, která děti znají z filmového zpracování. Každá kniha bude v předvečer uvedena krátkou dramaturgií a před večerkou společným čtením úryvku z knihy. Svět knihy dále táborníci navštíví v průběhu následujícího dne, kdy jsou v plánu aktivity

inspirované tématem vybrané knihy. Všechny použité knihy budou k dispozici v táborové knihovně a děti se k nim mohou samy vracet.

Vlastní celotáborová je připravena ve shodě s koncepcí představenou v předchozí kapitole a záměr by měl respektovat gradaci hry uvedenou na obr. 1. Je zvolena dějová linka, která respektuje fáze hrdiny, který prochází světem fantazie a postupně zdokonaluje své schopnosti. Hlavní postavou jsou účastníci tábora, kteří jsou vybráni jako zachránci světa knih před nebezpečnou Knihomorkou. Při přípravě programu jsou zvoleny klíčové fáze, kterými musí účastníci projít. Na obr. 1 jsou označeny symboly A – G. Tyto fáze posouvají program, příběh, a především schopnosti účastníků k závěrečnému cíli. Jsou tedy nezbytné. Dále je připravena sada nezávislých programových bloků, tj. dětských knih a jim věnovaným zápletkám. Tyto bloky mohou být zařazovány do programu podle aktuální potřeby a okolností. Obvykle sledujeme vývoj dynamiky skupiny účastníků a jejich fyzické potřeby. Především je třeba brát v úvahu potřebu změny fyzické zátěže dětí, potřebu odpočinku, diferenciaci podle jejich potřeb (např. oddělení aktivit pro skupinu starších a mladších dětí). V neposlední řadě je také důležitým hlediskem počasí a s ním související omezení.

Všechny aktivity jsou při přípravě programu tábora voleny tak, aby naplňovaly zásady práce Duhy Jasmín (viz kap.4.3 na str. 25 této práce). Je vhodné posilovat ve skupině přirozené prvky sociálních dovedností známé např. z rodinného prostředí. Zde také vstupují do interakce děti různého věku a pohlaví. Hlavní zásadou je tedy respektovat rozdílné potřeby dětí ve skupině a připravit jim vhodný program. Proto v programu tábora nejsou zakotveny striktní prvky, které by svazovaly práci vedoucích. Výborně to může být demonstrováno například na tvorbě dopoledního programu. Obvykle je dopolední program na letním táboře věnovaný oddílové práci s vedoucím nebo instruktorem (viz následující odstavec). Prvek, který na táborech Duhy Jasmín zařazujeme je dělení podle aktivit. Účastníci se zařazují do aktivit podle svých preferencí a možností.

Programová složka celotáborové hry je volena tak, aby obsahovala přiměřený podíl soutěživých (tj. kompetitivních) prvků a aktivit podporující spolupráci ve skupině (tj. nesoutěživých). Je patrné, že obě složky programu hrají nezastupitelnou roli při podpoře schopností dětí. Klíčové je ovšem dodržet pravidlo zakotvené v činnosti Duhy Jasmín: „Zažití pocitu úspěchu a akceptace (bez výhrad) ostatními“.

## 7.2 Rámcový přehled programu tábora

Letní tábor připravuje stabilní skupina vedoucích, kteří mají rozdělené role a kompetence. S ohledem na to, že je nezbytné zajistit kompletní chod tábora, tzv. od kuchyně přes program po ukládání dětí, se nám osvědčilo rozdělení do těchto základních rolí (viz Příloha str. 120):

- oddílový vedoucí,
- instruktor,
- vedoucí dne,
- vedoucí individuálního programu (speciální pedagog),
- zdravotník,
- kuchař,
- hospodář a zásobovač,
- zástupce hlavního vedoucího,
- hlavní vedoucí,

Každý tábor musí mít svého hlavního vedoucího, hospodáře, zdravotníka a kuchaře. Další pozice se odvíjejí především od velikosti, a především typu tábora. Je patrné, že některé pozice na táboře mohou být zajištěny jednou osobou. Nicméně je dobré se shodnout na tom, že minimální počet k zajištění akce jsou tři osoby. Ty zajišťují, podle mého názoru, obtížně slučitelné role hlavního vedoucího, zdravotníka a kuchaře. Duha Jasmín dlouhodobě připravuje akce s individuálním přístupem k potřebám dětí. Připravuje tábory tzv. rodinného typu. Na táboře volíme 4 týmy, oddíly po cca 7-8 dětech, které vedou zpravidla dva vedoucí (resp. vedoucí a instruktor).

Důležitým prvkem každého tábora je harmonogram dne a plán aktivit. S ohledem na specifika dětí s ADHD je nezbytné volit pevnou a čitelnou strukturu programu. Takový plán umožňuje dětem snáz se orientovat v čase, a především očekávaných činností. V Duze Jasmín jsme při pobytu v Kamenici u Humpolce zvolili harmonogram dne postavený na těchto významných blocích.

### **Klasický harmonogram dne**

7:30 budíček, rozvíčka, ranní hygiena

8:00 - 8:30 snídaně

9:00 ranní kruh

Nástup po týmech děti se dozvědí, co se ten den bude dít, kdo má službu a vyhláší se bodování z her k předcházejícímu dni, pokud se nestihne na večerním kruhu.

9:15 - 11:00 práce v týmech (oddílová činnost)

11:00 - 11:30 svačina

11:30 - 12:30 individuální program - tzv. dílny

Společný prostor pro míčové hry, divadelní spolek nacvičuje dobrovolné představení. Každý vedoucí si připravuje 1-2 zajímavé dílničky pro max. 5 dětí. Nabízený program se obměňuje.

12:30 - 13:00 oběd

13:00 - 14:30 polední klid

První polovina poledního klidu je tzv. na lůžku, v druhé části si děti mohou jít půjčit deskovou hru. Případně realizují klidovou aktivitu s kamarádem např. ve společenské místnosti. Pro vybrané jedince je možná relaxace nebo jóga. Také bývá prostor pro divadelní spolek

14:30 - 15:00 svačina

15:00 - 17:00 odpolední společný program

Realizace velké hry v rámci celotáborové hry. Čas věnovaný hrám a soutěžím mezi týmy

17:00 - 18:00 organizované volno

Zpravidla míčové hry na hřišti bez rozřazování na týmy.

18:00 - 19:00 večere

19:30 večerní program

Sdílení zážitků během dne, scénky, jednodušší společné hry, děkování, písničky s věnováním.

20:30 – 21:00 večerka pro mladší

21:00 – 22:00 večerka pro starší

Noc – zvláštní aktivity

Výjimečně noční nebo večerní hra. Obvykle jedna za pobyt.

Noční hlídka služebního oddílu je zcela nepovinná a řídí se zásadou, aby vytvářela v dětech pozitivní zážitek.

## 7.3 Realizace hry

V této kapitole diplomové práce bude představena vlastní realizace celotáborové hry s fázemi, které rozvíjejí dovednosti dětí a jsou založeny na nesoutěživých a soutěživých prvcích. Tento výsledek bude sloužit jako podklad pro odpověď na 3. otázku, kterou jsem si kladla v 2. kapitole práce: „Lze vytvořit vyvážený program letního tábora, který bude v sobě obsahovat soutěživé a nesoutěživé prvky?“.

Při návrhu celotáborové hry byl zvolen jako hlavní cíl vytvořit takový program, který bude reflektovat potřeby dětí s ADHD a vytvoří takové prostředí, které bude pozitivně stimulovat rozvoj spolupráce mezi dětmi a umožní nácvik sociálních dovedností dětí. Sekundárním cílem je přivést děti ke čtení a ukázat jim pestrost nabídky knih pro děti a mládež. Byl zvolen model, ve kterém děti procházejí světem fantazie a navštěvují prostředí spojené s hrdiny vybraných knih. Knihy přinášejí dětem rozličná témata spojená nejen s prostředím knihy, hlavním hrdinou, ale i zápletku inspirovanou vlastním příběhem. Při tvorbě celotáborové hry jsem vycházela z dynamiky příběhu popsaným v kap. 7.1 a znázorněné na obr. 1. Ukazuje se, že je vhodné na dlouhodobé akci volit herní prvky tak, aby se postupně pracovalo s jedincem, malou skupinou a v závěru pobytu s celou skupinou. Tím se docílí efektivního propojení herních prvků a nácviku sociálních dovedností.

### Princip a souvislosti příběhu

Náš svět je propojen se světem fantazie, do které se promítají všechny příběhy, které si lidé na celém světě vyprávějí. Od nepaměti se tyto příběhy zapisují do knih a celé bohatství naší fantazie je spravováno v knihovně, ve které jsou vzácné knihy chráněny. Bohužel svět knih napadla nebezpečná Knihomorka, která se živí těmito knihami a svět fantazie tak přichází o své bohatství. Zatím se to projevuje tak, že se ze známých příběhů ztrácejí postavy a prvky (např. beruška z příběhu o Ferdovi mravenci přišla o své tečky). Děti se mají pokusit napravit tato poškození knih a napravit příběhy. Co se ovšem stane, až Knihomorka poškodí všechny knihy? Přijdeme o svět příběhů, fantazie a pohádek. Dopustíme to?

### Postavy a průvodci v celotáborové hře

- **Pes Falco** – průvodce a motivátor dětí. Postava, která má magické schopnosti a chrání svět fantazie.
- **Mnich knihovník** – správce knihovny prastarých svazků obsahující příběhy říše fantazie. V jeho knihovně je brána do světa fantazie. Dětem předá formuli pro otevření brány do světa fantazie „*Et Libri aperti porta*“.

- **Knihomorka** – hlavní negativní postava, která ničí celý svět fantazie. Děti se s ní utkají až v poslední fázi hry.
- **Zloun** – pomocník Knihomorky, se kterou se děti několikrát utkají. V průběhu tábora jim pravidelně škodí. Na konci tábora se polepší a děti rozhodnou o navrácení negativní postavy do světa příběhů s motivací, že i negativní postavy jsou v našich příbězích třeba...
- **Ostatní postavy** – každá kniha je představena hrdinou z příběhu a krátkou ukázkou.

### **Bodování celotáborové hry**

Děti budou během tábora rozděleny do 4 oddílů. Za své výkony ve hře a mimořádné činy budou děti získávat písmenka v oddílových barvách. V závěrečné hře je uplatní ve hře Scrabble s Knihomorkou.

### **Struktura herního programu**

Celotáborová hra je sestavena podle vzorce, který byl představen v předchozí kapitole (viz obr. 1). Během tábora účastníci projdou třemi fázemi herního programu, který obsahuje práci s jedincem (fáze aklimatizace), malou skupinou (budování týmu) a celým táborem. Tento koncept vychází z modelu efektivního nácviku sociálních dovedností a zkušeností, které jsme získali při práci s dětmi s ADHD. Příběh a s ním související hry jsou rozděleny do dvou kategorií. V první jsou klíčové okamžiky celotáborové hry, které tvoří uzlové body, na obr. 1 jsou znázorněny písmeny A–G v kolečku. Dále je připravena sada doplňkových herních etap, které se do programu doplňují podle potřeby, počasí a jiných okolností. Tyto etapy nejsou klíčové pro úspěšné dokončení příběhu. Lze je libovolně měnit.

### **Základní prvky celotáborové hry**

Celotáborová hra je připravena v modulech, které lze libovolně zaměňovat. Každý modul je představený příběhem jedné knihy a má tuto strukturu:

- 1) Otevření světa fantazie zaklínadlem „*Et libri aperti porta*“. Zpravidla v rámci večerního programu.
- 2) Setkání s postavou z vybrané knihy, která nám předvede krátkou scénku motivovanou příběhem knihy. V příběhu něco chybí (beruška nemá své tečky, Klapzubovi chybí míč apod.). Je to důsledek poškození Knihomorkou. Děti mají za úkol napravit příběh.
- 3) Večerní program je zakončen čtením ukázky z knihy.



- 4) Dopolnední program je věnovaný oddílové činnosti a malým hrám. Vše je motivované příběhem knihy.
- 5) Do odpoledního programu je zařazena velká hra v rámci, které děti, oddíly, napravují svět poškozeného příběhu.
- 6) V podvečer setkání s hrdinou z vybrané knihy, který nám poděkuje. Rozloučí se a vrací se zpět do světa fantazie.

### **7.3.1 Fáze aklimatizace**

Úvodní část našeho pobytu na letním táboře, která je věnovaná aklimatizaci především nováčků na táboře. V rámci prvních několika dní si účastníci osvojují pravidla pobytu a principy, na kterých je náš společný život na táboře postaven (viz předchozí kapitola práce). Děti společně formulují pravidla a svá očekávání od pobytu. Během prvních několika dní mají dny pevnou strukturu, která umožní dětem orientaci v čase a prostoru. Zpravidla si nováčci během druhého a třetího dne odbydou stesky po domově (separační úzkost). Ke zvládnutí aklimatizace je vhodné zařadit prvky programu, které ocení dovednosti jedince. Zařazujeme obvykle dílny (viz předchozí kapitola), bodování stanů a ocenění zvláštních činů spojené s poděkováním a písničkou na večerním programu. Obvykle volíme známé hry s jednoduššími pravidly.

#### **Prolog k celotáborové hře (bod A)**

Táborníci před táborem obdrží pozvánku na skvělou zahraniční dovolenou spojenou s výletem kolem světa. Při příjezdu a ubytování na základně dostanou letenky a odpoledne se dostaví na letiště k odletu. Po pasové kontrole zaujmou místo v letadle, vyslechnou instrukce a připoutají se. Pilot nám oznámí povětrnostní podmínky a popřeje nám, ať si let užijeme.

Bohužel během letu se dostaneme do vzdušné turbulence a musíme nouzově přistát na neznámém místě uprostřed neproniknutelné džungle. Máme velké štěstí, že jsme přistání přežili bez velkých škod. Nicméně letadlo a veškerá technika je nenávratně poškozená. Co s tím? Blíží se večer. Musíme se rozhodnout, co podnikneme. Naše zraky se obrací k úpatí hory, kde jeden z nás zahlédl světlo. Vydáme se tam ještě dříve, než padne úplná tma! Cesta nebyla snadná, ale po chvíli stojíme před branou starobylého kláštera. Zabušíme na vrata a po chvíli nám otevřel zvláštní mnich oděný do hnědé kutny. Pohybem ruky nás zve dovnitř a beze slova vede skupinu studenou chodbou. Zaklepe na dveře a naznačí, ať vstoupíme do velkého sálu osvětleného svícemi. Zde nás zaujme velký nepořádek. Po zemi, stolech a

křeslech jsou rozloženy rozevřené knihy. Police obklopují celou místnost. Prostorná místnost slouží jako starobylá knihovna. Uprostřed tohoto chaosu sedí mnich knihovník, odloží rozečtenou knihu a srdečně nás přivítá. Jeho slova naznačují, že nás očekává. Odkud nás zná? Během krátkého rozhovoru nám nabídne možnost ve zdech jejich kláštera strávit noc. Pokud se tedy neobáváme chaosu. Tuto pomoc uvítáme, a ještě, než se odebereme do připravených prostor nám mnich zapůjčí starobylou knihu příběhů.

Když se octneme sami, poradíme se, jak budeme dále pokračovat. Je jasné, že návrat do civilizace teď možný není. Nabídku přijmeme, ale budeme pozorní a pro jistotu na noc postavíme hlídky. Před ulehnutím ke spánku otevřeme zapůjčenou knihu. Je to kniha plná příběhů, ale jsou nějaké zvláštní. Místy je kniha poškozená, chybí stránky nebo jsou vymazaná celá slova. Taková kniha se přece nedá vůbec číst! Jak se knihou probíráme vypadne na nás útržek pergamenu popsaný slovy: „*Et libri aperti porta*“. Slova nám nedávají smysl. Přemýšlíme nad nimi, nahlas je opakujeme. Když se po chvíli zdvihne vítr, který rozrazí okna a do místností vletí postava psa Falca. Pozdraví nás a vypráví nám příběh o světě fantazie. V klášterní knihovně je zaznamenáno bohatství lidských příběhů. Každá kniha je pouze v originále, a i váš příběh je obsažen v nové knize. Proto mnich o vás věděl. Objevila se ovšem zlá Knihomorka, která svět fantazie ničí. Živí se příběhy, poškozují knihy. Mnich knihovník je proti ní bezmocný. Jsme natolik odvážní, abychom mu pomohli? Ano! Opatrujte svěřenou knihu a nesmíte v žádném případě přijít o útržek pergamenu. Je na něm napsáno heslo, které otevírá bránu do světa fantazie. Knihomorka by o něj moc stála...

### **Svět Ferdy mravence a Berušky (bod B)**

*Na večerním programu nás navštívila Beruška doprovázená Ferdou mravencem. Vzlykající Beruška nás požádá o pomoc při hledání ztracených teček.*

Knihy pro mladší školní věk spojená se známým příběhem. Děti si osvojí princip hry a zažijí pocit snadného dosažení úspěchu. Mladší děti svět Ondřeje Sekory dobře znají.

Dopolední program je věnovaný výrobě plátěných pytlíčků, které děti použijí na získání písmenka. Hra zaměřená na sběr kuliček, které představují Beruščiny tečky. Beruška je parádnice, a tak některé děti pro ni připravují i módní doplňky.

Do odpoledního programu byla zařazena pohybová hra **Mravenci** zaměřená na sběr částí barevně odlišených obrázků mravenců. Dílky byly rozmístěny v lese, který byl hlídán strážci. Oddíly sestavily celé obrázky mravenců a získaly první body do celotáborové hry.

## **Lovci mamutů (bod B – výplňová hra)**

*Do pravěkého světa nás přenesou zvuky bubnů. Děti se setkávají s Kopčelem a Veverčákem, kteří je přivítají u svého ohniště.*

Kniha, která byla zařazena jako pokračování fáze aklimatizace. Cílem je zafixovat principy a zažít pocit úspěchu.

V rámci dopoledního programu proběhne kontrola vybavení dětí a stavu stanů. Obvykle po druhé noci se již projeví případné technické nedostatky, a především otevřou úzkosti dětí. Zároveň vedoucí mají možnost zjistit, jak děti táborový program zvládají. Děti si označují své ešusy barevnými páskami a připravují bílá trička na odpolední batiku. Barvy k batikování jsou zvolena týmová a budou využita v druhé fázi programu „Budování týmu“.

Do odpoledního programu je zařazena krátká pohybová hra **Evoluce** (komár – kuře – pes – opice – člověk). Inspirováni příběhem knihy jsme zvolili hru **Archeolog**. Hra někdy známá jako **Strážce**. Děti se musí přes strážící mumii dostat k místu s váčky, které se snaží získat a donést zpět na své území. Do světa pravěku nás přenesla hra **Lovci a sběrači**. Jednoduchá týmová hra, ve které děti hledají kartičky označené symboly jídla (ovoce, zelenina, zajíc, mamut, ...) s různými body. Na území se pohybují příslušníci cizí tlupy, které se nám snaží překazit sběr jídla.

## **Pán prstenů (bod C)**

Oblíbený příběh, který děti velice dobře znají. V rámci této aktivity dojde k prvnímu setkání s protivníkem (Zlounem).

Knihou nás provázel Gandalf a elf Legolas. Připravili pro nás **Skřetí honičku** a kimovku **Co do lesa nepatří?** Kniha nás inspirovala putováním do Mordoru. Velkým výletem během, kterého děti hledají prsteny a plní různé úkoly. Příběh je zakončený zničením prstenů v hoře Osudu. Příběh byl doplněn hrou **Stom Stom**, ve které soupeří dva týmy představující čaroděje, elfy a obry.

## **Setkání se Zlounem**

Během dne potkáme v lese postavu Zlouna, který se naparuje a děti v něm odhalují pomocníka Knihomorky. Vyzve nás k souboji, který se zdá být snadný. Vyhrájeme-li prozradí nám cestu ke Knihomorci! Máme splnit tři jednoduché úkoly. Úkoly se zdají být snadné, a tak děti vsadí na své vítězství všechna získaná písmena. Zloun nás ovšem podvede, třetí úkol se ukázal jako nesplnitelný. Sebere nám všechna písmena a uteče.

- 1) Přineste mi celkem 10 věcí, jejichž jméno začíná stejným písmenem.
- 2) Vymyslete básničku, ve které všechna slova budou začínat stejným písmenem.
- 3) Vymyslete slovo, ve kterém budou všechna písmena abecedy.

Děti zjišťují, že úkoly nebudou vždy jednoduché. Je třeba se na setkání s Knihomorkou dobře připravit. Zdokonalit své schopnosti a spojit síly.

### **7.3.2 Fáze budování týmu**

Do této fáze programu jsou zařazovány stmelovací aktivity na posílení identifikace s oddílem. Děti si vytvářejí oddílová trička, vymýšlejí vlastní rituály a posilují ducha skupiny.

#### **Bivak**

Spaní pod širákem je zařazováno zpravidla třetí, čtvrtý den pobytu na táboře. Ukončuje fázi aklimatizace a startuje budování týmu. Vždy je třeba, aby bylo pozitivním zážitkem. Děti ke spaní nenutíme, ale volíme vhodnou formu podle schopností dětí. Škála je velice pestrá a zahrnuje varianty od spaní na půdě, louce u tábora, v lese nebo na blízké zřícenině. Během společného oddílového zážitku je klíčová role vedoucího, který připravuje stmelovací aktivity. Děti se po bivaku vrací zpravidla po snídani následující den. V dynamice skupiny dochází k zásadní proměně a velkému posunu pozitivním směrem.

#### **Klapzubova jedenáctka (bod D)**

Motivace knihou E. Basse Klapzubova jedenáctka byla zvolena z důvodu zařazení pestré nabídky týmových sportovních aktivit, a především posílení týmového ducha.

Starému Klapzubovi děti pomohou hledat ztracený míč. Sehrají **Turnaj ve vybíjené** (viz následující kapitola). Odpoledne pak proběhla olympiáda na ruby. Do herních disciplín byly zařazeny disciplíny: hod do dálky a na cíl, běh, skok do dálky z místa, lukostřelba, golf s mopem, držení sevřeného kuličku na výdrž, sfouknutí svíčky na dálku, míření tužkou na cíl po slepu apod. Za skvělé výkony byly děti oceněny kulatými sušenkami.

Večer si týmy vyzkouší princip hry **Scrabble**. Hra bude využita v závěrečné etapě boje s Knihomorkou. Děti takto získají možnost osvojit si pravidla hry a vyzkoušet vhodnou strategii.

### **Tajemství hradu v Karpatech (bod E)**

V minulých letech jsme zjistili (celotáborová hra Dva roky prázdnin), že je svět Julesa Vernea současnou generací dětí a mládeže opomíjen. Zařadili jsme tedy ukázkou z vybrané knihy do programu celotáborové hry.

V rámci dopoledního programu děti vyráběly horkovzdušný balón s lehkých polyetylenových fólií. Balón slepený fólií byl pak naplněn horkým vzduchem s využitím fěnu. Horkovzdušný balón se opravdu vznesl a opustil základnu nesený větrem.

Odpolední program byl připravený pro oddíly. Nejprve si děti vyzkouší práci s navigací GPS a pak se vydají hledat korunovační klenoty. Ukázalo se, že závěr hry nás vede k hradu v Karpatech, který obsadili loupežníci. **Dobytí hradu** bylo závěrečným úkolem, kdy děti využily vyrobené papírové koule.

### **7.3.3 Fáze finále aneb táhneme za jeden provaz**

Do této fáze jsou zařazeny aktivity podporující spolupráci napříč týmy a směřujeme k vyvrcholení celotáborové hry. Je vhodné zařazovat aktivity, které si děti osvojily v průběhu pobytu (např. scrabble, práce s GPS, mapou) a obtížnější hry. Zpravidla je využita jedna tzv. pokladová hra, která táborníky dovede k rozuzlení.

### **Tajemství Sherlocka Holmese (bod F)**

Příběhy Sherlocka Holmese byly zařazeny především pro děti staršího školního věku. Zaklínadlo nás přeneslo do tajemných uliček starého Londýna. Londýnská mlha zakrývala pachatele vyloupeného trezoru a vraha majitele firmy. Sherlock Holmes a dr. Watson je v koncích. Chybí mu jeho proslulá dedukce! Hlavní hrou zařazenou do tohoto příběhu jsou **Vysílačky** (viz následující kapitola). Děti v týmech se vydávají na cestu za hledáním indicií, které je mají dovést k pachateli tohoto zločinu. Postupně je hra dovede k tomu, že je vhodné překročit zájmy oddílu a spolupracovat s ostatními. Každý je schopen přispět k úspěchu a dokončit dílo!

## **Souboj s Kihomorkou – finále hry (bod G)**

Bez vyzvání do našeho běžného táborového programu nás navštívila Knihomorka se svým nohsledem Zlounem. Celý program se otočil a je třeba ubránit základnu a svět fantazie. Po krátké lsti se povedlo Knihomorku se Zlounem zamknout v kůlně. Co teď? Ukázalo se, že bylo důležité, že jsme v průběhu pobytu rozložili síly a dobře se připravili. Děti si připravily své zápisy v táborových denících, obrázky, básničky a komiksy, které v průběhu pobytu vytvořily. Jen tak se ubráníme! Vyvoláme psa Falca! Bohužel mocný Falco nepřichází, ale ze světa fantazie k nám dorazí postava Zaklínače. Dohodli jsme se, že Knihomorku pustíme a vyzveme ji na souboj ve hře Scrabble. Po krátkém souboji příběhů Knihomorka výzvu přijímá a otevírá se cesta k poslední velké hře. Hra je to napínavá (viz příloha). Týmy nakonec spojí síly a využijí všechna získaná písmena z celotáborové hry. Knihomorka je poražena! Zloun se pokusil uprchnout oknem, ale byl polapen. O jeho osudu rozhodly děti. Každý správný příběh potřebuje nějakého Zlouna a tak ho vracíme portálem zpět do světa fantazie.

Příběh končí návštěvou psa Falca, který nám poděkuje za záchranu světa fantazie. Svěřuje nám zaklínadlo k otevření portálu do světa knih a stáváme se tak strážci tajemství portálu. Vracíme se v příběhu zpět do starobylého kláštera. Probouzíme se v místnosti a po temné noci není venku památky. Do oken svítí sluneční paprsky a probouzí nás hlasy přírody.

## **Zakončení hry**

Rozloučíme se s mnichy, kteří nám ukazují cestu zpět do civilizace. Po chvilce putování dorazíme do vesnice, kde právě probíhají trhy. Děti mají možnost získané bohatství proměnit za odměny. **Táborový trh** je naše obvyklé zakončení tábora. Děti mají možnost si ve stánku za táborovou měnu (bodování) nakoupit drobné ceny. Velice oblíbeným prvkem je ovšem příprava atrakcí. Děti si vymyslí rozličné atrakce (zážitky, hry apod.), které za drobnou úplatu nabízejí. Mají tak možnost se realizovat a uplatnit své nápady i v nabídce ostatních.

Celotáborová hra je zakončena oceněním každého účastníka osobním diplomem s věnováním a oceněním zvláštních schopností dítěte.

## **Další prvky v celotáborové hře**

Kromě výše uvedených aktivit je vhodné do celotáborové zařadit i výplňové prvky, které slouží k oddechu a nácviku zvláštních dovedností. Tento program se také přizpůsobuje schopnostem dětí a počasí. Do celotáborové hry Knihomorka ohrožuje svět fantazie byly dále zařazeny tyto knihy:

- **Harry Potter** – den v Bradavicích, kdy si děti vyzkoušely, jaké je to být žákem v čarodějnické škole. V rámci dílen byly zařazeny lekce z alchymie, lektvarů, astronomie a výroby hůlek. V rámci hry se utkaly s Voldemortem a hledaly ztracený medailon. Večer byl věnovaný tradičnímu bradavickému plesu mladých kouzelnic a kouzelníků.
- **Asterix a Obelix** – populární komiksové postavy, kterým se poztrácely olympijské kruhy. Během aktivit děti navštívily les druidů a požádaly o pomoc druida Panoramixe. Celý den byl věnovaný mnoha rozličným úkolům, které nás postupně ke ztraceným kruhům dovedly.

## 8 VYBRANÉ SOUTĚŽIVÉ A NESOUTĚŽIVÉ HRY A JEJICH UPLATNĚNÍ V PROGRAMU

V této kapitole diplomové práce budou představeny vybrané soutěživé a nesoutěživé hry vhodné pro zařazení do programu a budou hledány odpovědi na první dvě výzkumné otázky z 1. kapitoly této práce. Pro každou hru budou uvedeny nejdůležitější aspekty jejich použití a osobní zkušenost s jejich realizací. S vybranou cílovou skupinou dětí a vedoucích bude provedena reflexe, a především vyhodnocení formou vlastního pozorování. Při volbě her byl kladen důraz především na jejich pestrost a zaměření. Cílem je pokrýt nejvýznamnější formy her využívané na letním táboře a v ostatním volnočasovém programu. Každá hra je uvedena stručnými pravidly a cíli, které lze zařazením hry dosáhnout. Hry jsou také doplněny o shrnutí praktické realizaci na letním táboře Duhy Jasmín v roce 2020. Reflexe her je provedena z pohledu vedoucích a dětí, které byly rozděleny do dvou skupin zahrnující děti s ADHD a ostatní účastníky. Letního tábora se zúčastnilo celkem 24 dětí. Z nich jsem mezi děti s ADHD zařadila 14 účastníků a 10 mezi ostatní. Šetření proběhlo také mezi 12 vedoucími, kteří mají rozdílnou zkušenost a kvalifikaci. Nicméně všichni se ve své praxi soustředí na přípravu volnočasových aktivit pro děti s ADHD a specifickými potřebami. Dotazování proběhlo čistě neformální formou v rámci obvyklé reflexe aktivity. Po každé aktivitě byly dotazování všichni účastníci hravou formou „Hlasování“ popsano v kap. 5.2 této práce. Volila jsem tedy jen tři jednoduché možnosti zahrnující možnosti odpovědi:

- 1) Jak se Ti hra líbila? Výběr z ano, nevím, nelíbila.
- 2) Chceš si ji zahrát ještě jednou? Výběr z ano, nevím, nechci.

Vybraných účastníků (viz další kapitola) jsem se dále cíleně dotazovala na detailní reflexi. Skupinu vedoucích jsem opět v rámci řízeného rozhovoru požádala o reflexi hry a odpovědi na cílené otázky:

- 1) Zařazujete hru do svého herního programu? Výběr odpovědi z ano, je pro mě nová, nezařazuji.
- 2) Je tato hra vhodná pro děti s ADHD (podle Vašeho názoru)? Výběr z možností velice vhodná, spíše ano (až neutrální), nevhodná (nezařazovat).



Výsledek průzkumu jsem zařadila bezprostředně za každou hrou. Zvolila jsem formu přehledu v tabulce a grafického znázornění v tzv. „koláčovém“ grafu. Tento průzkum slouží jako podklad k zodpovězení první výzkumné otázky z kapitoly 1: „Zda hyperaktivní děti (s ADHD) upřednostní nesoutěživé herní prvky před soutěživým programem zaměřeným na měření výkonu.“. Dále průzkum mezi vedoucími akce bude sloužit jako jeden z podkladů pro nalezení odpovědi na druhou výzkumnou otázku práce: „Zda nesoutěživé hry a aktivity vedou k rozvoji schopností dětí s ADHD.“.

## 8.1 Tichošlápek

*Tradiční hra, kterou je na akcích Duhy Jasmín zařazovaná na oddílové schůzky a v průběhu večerního programu. Posiluje identifikaci se skupinou, a to především u nových účastníků. Obvykle se také využívá k osvěžení jmen dětí.*

**Charakter hry:** nesoutěžní, spíše klidová

**Pro koho je určena:** skupina (10–30 osob)

**Prostředí:** místnost

**Délka trvání:** 20–30 minut

**Pomůcky:** šátek na zakrytí očí, židle nebo místa k sezení

**Vyhodnocení:** Hra není soutěživá. Cílem je provést výměnu pozic v kruhu bez dotyku se strážcem. Po hře vedoucí provádí reflexi pocitů účastníků.

**Pravidla:** Hra je vhodná do volného prostoru v místnosti, ve které si ze židlí vytvoříme kruh. Účastníci se na do kruhu posadí. Vedoucí vybere jedno dítě, které bude na počátku hry strážcem. Z kruhu je odebrána jedna židle tak, aby žádná nebyla volná. Před počátkem hry mají děti možnost si libovolně vyměnit místa. Strážce má šátkem zavázané oči a stojí uvnitř kruhu. Postupně vyvolává dvojice jmen účastníků, kteří si musí vyměnit pozice. Během výměny se děti musí pohybovat naprosto tiše a strážce se snaží dotykem ruky odhalit Tichošlápka. Koho se dotkne, ten si se strážcem vymění roli. A hra pokračuje dalším kolem.

**Poznámka pro vedoucího hry:** Během hry je důležité udržet klid a ticho. U nové skupiny je vhodné před hrou zopakovat jména účastníků. Je třeba dbát na bezpečnost během pohybu strážce, který má zavázané oči. Někdy děti v zápalu hry mají tendenci testovat, jestli strážce opravdu nevidí. Je důležité, aby si vyvolaný účastník neprodleně stoupl a vstoupil tak do hry. Někdy je možné zvolit i tři vyvolané Tichošlápky. Je vhodné sledovat skupinu a

napovídat strážci jména dětí, které si roli Tichošlápka ještě nevyzkoušely. Po hře proveďte reflexi pocitů.

**Realizace na akci:** Hra byla na letním táboře zařazena v rámci večerního programu druhý táborový den. Ve skupině nebylo mnoho dětí, a tak se velice rychle ujala. Využili jsme ji jako zklidňující aktivitu, která uvolnila emoce po předchozí soutěživé aktivitě. Dále byla hra zařazena v rámci deštivého odpoledne.

**Reflexe her dětí a vedoucích:** Hra je mezi vedoucími populární a zařazují ji často v rámci klidové fáze na akcích nebo jako dynamickou aktivitu na schůzkách. Někteří vedoucí zařazují obměnu hry, ve které se místo jmen využívají přezdívky (např. jména zvířat) nebo čísla. Což je vhodné do malé skupiny dětí, kteří se dobře znají. Hra je vhodná k nácviku reflexe skupiny a sdílení pocitů během hry. Obvykle nevyvolává spory a při vhodném řízení je naopak zklidňující a umožňuje uplatnění dítěte bez rozdílu věku a schopností.

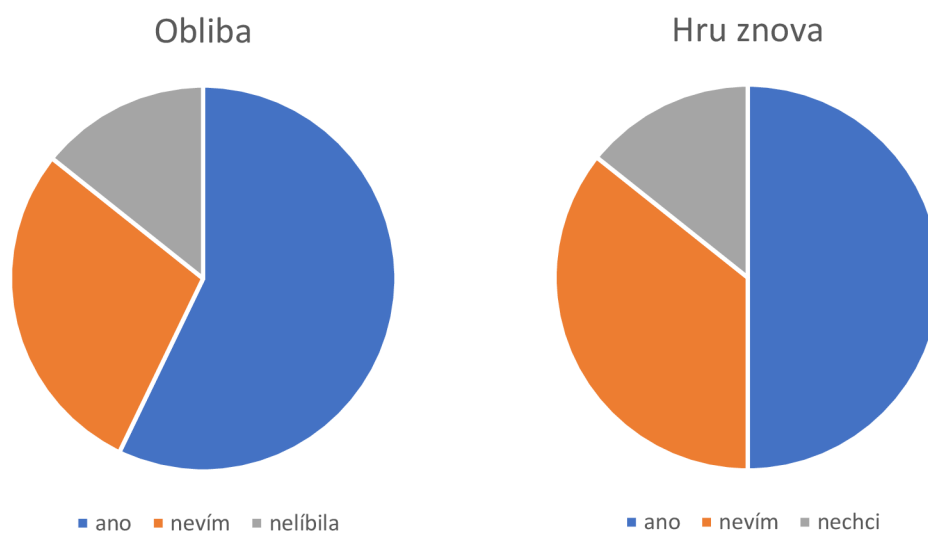
	Obliba			Hru znova		
	ano	nevím	nelíbila	ano	nevím	nechci
Děti s ADHD	8	4	2	7	5	2
Ostatní děti	8	2	0	7	2	0

Tab. 1 Reflexe hry Tichošlápek dětskými účastníky.

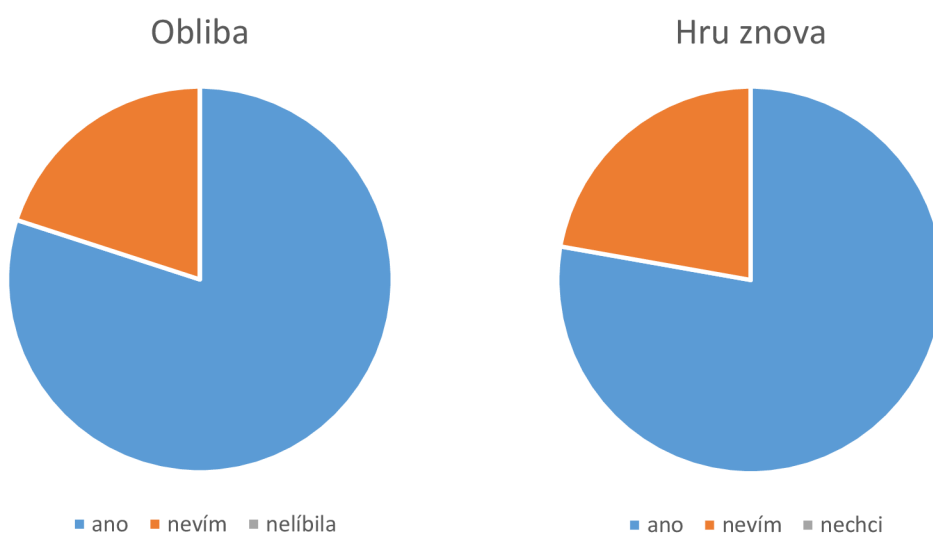
	Zařazuje			ADHD - vhodná		
	Ano	Neznám	nehraji	Velice	Ano	Nevhodná
Vedoucí	11	1	0	8	3	1

Tab. 2 Hra Tichošlápek - odpovědi vedoucích.

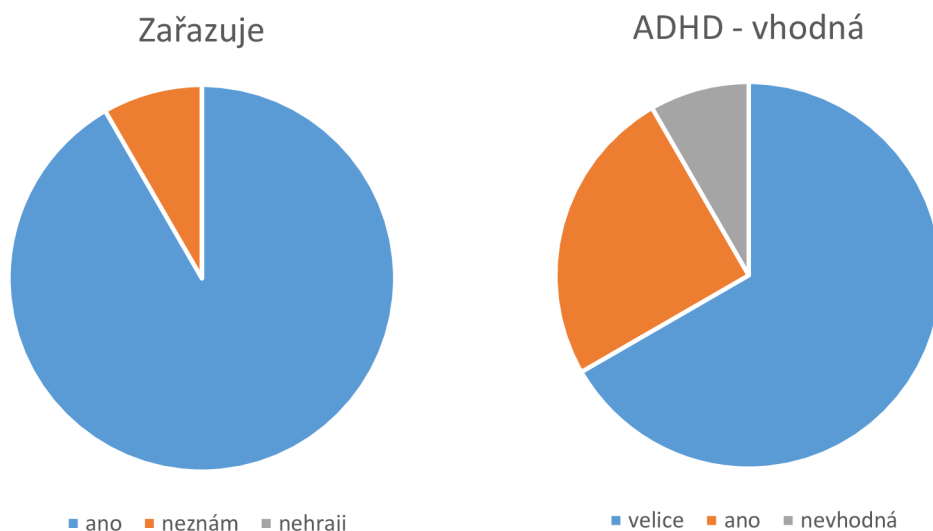
V rámci dotazování po herní aktivitě Tichošlápek bylo osloveno 24 dětí a 12 vedoucích. Jejich odpovědi jsou uvedeny v tab. 1 a 2. Z obr. 2 a 3 je patrné, že děti si hru oblíbily. Lze pozorovat zajímavý rozdíl mezi dětmi s ADHD a ostatními. Skupina dětí s ADHD častěji volí variantu, že neví, jestli by si hru ještě jednou zahrály. Příkladám to faktu, že hra Tichošlápek je zklidňující a klade jisté nároky na pozornost a především sebeovládání. Obdobný názor je patrný z odpovědi vedoucích (obr. 4), kteří hru doporučují jako vhodnou pro děti s ADHD a oceňují vyváženost dynamiky a zklidnění během této hry.



Obrázek 2 Hra Tichošlápek očima dětí s ADHD - reflexe hry.



Obrázek 3 Hra Tichošlápek očima ostatních dětí – reflexe hry.



Obrázek 4 Hodnocení hry Tichošlápek vedoucími.

## 8.2 Dirigent

*Hra do místnosti, která je vhodná i pro mladší školní věk. Na akcích ji s menšími obměnami zařazujeme i při cestování vlakem. Návik rytmiky a uvolnění atmosféry. Někdy se označuje jako hra na „detektiva“.*

**Charakter hry:** nesoutěžní, spíše klidová

**Pro koho je určena:** skupina (6–30 osob)

**Prostředí:** místnost

**Délka trvání:** do 20 minut

**Pomůcky:** židle nebo místa k sezení

**Vyhodnocení:** Hra není soutěživá. Cílem je rozpoznat dirigenta (tj. osobu, která udává pohyb).

**Pravidla:** Hra je vhodná do místnosti a v podstatě libovolného prostoru. Ze skupiny se vybere jedna osoba (hádač), která místnost opustí. Ostatní ze svého středu vyberou dirigenta, který bude předvádět pohyby (předcvičovat) a ostatní ho napodobují. Během hry se pohyby libovolně často mění. Po poradě zavoláme hádač, který stojí uprostřed kruhu a snaží se přijít na to, kdo pohyb řídí. Obvykle má tři pokusy. Následně se vybere nový hádač a hra pokračuje dalším kolem.

**Poznámka pro vedoucího hry:** Během hry je vhodné dát prostor i méně aktivním dětem a umožnit jim, aby si vyzkoušely roli hádajícího či dirigenta. Být středem pozornosti...

**Realizace na akci:** Hra byla zařazena v rámci oddílového odpoledne, kdy si oddíly připravily pro celý tábor vhodnou aktivitu. Shodou okolností přšlo, a tak se využila tato hra v místnosti.

**Reflexe her dětí a vedoucí:** Vedoucí tuto hru často zařazují na oddílových schůzkách a je velice populární mezi dětmi mladšího školního věku. Dynamiku hry je možné řídit pokyny dirigenta a lze tak docílit i zajímavých obměn. Od hlučného vyřádnění po tichou variantu, která se hodí třeba i do kupé vlaku při dlouhém cestování.

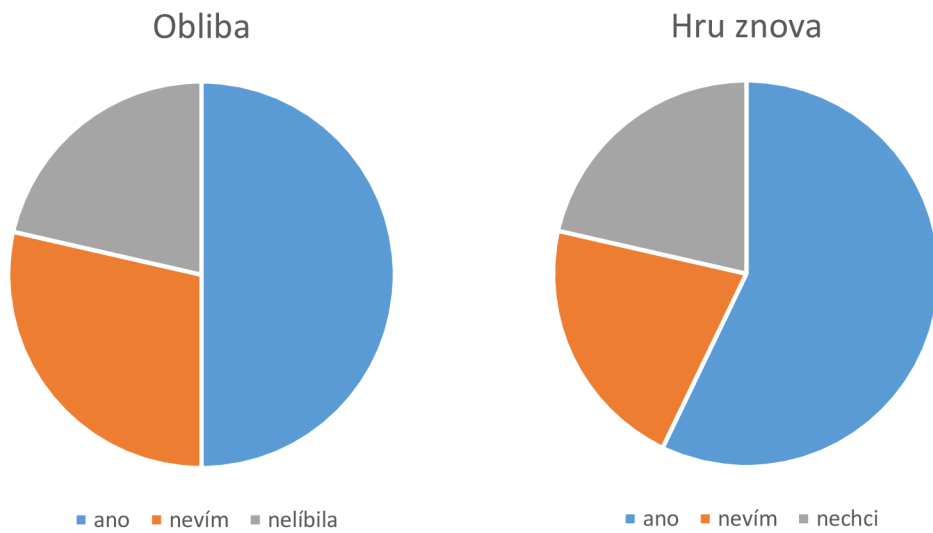
Odezva dětských účastníků je uvedena v tab. 3, kde je patrné srovnání preferencí dětí s ADHD a ostatních účastníků. Z vizualizace výsledků na obr. 5 a 6 je patrná volba ostatních dětí u této hry. Je patrné, že tuto aktivitu upřednostňuje skupina ostatních dětí. Což lze vykládat nízkou dynamikou aktivity, kterou děti s ADHD ve značné míře vyhledávají. Naopak vedoucí (viz tab. 4) tuto hru označují jako velice vhodnou pro děti s ADHD. Pravděpodobně proto, že tato hra nevzbuzuje ve skupině emoční napětí a konflikty. Je ovšem důležité citlivé vedení, které nabídne pestré aktivity pro celou skupinu dětí.

	Obliba			Hru znova		
	ano	nevím	nelíbila	ano	nevím	nechci
Děti s ADHD	7	4	3	8	3	3
Ostatní děti	9	1	0	7	2	1

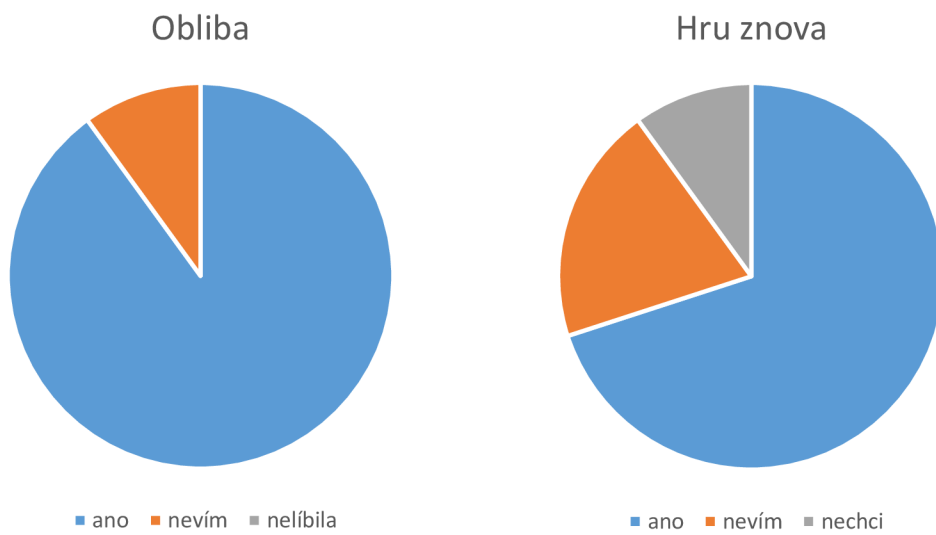
Tab. 3 Reflexe hry Dirigent dětskými účastníky

	Zařazuje			ADHD - vhodná		
	Ano	Neznám	nehrají	Velice	Ano	Nevhodná
Vedoucí	12	0	0	10	2	0

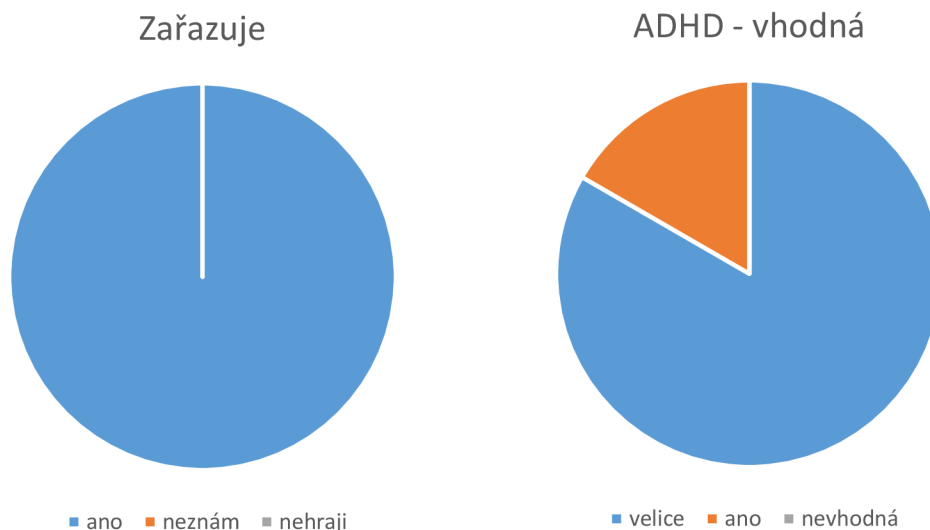
Tab. 4 Hra Dirigent, jak ji hodnotili vedoucí.



Obrázek 5 Hra Dirigent očima dětí s ADHD.



Obrázek 6 Hra Dirigent hodnocena ostatními dětmi.



Obrázek 7 Hra Dirigent - hodnocení vedoucími.

### 8.3 Stříhaná

*Hra do na hřiště, louku nebo jen cestu. Tradiční hra Duhy Jasmín, kterou zařazujeme i během přestávky na putování např. lesem.*

**Charakter hry:** soutěžní, dynamická

**Pro koho je určena:** skupina (více jak 12 osob)

**Prostředí:** louka, lesní cesta, hřiště

**Délka trvání:** 30 minut

**Pomůcky:** bez pomůcek

**Vyhodnocení:** Hra není typicky soutěživá. Je určena pro dvě skupiny hráčů, kteří se snaží dostat do území druhé skupiny. Vítězí ten tým, jehož hráč se první dostane do území protihráčů.

**Pravidla:** Skupinu dětí rozdělíme na dvě skupiny, které od sebe vzdálíme o cca 20–30 metrů (podle terénu a fyzické zdatnosti dětí). Děti ve skupině stojí v řadě za sebou. Na pokyn vyběhají první děti z řady proti sobě a co nejrychleji se snaží dostat k protějšímu týmu. Na místě, kde se potkají s protihráčem, se zastaví a zahrají si „kámen – nůžky – papír“. Vítěz pokračuje k protějšímu týmu a do hry vybíhá další člen z řady (plní vlastně roli „obránce“). Poražený se mezitím volným krokem vrací zpět do svého týmu a zařadí se na konec řady. Opět v místě, kde se hráči potkají, sehraji „kámen – nůžky – papír“. Tým, jehož hráč se dostane k soupeřům získá bod a hra začíná dalším kolem.

**Poznámka pro vedoucího hry:** Během hry je vhodné dbát na bezpečnost. Především volbu terénu a vhodnou obuv účastníků hry.

**Realizace na akci:** Hra se zařadila v polovině tábora na louku u lesa v rámci odpoledne sportovních her. Bylo důležité dbát na bezpečnost a dodržování pravidel. Uplatnila jsem princip rozhodování popsany v této práci (v případě sporu se situace opakuje).

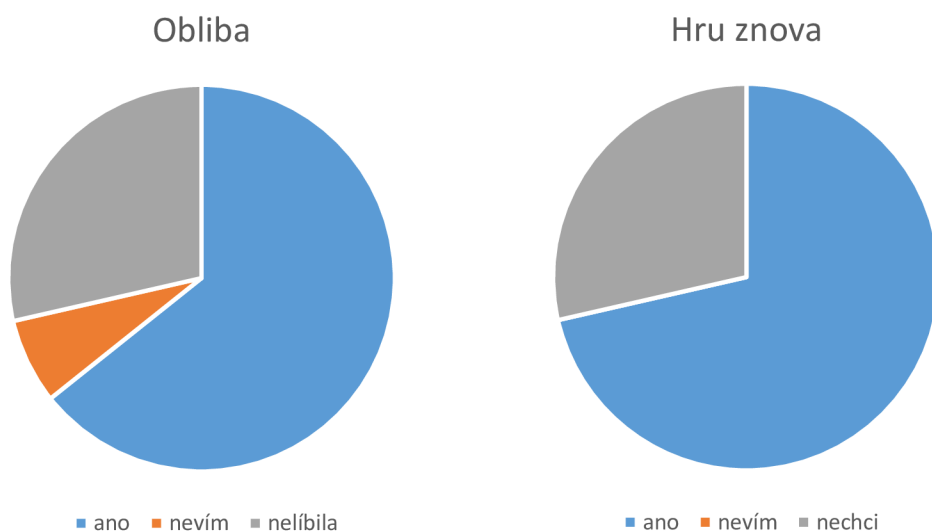
**Reflexe her dětí a vedoucí:** Dynamická hra. Během hry došlo k vyhocení situace, kdy mladší dítě popletlo hru „kámen – nůžky – papír“. Což jeden starší chlapec obtížně nesl. Je vhodné hru včas ukončit, aby se předešlo „nasycení“ dětí aktivitou.

	Obliba			Hru znova		
	ano	nevím	nelíbila	ano	nevím	nechci
Děti s ADHD	9	1	4	10	0	4
Ostatní děti	10	0	0	6	3	1

Tab. 5 Hra Stříhaná - reflexe dětské skupiny.

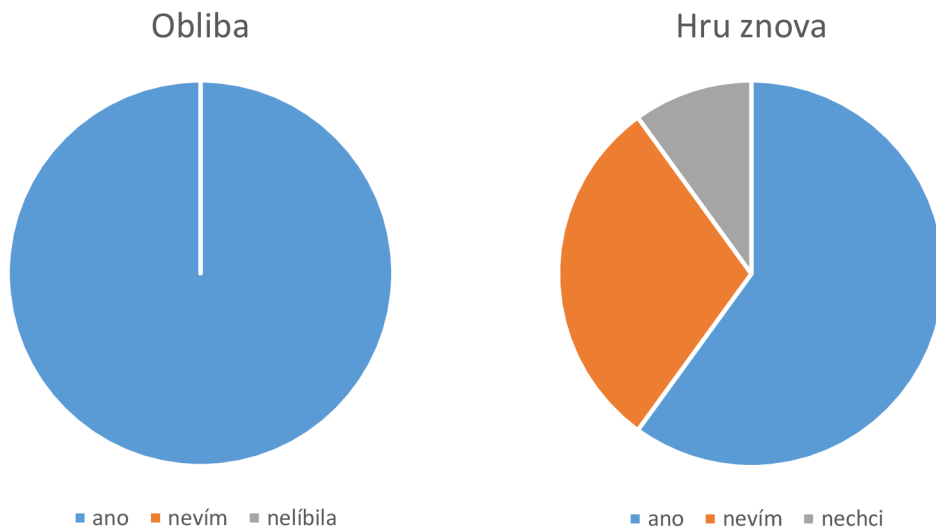
	Zařazuje			ADHD - vhodná		
	Ano	Neznám	nehraji	Velice	Ano	Nevhodná
Vedoucí	10	1	1	8	2	2

Tab. 6 Hra Stříhaná - hodnocení vedoucími.

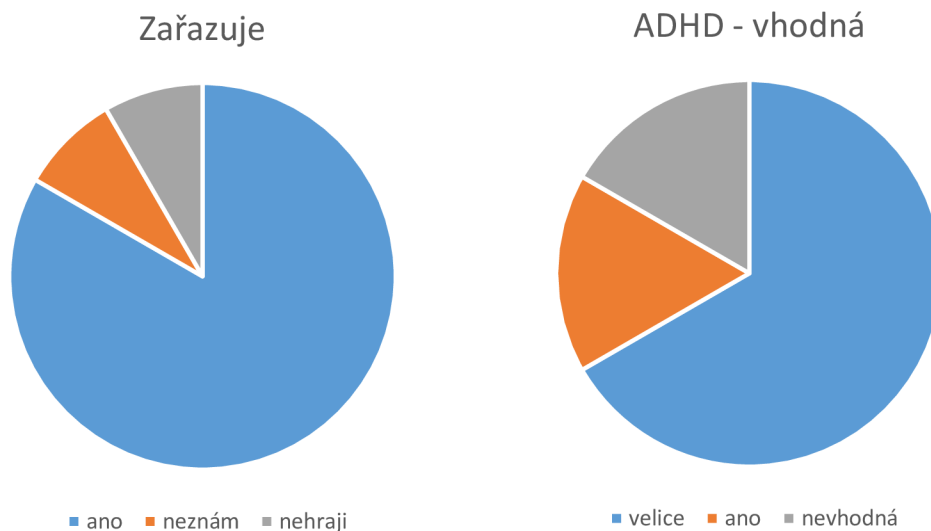


Obrázek 8 Hra Stříhaná v hodnocení dětí s ADHD.





Obrázek 9 Hodnocení hry Stříhaná ostatními dětmi



Obrázek 10 Hodnocení hry Stříhaná vedoucími.

Hra Stříhaná je vybraná jako typický zástupce soutěžní bezkontaktní hry. Ve hře se uplatňují aktivizující prvky, kdy se tým musí spolehnout na výkon jedince. Což je prvek, který vyvolává napětí a zvýšený tlak na osobní zodpovědnost za výsledek skupiny. Výsledek dotazování dětské skupiny je uveden v tab. 5 a graficky znázorněn na obr. 8 (dětí s ADHD) a 9 (skupina ostatních dětí). Z výsledku je patrné, že skupina ostatních dětí má hru velice oblíbenou a více než  $\frac{3}{4}$  dětí uvítá zopakování hry. Naopak u dětí s ADHD je patrné, že prakticky neexistuje skupina dětí, které by na hru měly nevyhraněný názor. Tento výsledek lze interpretovat tak, že soutěživá hra s tlakem na výkon jedince polarizuje emoce dětí s ADHD. Domnívám se, že se zde opakuje vzorec, který dítě zná např. ze školní docházky. Je patrné, že poměrně velká skupina dětí s ADHD takovou formu zátěže vnímá jako

nežádoucí (viz obr. 8). Skupina vedoucích (viz tab. 6 a obr. 10) tuto hru spíše zařazuje do svého programu a vnímá ji jako vhodnou formu pro děti s ADHD. Je to zajímavý výsledek, který lze interpretovat tak, že vedoucí považují soutěživé prvky jako žádoucí. U této hry je důležitá jednoduchost pravidel, čitelnost výsledku a možnost opakování situace. Díky tomu lze předcházet potenciálním konfliktům ve skupině.

## 8.4 Vybíjená (turnaj)

*Hra do na hřiště nebo louku nebo jen cestu. Do přehledu zařazena jako příklad soutěživé aktivity, u které dochází k eskalaci emocí.*

**Charakter hry:** soutěžní

**Pro koho je určena:** 3–5 týmů

**Prostředí:** louka, hřiště

**Délka trvání:** odpoledne

**Pomůcky:** míč, pomůcky na vymezení hracího území

**Vyhodnocení:** V turnaji se utká každý tým s každým a rozhoduje počet vítězství. Případně uspořádáme zvláštní finále.

**Pravidla:** Účastníci jsou rozděleni do týmů. Obvykle podle oddílů nebo losem. Turnaj se odehraje podle obvyklých pravidel školní vybíjené. V případě, že máme omezený čas na realizaci turnaje, je každý zápas omezen časem. Pak rozhoduje počet „vybitých“ protihráčů.

**Poznámka pro vedoucího hry:** Turnajové sportovní aktivity s sebou nesou riziko eskalace emocí a je třeba s tím dopředu počítat. Je důležité nastavit jasně pravidla a nepodcenit roli rozhodčího. U vybíjené hrozí riziko úrazu míčem v případě, že soupeři děti mladšího a staršího školní věku.

**Realizace na akci:** Aktivita byla zařazena v rámci sportovního turnaje o víkendu. S ohledem na omezené časové možnosti jsem zvolila časové omezení každého zápasu (15 minut). Někdy místo vybíjené zařazujeme, podle volby dětí, přehazovanou, ringo nebo fotbal.

**Reflexe her dětí a vedoucí:** Aktivita, kterou děti vyhledávají. Je ovšem důležité ji citlivě vést a rozhodovat spory. Turnaj jsme uspořádali pro oddíly, které byly namíchané od mladších po starší školní věk. Během hry došlo k několika konfliktům, kdy někteří starší

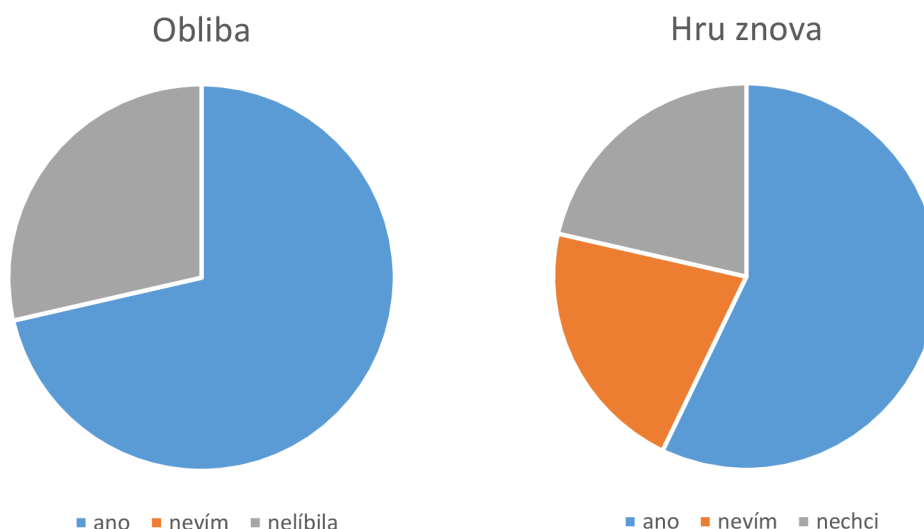
měli pocit, že mladší nestačí (např. nepřehodí hřiště). Řešila jsem dva konflikty, kdy starší obtížně zvládl své emoce a naschvál vybíjel velkou silou.

	Obliba			Hru znova		
	ano	nevím	nelíbila	ano	nevím	nechci
Děti s ADHD	10	0	4	8	3	3
Ostatní děti	8	0	2	5	3	2

Tab. 7 Turnaj ve vybíjené v hodnocení dětskou skupinou.

	Zařazuje			ADHD – vhodná		
	Ano	Neznám	nehraji	Velice	Ano	Nevhodná
Vedoucí	9	0	3	3	1	8

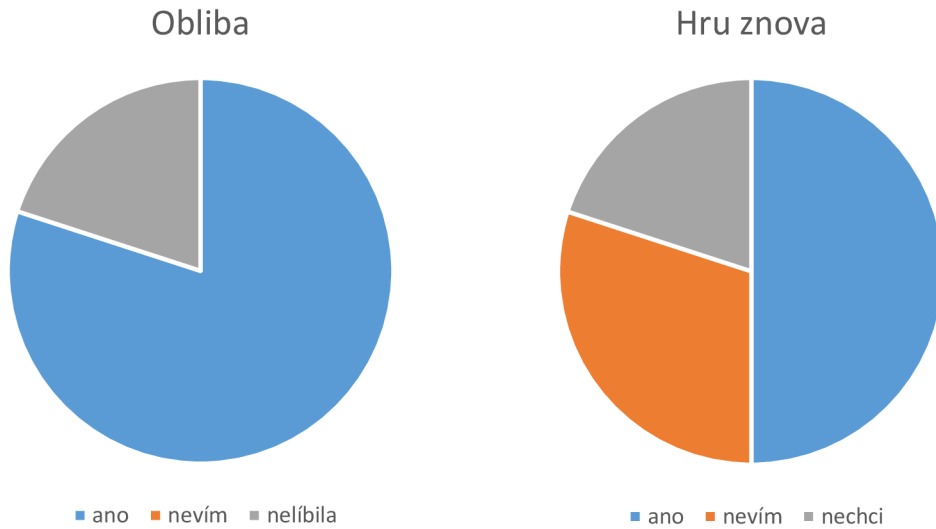
Tab. 8 Hodnocení turnaje ve vybíjené vedoucími.



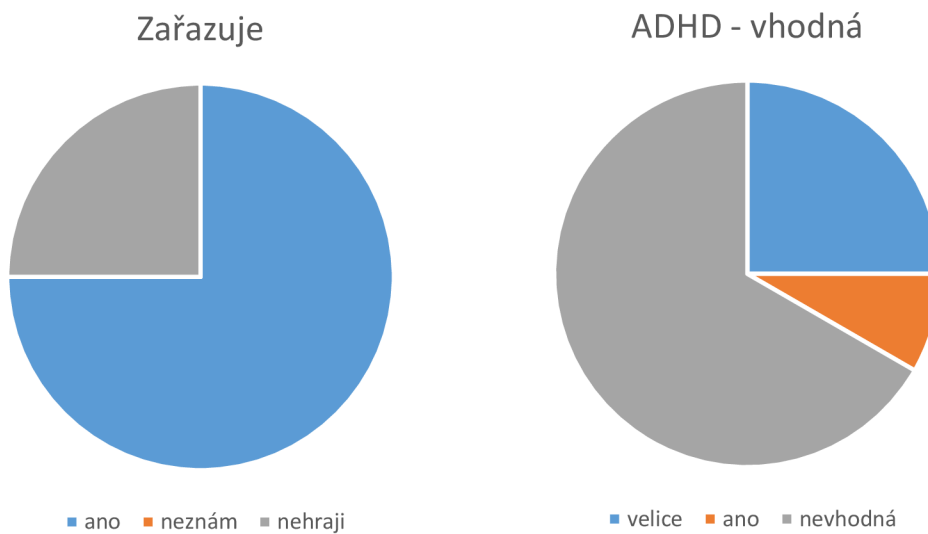
Obrázek 11 Turnaj ve vybíjené v hodnocení dětí s ADHD.

Shrnutí výsledků k této herní aktivitě je uvedeno v tab. 7 (dětské účastníci) a tab. 8 (vedoucí). Vybraná aktivita je zástupce soutěžní hry, která má relativně komplikovaná pravidla a klade velký důraz na spolupráci (týmový sport). Zároveň jako typická sportovní aktivita je orientovaná na výkon, ve které se obtížně uplatňují děti s různými fyzickými předpoklady a mentální odolností. Výsledek průzkumu mezi dětmi s ADHD je graficky znázorněn na obr. 11. Je zde patrná silná skupina (cca 1/4 účastníků), která hru negativně hodnotí a nechce si ji zahrát znovu. Tato skupina je u dětí s ADHD lehce vyšší než u skupiny ostatních dětí (obr. 12). Je patrné, že sportovní hry orientované na výkon nemusí být přijímané ani skupinou

ostatních dětí. Tento závěr je podpořen odezvou vedoucích (obr. 13), který soutěživý turnaj označuje jako nevhodnou aktivitu pro děti s ADHD (cca 2/3 odpovědí).



Obrázek 12 Turnaj ve vybíjené v hodnocení ostatních dětí.



Obrázek 13 Hodnocení turnaje ve vybíjené vedoucími.

## 8.5 Vysílačky

*Hra do města nebo terénu. Autorská hra Duhy Jasmín, která je zaměřená na kooperaci pro celou skupinu dětí.*

**Charakter hry:** nesoutěžní, logická, úkolová

**Pro koho je určena:** skupina (více jak 12 osob)

**Prostředí:** město, vesnice, les

**Délka trvání:** 120 minut

**Pomůcky:** krátkovlnné vysílačky, visací zámky s klíči, batoh pro každý tým

**Vyhodnocení:** Nesoutěživá hra. Každý tým se snaží získat klíč k zámku a odhalit osobu, která má u sebe plán k pokladu. Cílem hry je nalézt klíče (3) k zamknutému batohu a finální osobu. Během první fáze hry děti hledají klíče ke třem zámkům, které jsou ukryté v okolí tábora. V druhé fázi se snaží odhalit jméno osoby skrytou za indiciemi a tu osobu nalézt.

**Pravidla:** Děti se rozdělí do skupin, které by měly být zhruba stejně zdatné. Každá skupina dostane zamknutý batoh a vysílačku. Vedoucí vyberou jednu osobu, kterou mají děti během svého pátrání odhalit a nalézt. Tato osoba do každého batohu ukryje nějakou nápovědu k sobě (např. část oblečení, zpěvník, botu atd.). Týmy mají možnost během hry spolu komunikovat vysílačkou a koordinovat strategii.

První fáze: Týmy dostanou mapu a první úkol, kde mají nalézt první klíč k zámku. Na místě s klíčem je ukrytý druhý úkol a mapa k druhému klíči... Cílem je získat tři klíče k visacím zámkům.

Druhá fáze hry: Batoh je odemčen a týmy odkrývají indicii. Mají možnost se rozhodnout, zda indicii ostatním sdělí a poradí se. V případě, že týmy žádají další indicii, mají možnost požádat vedoucího hry, který za podíl na výsledném pokladu tuto nápovědu sdělí.

Finále: Znáám, resp. myslím si, identitu hledané osoby. Snažíme se ji společně nalézt a polapit.

**Poznámka pro vedoucího hry:** Během hry se děti v terénu pohybují bez dozoru. Dbejte na jejich bezpečnost. Před hrou motivujte ke kooperaci a dbejte na to, aby v týmu měl každý svou roli (ovládá vysílačku, nese batoh, drží klíče, čte mapu, hledá, hlídá, ...).

**Realizace na akci:** Hru jsem zařadila v druhé polovině tábora jako aktivitu, která má zcelovat celou skupinu. Realizovali jsme ji během celého odpoledne a byla motivována legendou Sherlocka Holmese.

**Reflexe her dětí a vedoucí:** Děti ocenily zcela nový prvek hry zaměřené na spolupráci. Mladší děti si užily hledání pokladu, vysílačku, a především zodpovědnost za splnění úkolu.

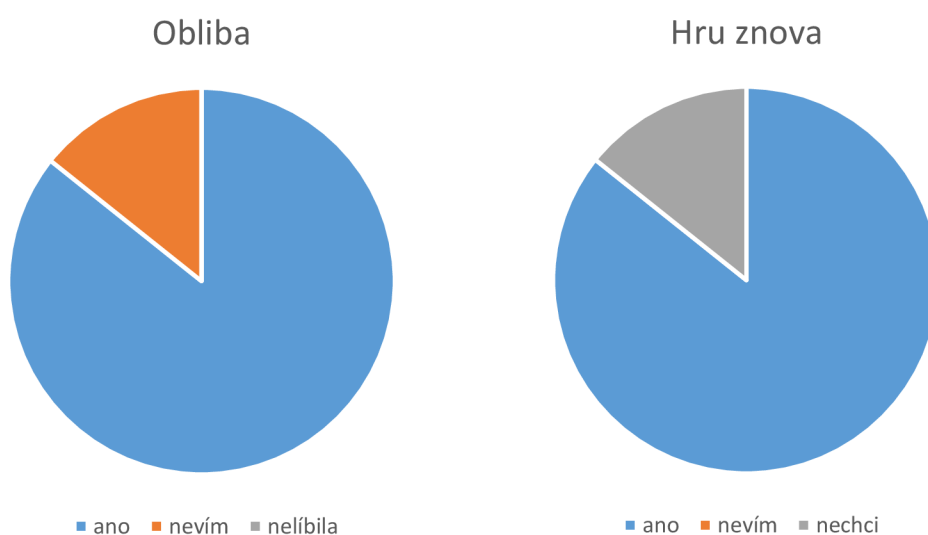
Hra Vysílačky byla vybrána jako typický zástupce nesoutěživé hry, která podporuje spolupráci v týmu a napříč skupinami. Ve srovnání s Turnajem ve vybíjené mají skupiny možnost kooperace, která je rychleji dovede k cíli. Odezva získaná po herní aktivitě je uvedena v tab. 9 (děti) a tab. 10 (vedoucí). Je patrné, že děti s ADHD (obr. 14) tuto aktivitu oceňují a více než ¾ účastníků si přeje hru zařadit do programu ještě jednou. Tento výsledek lze interpretovat jako možnost uplatnění hráče v různých rolích (viz poznámky pro vedoucího). U skupiny ostatních dětí není tato preferenci tak silná (cca 1/2). Může to být způsobeno nižší náročností aktivity, která byla více zaměřena na kooperaci. Vedoucí skupiny (viz obr. 16) hru Vysílačky označují jako velice vhodnou pro děti s ADHD a doporučují zařazení obdobných aktivit do herního programu.

	Obliba			Hru znova		
	ano	nevím	nelíbila	ano	nevím	nechci
Děti s ADHD	12	2	0	12	0	2
Ostatní děti	8	1	1	5	4	1

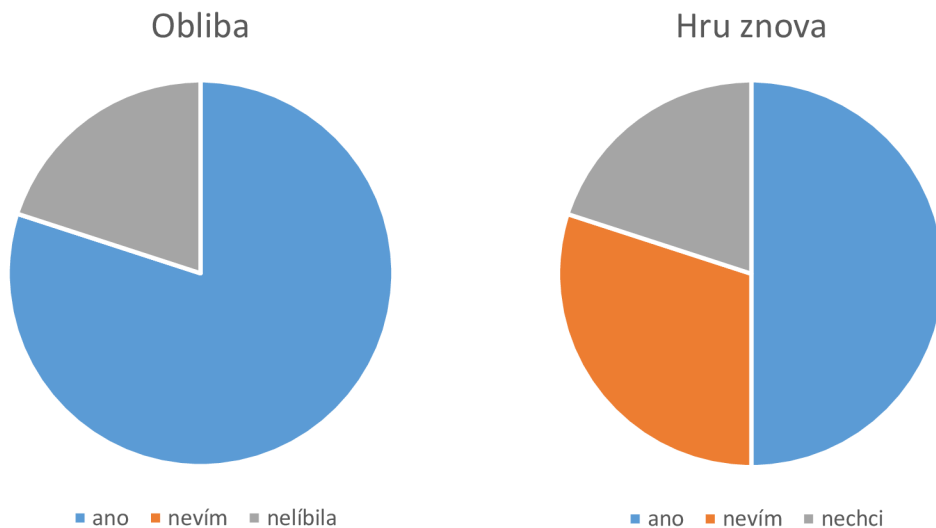
Tab. 9 Hodnocení hry Vysílačky dětskou skupinou.

	Zařazuje			ADHD - vhodná		
	Ano	Neznám	nehraji	Velice	Ano	Nevhodná
Vedoucí	9	2	1	7	3	2

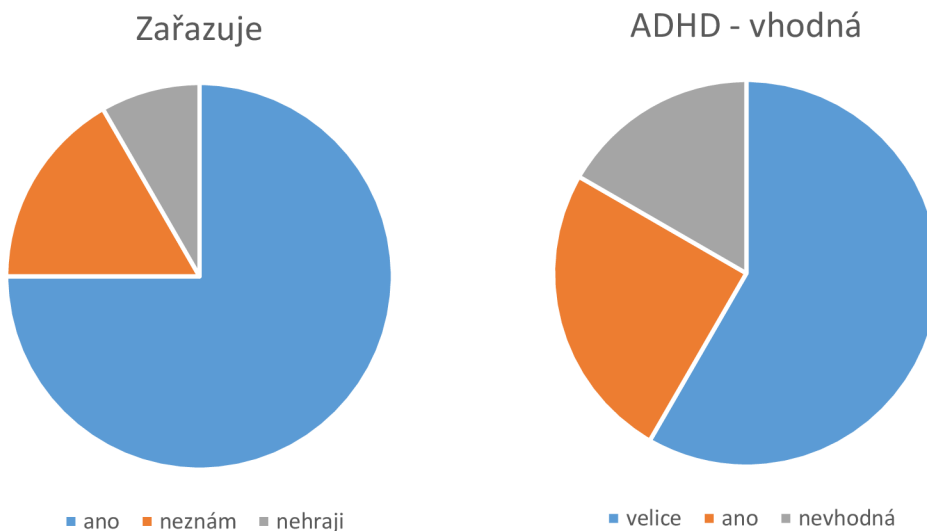
Tab. 10 Hodnocení hry Vysílačky vedoucími.



Obrázek 14 Hra Vysílačky v hodnocení dětí s ADHD.



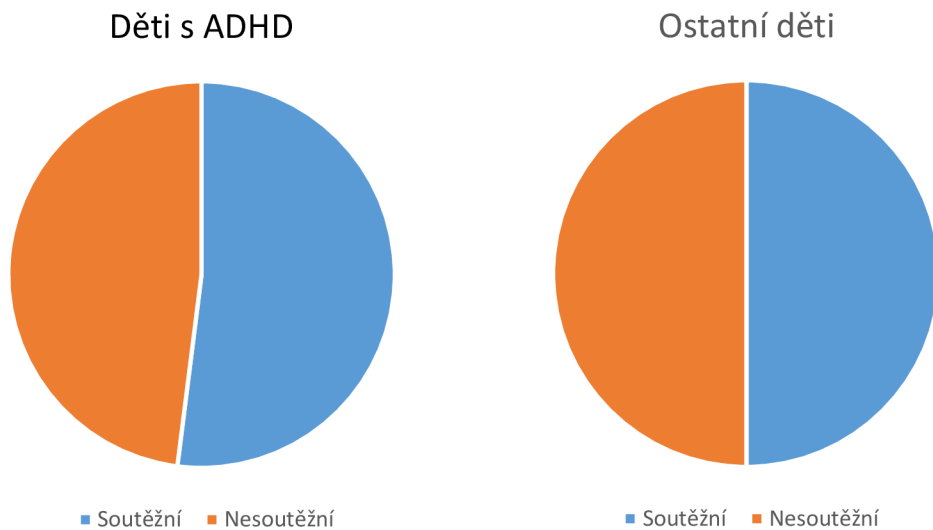
Obrázek 15 Hra Vysilačky v hodnocení ostatních dětí.



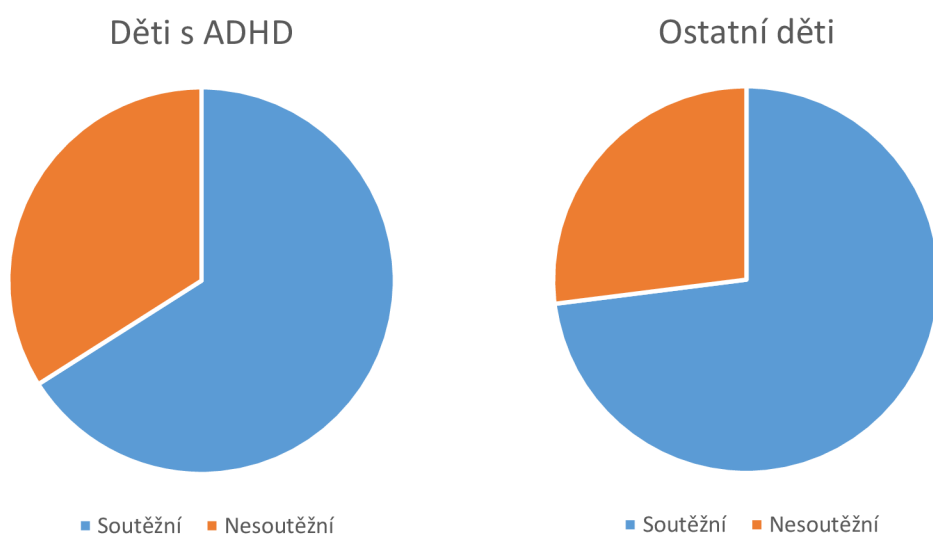
Obrázek 16 Hodnocení hry Vysilačky vedoucími.

## 8.6 Srovnání závěrů z vybraných her

V této kapitole diplomové práce byly představeny vybrané 3 nesoutěžní a 2 soutěžní hry zařazené do programu letního tábora Duhy Jasmín v roce 2021. Cílem bylo nalézt podklady pro zodpovězení 1. a 2. otázky, které jsem si kladla v kapitole 1 této práce. Je vhodné provést přímé srovnání soutěživých a nesoutěživých her a reakci na ně u vybraných skupin dětí (s ADHD, ostatní dětí) a vedoucích. Pro vybrané hry jsem tedy provedla grafické srovnání významných odpovědí. Zde jsem zvolila především polarizující odpovědi (ano, nechci). Odpověď ve variantě nevím mi slouží jako reference neutrální odpovědi.

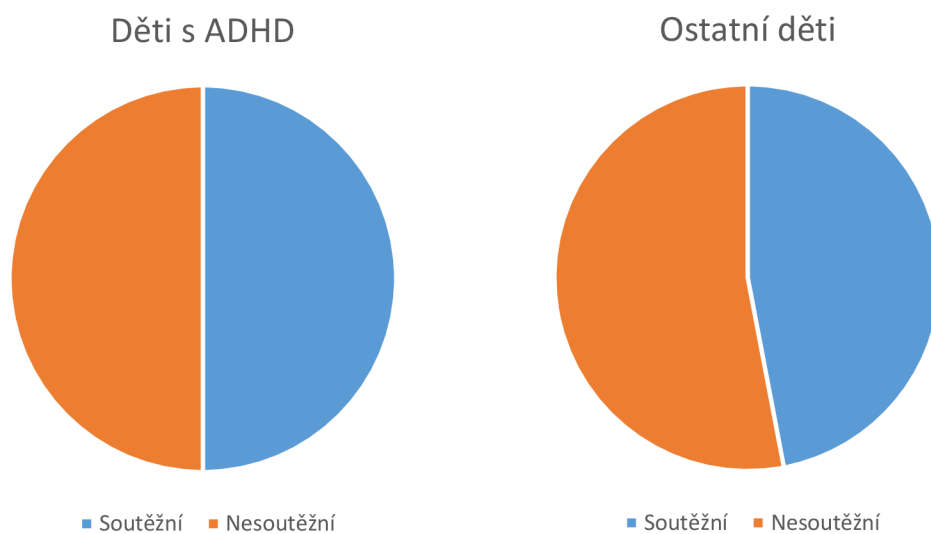


Obrázek 17 Srovnání oblíbenosti (odpověď **Ano, líbila**) soutěžních a nesoutěžních her ve skupině dětí s ADHD a ostatních.

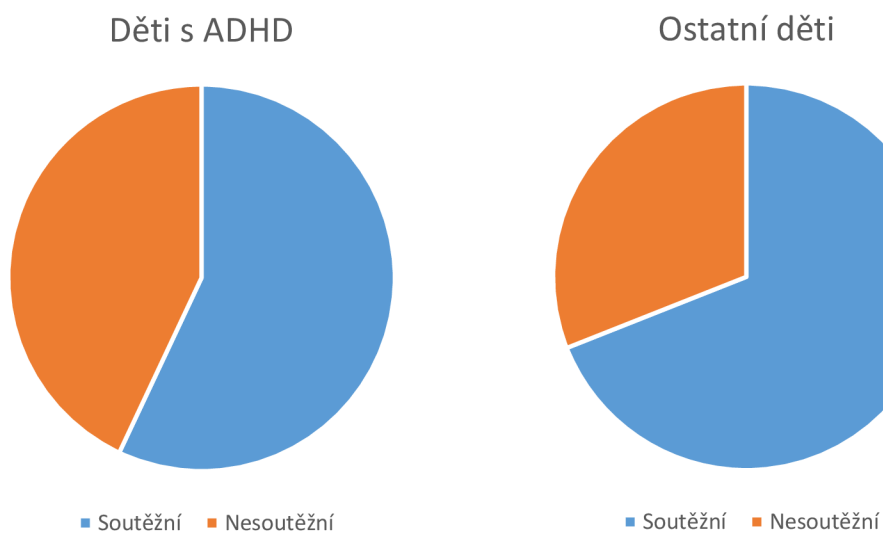


Obrázek 18 Negativní odpověď ("**Hra se mi nelíbila**") pro soutěžní a nesoutěžní hry.

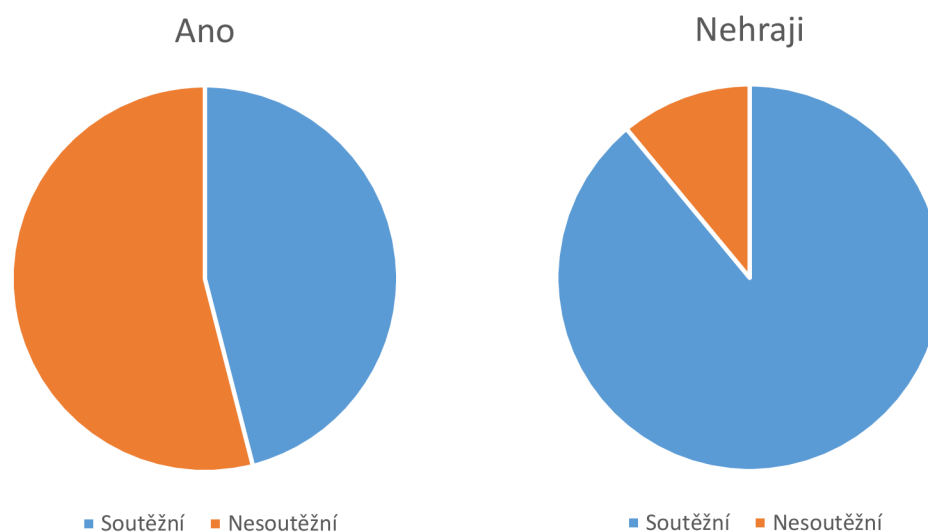




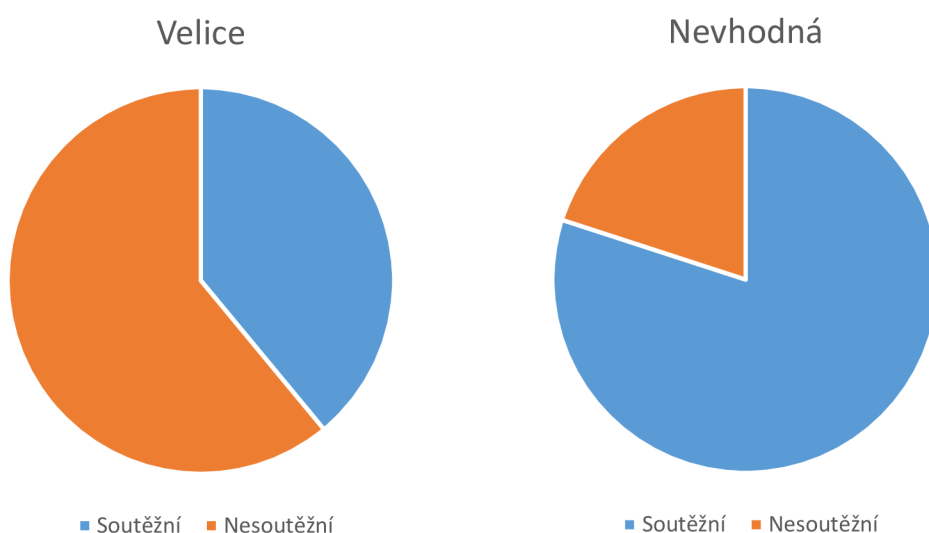
Obrázek 19 Srovnání odpovědi **Ano** na otázku: "Chceš si zahrát hru znovu?" pro skupinu dětí s ADHD a ostatní.



Obrázek 20 Negativní odpověď "Nechci si zahrát hru znovu" pro obě skupiny dětí.



Obrázek 21 Vedoucí, kteří hry z dané skupiny zařazují do svého programu.



Obrázek 22 Vnímání vedoucích vhodnosti typu her pro děti s ADHD.

Na otázku, zda děti s ADHD preferují nesoutěžní prvky oproti soutěžním, nám pomohou nalézt odpověď grafy na obr. 17–20. Zde jsem srovnala odpovědi obou skupiny dětí (s ADHD a ostatních) u dotazování bezprostředně po realizovaných hrách. Hodnoty jsou relativně normovány, aby se eliminoval vliv rozdílné velikosti vzorku (počtu dětí ve skupinách a počtu her). Vždy je důležité sledovat jak kladnou, tak i zápornou odpověď dítěte. V mnohých případech jsem sledovala, že dítě se snadněji vymezuje negativně oproti zvolené hře. Z obr. 17 a 18 je patrné, že obliba soutěživých a nesoutěživých herních prvků je u obou zvolených skupin zhruba stejná a není možné v mezích přesnosti dotazování je od sebe odlišit. Obdobný výsledek je možné vidět u zpětné vazby ke hrám (obr. 19 a 20).

Předpokládám, že dítě, které má pozitivní zážitek ze hry, si ji chce zahrát opět. Lze naopak vyzorovat vyšší polarizaci názoru dětí s ADHD oproti skupině ostatních dětí. Mezi dětmi s ADHD je méně dětí, které jsou nerozhodnuté. Je to patrně způsobené tím, že dítě s ADHD reaguje na okamžitý podnět a ventiluje přímý zážitek ze hry. Buď je nadšené a je ochotné hru několikrát opakovat nebo naopak dochází u něho k negativním emocím. Hra není dítětem přijata. Z uvedených dat vyplývá, že děti s ADHD nemají jinou preferenci oproti ostatním dětem, ale je u nich důležité citlivé vedení a podání hry. Jsou citlivá na jasná pravidla, čitelnost hry, a především správnou práci vedoucího. **Je tedy patrné, že děti s ADHD nepreferují více nesoutěžní hry než skupina ostatních dětí.** Tento závěr také vyplynul z výsledků získaných k soutěživým hrám Stříhaná a Turnaj ve vybíjené. Zde je možné srovnat vliv obtížnosti pravidel a pozice dítěte ve skupině.

Odpověď na otázku, zda nesoutěživé hry jsou vhodné a mohou rozvíjet schopnosti dětí s ADHD, je možné neadresně hledat v odpovědi vedoucích skupiny dětí na letním táboře Duhy Jasmín. Cílené porovnání progresu a vlivu her bude provedeno u vybraných dětí v rámci kazuistiky v následující kapitole práce. Na obr. 21 a 22 jsou znázorněny shromážděné odpovědi vedoucích na zvolené otázky. Nejprve jsem studovala, jakou preferenci her vybraná skupina vedoucích má. Z obr. 21 je patrné, že vedoucí nemají žádnou preferenci mezi soutěžními a nesoutěžními hrami. Lehce více upřednostňují hry s nesoutěživými a kooperativními prvky. Vhodnost vybraných her pro děti s ADHD je znázorněna na obr. 22. Zde je patrné, že **podle názoru vedoucích jsou pro děti s ADHD silně vhodné hry s nesoutěžními prvky.** Vezmeme-li do úvahy komplementární doplněk (hry nevhodné), je jasné, že je účelné do programu pro děti s ADHD zařazovat hry s nesoutěživými prvky.

## 9 KAZUISTIKY

V rámci této kapitoly diplomové práce budou představeny vybrané kazuistiky čtyřech účastníků letního tábora Duhy Jasmín v roce 2020. **Metody, které byly využity pro sběr dat pro kazuistiky jsou pozorování, rozhovor s dítětem a reflexe vedená rozhovorem s vedoucími.** Všichni s organizací dlouhodobě spolupracují a účastní se jejich akcí. Mám tedy možnost sledovat jejich posun v delším časovém horizontu a nalézt podpůrné argumenty pro druhou otázku z kapitoly 1.2 práce „Vedou nesoutěživé hry a aktivity k rozvoji schopností dětí s ADHD?“ Dále zde budou shromážděny další podklady k zodpovězení první otázky „Upřednostňují hyperaktivní děti (s ADHD) nesoutěživé herní prvky před soutěživým programem zaměřeným na měření výkonu?“ Kapitola je rozdělena do čtyřech částí, kdy každá část je věnována jednomu dítěti. Na závěr je provedeno shrnutí výsledků vyplývajících z kazuistik. Pro každé sledované dítěte je uvedeno stručné představení souvislostí a zkušeností s dítětem. Dále zde uvedu vlastní pozorování dítěte v různých situacích, které navodily hry z předchozí kapitoly. Důležitým vstupem je výsledek rozhovoru s dítětem a reflexe ostatních vedoucích. Identita dětí byla úmyslně změněna.

### 9.1 Eda (14let)

Eda je dospívající chlapec a typický zástupce dítěte s ADHD, má impulsivní reakce, oscilující koncentraci pozornosti, je neposedný, má zvýšené konflikty s vrstevníky, je sportovně založený.

- Psychiatrem diagnostikované ADHD 2016.
- Do 3. třídy vystřídal několik základních škol, od 4. třídy spolupráce učitele, matky a speciálního pedagoga.
- Vyrůstal ve dvojjazyčné rodině (otec Ital), nyní rodiče rozvedeni, žije s matkou a s mladšími sestrami (dvojčaty).
- Na doporučení PPP nastoupil do Duhy Jasmín, kde působí již 6 let.

#### Hra Tichošlápek

Hodnocení autorky práce: Akceptuje pravidla, ale je netrpělivý, nemá rád, když je někdo dlouho uprostřed. Jinak si hru podle mě užívá. Je hbitý a snaží se být ohleduplný k mladším

spoluhráčům. Hru zvládl bez větších konfliktů. Při vybírání jmen opakuje stále ty samé účastníky. V jeho případě je vhodnější hrát hru s čísly nebo jinými symboly.

Hodnocení Edy: „Tuhle hru mám rád, rád jsem uprostřed i v kruhu. Myslím si, že jsem dost hbitý, že mě málokdo, kdo je uprostřed, chytí“.

### **Hra Dirigent**

Hodnocení autorky práce: Pravděpodobně se nudí. Raději si povídá v kruhu se svými vrstevníky, ale nekazí hru ostatním. Jednou byl dirigentem, za dveře nechtěl.

Hodnocení Edy: „Celkem ji hraju rád, ale raději jsem dirigentem nebo jen účastník, nerad hádám, kdo to je.“

### **Hra Stříhaná**

Hodnocení autorky práce: Tento typ hry je Edovi nejbližší. Rád hraje sportovní hry a porovnává své fyzické schopnosti s ostatními vrstevníky. Hra proběhla bez problémů. Edy tým vyhrál.

Hodnocení Edy: „Teď už jí hraju rád, ze začátku mi vadilo, že někteří v týmu jsou pomalejší, a to mě rozčilovalo, že pak nemůžeme jako tým vyhrát.“

### **Hra Turnaj ve vybíjené**

Hodnocení autorky práce: Eda měl několik obtížných okamžiků, tzv. záseků. Nerad prohrává a raději obviňuje ostatní. Nicméně zvládl dohrát turnaj do konce.

Hodnocení Edy: „No vím, že to hrajeme každý tábor. Přijde mi nefér, když se to hraje po týmech. Byl bych rád, kdyby to bylo jen pro starší a mladší hráli něco jiného. Jak mám s těmi malými něco vyhrát. Jo byl jsem naštvaný, že náš tým prohrál“

### **Hra Vysílačky**

Hodnocení autorky práce: Eda byl kapitánem své skupinky. Překvapilo mě, jak vážně tuto úlohu bral.

Hodnocení Edy: „Byla to pro mě nová hra a moc se mi líbila. Nejvíc se mi líbila ta vysílačka, chtěl jsem ji mít co nejvíc pro sebe. Ale nakonec jsem se o ni i podělil.“

### **Celkové hodnocení Edy**

Eda vybírá hru: Kdybych měl hodnotit hry tak nejvíc se mi líbily Vysílačky a Tichošlápek.

Většina vedoucích vidí u Edy velký posun, dokáže být ohleduplnější k mladším a hry si užívá.

Eda je dítě, které za své působení v Jasmínu udělalo velký kus práce. Od počátku se musel učit ventilovat své emoce vhodným a bezpečným způsobem a adekvátně reagovat na své vrstevníky i dospělé. Naučil se trpělivosti, umění prohrávat a odložit své přání na později. Mnohdy se ocital v situacích, které byly náročné nejen pro něho, ale pro všechny zúčastněné. Vytrvalostí, důsledností, empatickým přístupem a vhodnými technikami se nám ho podařilo motivovat a probudit v něm ochotu spolupracovat a pracovat sám na sobě. Podařilo se mu osvojit potřebné sociální dovednosti, které ve velké míře umí i aplikovat i ve školním prostředí a případné vzniklé konflikty zvládá v rámci svých možností dobře. Upřednostňuje soutěživé hry, které již dokáže hrát bez větších konfliktů. Naučil se respektovat pravidla her, toleruje mladší spoluhráče a dokáže lépe kontrolovat své emoce.

## **9.2 Matěj (12let)**

Matěj je chlapec s diagnostikovaným ADD. Je úzkostný až flegmatický, trpí různými fobiemi (např. hmyz), vývojově oslabená krátkodobá sluchová paměť, na logicko-matematické úrovni velmi chytrý. Nedokáže adekvátně komunikovat s vrstevníky – ostrakizace 1.st, neměl žádné kamarády, má autistické rysy.

- Během 2. třídy vystřídal z důvodu šikany několik ZŠ.
- S výchovou pomáhá starší sestra, rodiče pracovníčně hodně vyčerpáni, otec IT (asi Aspergerův syndrom – nebyl diagnostikován).
- Na doporučení PPP nastoupil do Duhy Jasmín, kde již funguje 3.rokem.

### **Hra Tichošlápek**

Hodnocení autorky práce: Matěj se nechává schválně chytit, aby mohl být co nejdéle v kruhu. Bylo třeba změnit pravidla hry. Pokud po třech pokusech nikoho nechytí, tak se s ním někdo vystřídá.

Hodnotí Matěj.: „Tuhle hru mám rád, rád jsem uprostřed i když mi dlouho trvá, než někoho chytím“

### **Hra Dirigent**

Hodnocení autorky práce: Matěj je rád středem pozornosti. Naštěstí se tu role rychleji střídají. A kdo už byl jednou dirigentem, nestane se tu podruhé.

Hodnotí Matěj: „Rád hledám dirigenta i jím jsem.“

### **Hra Stříhaná**

Hodnocení autorky práce: Matějovi dlouho trvalo déle, než pochopil pravidla. Je pomalejší, ostatní děti si ho nechtějí většinou vybrat do své skupiny. Jediné, co ho na té hře baví je faktické stříhání, které vždy vyhraje.

Hodnotí Matěj: „Nemám moc rád pohybové hry, nejlepší na té hře je kámen, nůžky, papír.“

### **Hra Vybíjená**

Hodnocení autorky práce: Matěj se ani nesnaží ji hrát. Neuhýbá a nechá se, co nejrychleji vybit. Spíše vymýšlí strategii, jak nabíjet.

Hodnotí Matěje: „Nemám jí rád, vždy mě hned vybijou.“

### **Hra Vysílačky**

Hodnocení autorky práce: Vnímala jsem Matějovu spokojenost. Vysílačku skoro nikomu nepůjčil, i když jim trošku zlobila. To však neovlivnilo jeho pozitivní hodnocení hry.

Hodnotí Matěj: „Byla to pro mě nová hra a moc se mi líbila, nejvíc se mi líbila ta vysílačka.“

### **Celkové hodnocení Matěje**

Matěj vybírá hru: Kdybych měl hodnotit hry tak nejvíc se mi líbily Vysílačky a Dirigent.

Matěj je velmi srdečné dítě, které je však velmi specifické. Autistické rysy ho činí ve skupině často neoblíbeným a podivínským. Musel se naučit fungovat ve skupině tak, aby mohly být naplňovány jeho přání a zároveň byly dodržovány osobní hranice ostatních. V jeho sebe rozvoji v rámci Jasmínu mu velmi pomohlo uvědomění si vlastních silných stránek a možnost být přínosem pro ostatní. Objevil v sobě herecké nadání, kterým zaujal i své vrstevníky. Jeho intelektuální zájmy byly dříve zdrojem vtipků, teď je skupinou tolerovaný. I díky spolupráci se speciálním pedagogem, který v Jasmínu dlouhodobě působí, se mu podařilo také zpracovat některé úzkosti a strachy, které ho v životě velmi limitovaly.

Matěj preferuje nesoutěživé hry, kde využije své znalosti a umění strategie. Přestože se už více zapojuje do pohybových her, nehraje je rád. Je přijímaný vrstevníky ve skupině.

## 9.3 Martin (12let)

Martin je chlapec, který má výchovné problémy, opoziční vzdor, narušenou oblast sociálních dovedností – lehké autistické znaky, urážlivý až uzavřený, pokusy o útěk.

- Do PPP se dostal jako účastník šikany (nebyl agresorem ani obětí), v Jasmínu funguje už 5 let.
- Těžší rodinné zázemí – otec zemřel, žije u matky s druhem, který má další dvě mladší děti, o které se pomáhá starat.

### Hra Tichošlápek

Hodnocení autorky práce: Martin je ve věku, kdy naopak nechce být středem pozornosti a raději by si chtěl někde v koutku povídat se svými vrstevníky. Bohužel nejvíc při takovýchto hrách. Nicméně hru mladším nekazí a dává jim přednost.

Hodnotí Martin: „Tuhle hru nemám moc rád, nejsem rád uprostřed. Štve mě, že si nemůžu povídat a musím dávat pozor.“

### Hra Dirigent

Hodnocení autorky práce: U takového typu hry je to podobné jako u Tichošláпка, ale nechá se strhnout. Nikdy Martina nenutíme, aby byl hadačem nebo dirigentem.

Hodnotí Martina: „Mám ji rád, ale raději jsem jen účastník, nerad jsem dirigentem nebo hádám.“

### Hra Stříhaná

Hodnocení autorky práce: Martin hru hraje rád a dokáže ji i vést. Jen je nervózní, když někdo nerespektuje jeho pravidla.

Hodnotí Martin: „Super hra i když někdy musí hru víc hlídat. Vadí mi, když ostatní kašlou na jasně daná pravidla“

### Hra Turnaj ve vybíjené

Hodnocení autorky práce: Martin je sportovně založený chlapec. Během hry přehnaně dodržuje pravidla a snaží se každému nahrávat. Občas se při hře urazí, když má pocit, že je někdo neprávem vybit. Míčové hry raději hraje se svými vrstevníky, ale je skvělý týmový hráč i pro mladší kamarády. Vždy hraje fair play.



Hodnotí Martin: „Míčové hry mám rád. Jsem v nich celkem dobrý. Baví mě i například přehazovaná. Hrál bych jí mnohem radši než vybíjenou.“

### **Hra Vysílačky**

Hodnocení autorky práce: Byl kapitánem své malé skupinky a v této roli, se rád osvědčil.

Hodnotí Martin: „Byla to pro mě nová hra. Moc se mi líbila. Doufám, že ji budeme hrát častěji.“

### **Celkové hodnocení Martina**

Martin vybírá hru: Kdybych měl hodnotit hry tak nejvíc se mi líbily Vysílačky a míčové hry.

Martina si zpočátku pamatuji jako dítě, kterému se přezdívalo "smutný princ". Na jednu stranu velmi sociální a přátelské dítě se srdcem na dlani, na stranu druhou dítě, které se snadno urazí a svůj nesouhlas projevuje mlčením, pláčem a odporem k čemukoliv. Pochopením, vnímavým přístupem a s uvědomováním si vlastních kvalit a potřeby některé situace zvládnout jinak, se naučil neúspěch vnímat jako běžnou součást svého života. V kolektivu je velmi oblíbený pro svůj humor, smysl pro spravedlnost a gentlemanské chování. Svým jednáním má velmi příznivý vliv na ostatní vrstevníky ve skupině. Přestože má rád soutěživé sportovní hry, vítá a rád si zahraje i nesoutěživé hry.

## **9.4 Klárka (9let)**

Klárka je typická zástupkyně dítěte s ADHD. Projevuje se u ní hyperaktivita, velké výkyvy emocí a pozornosti, ale vesměs je stále pozitivně naladěná, neposedí, občasná enuréza při zátěži. (Genetická zátěž – matka též ADHD).

- Má dobré funkční zázemí. Otec pracuje z domova, matka učí v MŠ. Má jednu starší a jednu mladší sestru.
- V Duze Jasmín působí třetí rok.

### **Hra Tichošlápek**

Hodnocení autorky práce: Klárka je při hře jak z divokých vajec. Nebývá moc opatrná a někdy i schválně do strážce uprostřed strčí. Musíme ji hlídat, aby nebyla stále ve středu. Stále chce ostatní chytat. Je pro ni jednodušší varianta s čísly, aby nedávala stále stejná jména.

Hodnotí Klárka.: „Baví mě, protože je pohybová. Jediné, co mi vadí, je, že musíme být potichu. Taky mi vadí, když nikdo dlouho neříká moje jméno, to se pak začínám se nudit.“

### **Hra Dirigent**

Hodnocení autorky práce: Hru Dirigent má Klárka opravdu ráda. I když nechápe, proč nemůže být dirigentem vícekrát. Vymýšlí složité pohyby, takže ji i většinou brzo objeví. Naštěstí, pak může jít aspoň za dveře a sama pátrá po dirigentovi.

Hodnotí Klárka.: „Hra mě baví, ráda jsem dirigent a nejraději bych jím byla pořád, protože můžu vymýšlet blbosti a ostatní to po mě opakují“

### **Hra Stříhaná**

Hodnocení autorky práce: Klárka moc nechápe pravidla. Hře nevěnuje pozornost. Nejraději by se rozběhla pryč. Je netrpělivá a nervózní. Při stříhání dává stále jen papír. Naštěstí je to takové sluníčko, nevydrží být dlouho smutná.

Hodnotí Klárka: „Tahle hra mě nebaví, je zvláštní, nerozumím jí.“

### **Hra Turnaj ve vybíjené**

Hodnocení autorky práce: Klárka je hbitá a mrštně uhýbá míči. Je vidět, že hry tohoto typu má ráda. Bohužel je ještě malá a nepřehodí pole k nabití míče. Což vede k jejímu zklamání.

Hodnotí Klárka: „Hra mě baví. Jen jsem moc malá a starší mě hned vybijí. Mají velkou sílu a docela to bolí, když se trefí. To se pak hned rozbřečím.“

### **Hra Vysílačky**

Hodnocení autorky práce: Hra Vysílačky byla spíše pro starší děti. Pro Klárku byla složitější pravidla. Navíc během hry zjistila skupinka s Klárkou, že mají problém se signálem. Proto ji vysílačku raději ani nepůjčili. Ale jinak se Klárce líbilo plnit úkoly a dostala roli hledače indicií.

Hodnotí Klárka: „Hra nebyla špatná, ale mrzelo mě, že mi starší nepůjčili vysílačku“

### **Celkové hodnocení Klárky**

Klárka vybírá hru: Kdybych měla hodnotit hry, tak nejvíc se mi líbil Dirigent, protože konečně mám prostor se projevit. Také ráda běhám a hraju si s míčem. Tedy pokud to není se staršími, ti mi občas nadávají a nechtějí mi přihrát nebo půjčit vysílačku.

Klárka je velmi živé, nadšené dítě, které rádo objevuje svět. Je velmi bezprostřední a když jí něco zaujme, nic jí nestojí v cestě. Ráda vypráví o životě přírody, vílách a trpaslících. Obecně je její svět fantazie takřka neomezený. Při společných setkání na jasmínových akcích se Klárka učí zejména ovládat svoji impulzivitu a přijímat fakt, že není ve skupině jen ona a existují jistá obecná pravidla, která jsou třeba dodržovat. I když je občas vidět, že je to pro Klárku náročné ustát. Jsou patrné jasné pokroky. Klárka má ráda soutěživé pohybové hry, kde může vyhrát. Ještě raději hraje hry, kdy je středem pozornosti.

## 9.5 Shrnutí vybraných kazuistik

V rámci představených kazuistik byly představeny příklady čtyřech dětí, které se účastní akcí Duhy Jasmín a které osobně znám. Děti jsou různého věku a v Duze Jasmín pracují odlišnou dobu. Během pozorování u vybraných aktivit jsem zjistila, že je nezbytné citlivé vedení vedoucího hry. V průběhu soutěživých her docházelo k potenciálnímu konfliktu mezi dětmi. Vedoucí hry pak musí takové situace řešit. Nesoutěživé hry dávaly prostor k projevu osobnosti dítěte. Každý se mohl stát dirigentem nebo hledačem. Je ovšem nezbytné sledovat dynamiku skupiny a citlivě vést aktivity, aby zaujaly všechny účastníky.

Vybrané děti jednoznačně hodnotí jako nejúspěšnější hru Vysílačky. Což byla nesoutěživá hra (viz předchozí kapitola práce) zaměřená na rozvoj spolupráce mezi dětmi a týmy. Bylo zajímavé sledovat, že v této hře děti také kladně hodnotí možnost pestré nabídky různých rolí (někdo je správcem vysílačky, jiný luští, hledá indicie nebo je spojkou). Dále se mezi vybranými hrami objevuje hra Dirigent. Což je také typická nesoutěživá hra, která umožňuje svobodnou realizaci osobnosti dítěte. Pouze v jednom případě sledovaný účastník vybírá soutěživé míčové hry (turnaj ve vybíjené) jako preferovanou aktivitu.

**U všech sledovaných účastníků je možné sledovat pozitivní progres a vliv her zaměřených na rozvoj osobnosti dítěte, spolupráci a sociální dovednosti.** Tyto hry jsou ve svém principu nesoutěživé. Lze tedy konstatovat, že **nesoutěživé aktivity mají pozitivní vliv na rozvoj osobnosti dítěte s ADHD.**

# 10 DISKUZE

Nesoutěživé hry a skupinové interakce nabízejí nové prvky volnočasových aktivit pro děti. V rámci této práce byla studována vhodnost těchto prvků pro děti s ADHD. Byly formulovány otázky vedoucí k hlavnímu cíli této práce, které jsem rozdělila do tří základních okruhů. Do prvního je možné zařadit skladbu programu. Položila jsem si otázku, zda je možné vytvořit vyvážený program letního tábora, který v sobě bude obsahovat soutěživé a nesoutěživé prvky. Druhý okruh studované problematiky v sobě zahrnoval preferenci dětí s ADHD. Zda nesoutěživé prvky mohou děti s ADHD zaujmout. S tím související otázka byla, zda děti s ADHD upřednostní nesoutěživé herní prvky před soutěživým programem zaměřeným na měření výkonu. A konečně třetí část se zabývá otázkou, zda nesoutěživé prvky mohou vést k rozvoji schopností dětí s ADHD.

Ke studiu vybrané problematiky jsem si vybrala letní tábor spolku Duhy Jasmín pořádaný v Kamenici u Humpolce v srpnu 2020. Táboru se zúčastnilo celkem 24 dětí a 12 vedoucích. Tábor byl pobytový. Děti byly ubytovány ve stanech a program byl částečně zajišťovaný v zázemí bývalé školy. Ve skupině 24 dětí bylo zastoupeno celkem 14 dětí s ADHD a 10 ostatních dětí. Zhruba dvě třetiny dětí se dlouhodobě a pravidelně účastní aktivit spolku. K nalezení podpůrných argumentů jsem si vybrala jak studium zásad tvorby programu Duhy Jasmín, které zahrnovalo celoroční práci, tak i praktickou realizaci programu na letním táboře Duhy Jasmín v roce 2020 s názvem Knihomorka ohrožuje svět fantazie. Pro studium prvních dvou otázek zaměřených na vhodnost nesoutěživých her jsem si z programu akce vybrala 5 her, které reprezentují typické zástupce soutěživých a nesoutěživých aktivit. Po každé hře proběhlo dotazování obou skupin dětí (s ADHD, ostatní děti) zaměřené na přímou reflexi hry a preferenci dětí. Byly položeny otázky:

- 1) Jak se Ti hra líbila?
- 2) Chceš si hru zahrát ještě jednou?

Vedoucí pak byly dotazovány v rámci řízeného rozhovoru na otázky:

- 1) Zařazujete aktivitu do svého herního programu?
- 2) Je to tato hra vhodná (podle Vašeho názoru) pro děti s ADHD?

Odpovědi byly zpracovány na tříbodové škále s neutrální referencí. Odpovědi jednotlivých skupin byly zpracovány ve formě koláčových grafů, které demonstrují preferenci skupiny. Dále byly vybrány čtyři zástupci z kolektivu dětí na letním táboře, u kterých byla provedena kazuistika a cílené pozorování chování během vybraných aktivit. U každého dítěte bylo možné sledovat dlouhodobý progres na základě jejich působení ve spolku Duha Jasmín.

## **10.1 Program letního tábora s nesoutěživými a soutěživými prvky**

V rámci 6. kapitole práce bylo ukázáno, že lze dobře vystavět celoroční program zaměřený na nácviku sociálních dovedností a kompetencí dětí s ADHD. Ukázalo se, že nesoutěživé hry vedou k možnosti akceptace dítěte ve skupině a jsou vhodným doplňkem školních aktivit. K podobnému závěru dochází i M. Wildnerová ve své práci (Wildnerová, 2010), která vyzdvihuje význam her pro práci s dětmi s ADHD. Oproti T. Bezouškové (Bezoušková, 2019) se nám povedlo ukázat, že není třeba se omezovat pouze na prvky muziko-, resp. drama-, terapeutické. **Program letního tábora lze vhodným způsobem vystavět i na bázi směsi soutěživých a nesoutěživých herních prvků.** Srovnám-li navrhovaný postup nácviku sociálních dovedností založený na akceptaci potřeb dítěte a jasných pravidel, docházím k podobnému závěru jako je výsledek uvedený v práci M. Mazúrkové (Mazúrková, 2010). Vhodná skladba pohybových her vede k rozvoji sociálních dovedností. Domnívám se, že v rámci práce byl představen původní model tvorby celotáborové hry (viz kap. 6.1 a obr. 1 práce), který akceptuje potřeby jedince a směřuje k inkluzi jedince do skupiny vrstevníků nenásilnou formou. Oproti obvyklému programu vystavěného sekvenčně (viz např. (Rešková, 2015)) umožňuje pružně reagovat na dynamiku skupiny a potřeby dětí.

## **10.2 Preferují děti s ADHD nesoutěživé herní prvky?**

V rámci kapitoly 8 a 9 této práce bylo studováno využití nesoutěživých herních prvků ve srovnání s obvyklými soutěživými hrami. Ukázalo se, že děti s ADHD nepreferují nesoutěživé prvky (viz kap. 8 a závěry na obr. 17–20). V mezích přesnosti zvolené metody dotazování není možné považovat za prokázané, že děti s ADHD mají jinou preferenci než skupina ostatních dětí. Ukázalo se, že odpovědi obou skupin se neliší o více než 10 procent. Přímým dotazováním vybraných dětí (viz kap. 8 práce) se ukázalo, že je velice důležité citlivé vedení hry. Pro děti s ADHD je důležité vyvážení pohybových aktivit, a především

čitelnost pravidel. Je zajímavé, že u soutěživých her např. Stříhaná oceňují jasná pravidla, ale zmiňují zvýšený tlak a osobní zodpovědnost za svůj výkon ve prospěch týmu. Oproti tomu Turnaj ve vybíjené hodnotím jako silně nepreferovanou aktivitu. Pravděpodobně z důvodu komplikovaných pravidel, a především nevyvážených schopností. Bylo zajímavé sledovat, že v případě volby jedné konkrétní hry si děti s ADHD vybírají možnost, ve které mohou uplatnit svou invenci a najít si svůj osobní prostor. Lze zmínit např. hry Vysílačky nebo Dirigent, které takové uplatnění přímo nabízejí. Srovnám-li své závěry např. s poznatky uvedenými v (Pražáková, 2020) nebo (Mohammadreza, 2011) není třeba se omezovat pouze na edukativní nebo terapeutické prvky. Podle mého názoru hraje klíčovou roli osobnost vedoucího a vedení hry. **Děti s ADHD nemají jinou preferenci než ostatní děti, ale oceňují především možnost uplatnění v kolektivu.** Zažítí pocitu prospěšnosti ostatním a osobního úspěchu.

### **10.3 Mají nesoutěživé hry potenciál k rozvoji schopnosti dětí s ADHD?**

K zodpovězení této otázky jsem hledala podpůrné argumenty při cílených rozhovorech s vedoucími skupiny dětí na letním táboře (12 osob) a kazuistik vybraných dětí, které se aktivit dlouhodobě účastní (4 děti). Z odpovědí vedoucích (viz obr. 22) vyplývá, že vedoucí ve své práci zjistili, že nesoutěživé prvky mají silný vliv na rozvoj schopností dětí s ADHD. Pozitivně odpovídá více 2/3 oslovených vedoucích. Ke správné normalizaci této odpovědi jsem pokládala vedoucím otázku zjišťující, jaký typ (soutěživý x nesoutěživý) her realizují (viz obr. 21). Vzhledem k tomu, že vedoucí výrazně nepreferují žádný typ je možné považovat tyto aktivity za žádoucí. Je tedy vhodné nesoutěživé hry zařazovat do programu. V rámci vybraných kazuistik bylo demonstrováno, že dlouhodobá práce s dítětem zaměřená na nácvik sociálních dovedností je přínosná. Příkladem může být zkušenost s Edou (viz kap. 9.1), který během několika let učinil velký pokrok a stává se leaderem skupiny. Tyto skutečnosti jsou v souladu např. se závěry (Mazůrková, 2010) nebo (Jiroutová, 2017). Výsledky dlouhodobé práce s dětmi s ADHD byly prezentovány např. v (Pátová, 2019). Lze tedy se domnívat, že **pro děti s ADHD je důležitá dlouhodobá a systematická práce v prostředí, které akceptuje osobnost dítěte a umožňuje rozvoj jeho schopností v rámci jasných a strukturovaných pravidel.**

# ZÁVĚR

Děti s projevy ADHD jsou obvykle náročnými členy dětské skupiny kladoucí na vedoucí mimoškolních aktivit zvýšené nároky. Hyperaktivita a specifické potřeby těchto dětí vedou často k jejich vyčlenění ze skupiny a navozují u nich pocit selhání. S těmito případy se setkávám ve své praxi dobrovolnice ve spolku Duha Jasmín, kde dlouhodobě pracuji s dětmi vyžadující zvláštní přístup a empatii. Tato diplomová práce byla zaměřená na **studium využití nesoutěživých her a metod skupinové interakce v dlouhodobé práci s dětmi s ADHD**. Jako příklad dobré praxe jsem si zvolila Duhu Jasmín, spolek, kde jsem aktivní již více než 25 let. Organizaci jsem spoluzakládala a podílím se na jejím vedení.

V této práci byla nejprve představena specifika dětí s ADHD a význam pro rozvoj osobnosti dítěte. Dále jsem se zabývala spolkem Duhou Jasmín v kontextu obvyklé spolkové činnosti v České Republice. Pro cíl své práce jsem si vytyčila několik základních otázek. První byla otázka, zda je možné připravit atraktivní program pro děti jako kombinaci soutěživých a nesoutěživých prvků. K hledání argumentů pro odpověď na tuto otázku jsem si zvolala studium dlouhodobých aktivit Duhy Jasmín zaměřených mimo jiné na nesoutěžní herní činnosti a nácvik sociálních dovedností. Ukázala jsem, že při dlouhodobé systematické práci s dítětem lze využívat inovativní přístupy založené na neformálním hodnocení dítěte (tzv. smajlíky), ocenění progresu schopností dítěte (lístky), neformální hlasování a příklad dlouhodobé hry s vysokými akceptačními prvky „S Jasmínem na střechu světa“. Příprava programu letního tábora pro děti s ADHD má svá specifika. Ukázala jsem, že je třeba klást důraz především na princip zažití pocitu úspěchu a přijetí osobnosti dítěte bez výhrad. Na tomto principu byl ukázán původní, autorský, přístup k celotáborové hře, která má za cíl inkluzi dítěte ve skupině. Dítě během tábora projde fázemi aklimatizace, budováním týmu (oddílu) a práci s celou skupinou. Tento princip byl ověřen při realizaci letního tábora Duhy Jasmín v roce 2020 (kapitola 7 diplomové práce) v rámci celotáborové hry „Knihomorka ohrožuje svět fantazie“.

Dlouhodobé zkušenosti s cílovou skupinou mi umožnily zabývat se druhou otázkou položenou v rámci diplomové práce. Je možné nalézt pozitivní vliv nesoutěživých aktivit na rozvoj schopností dítěte s ADHD? K zodpovězení této otázky jsem si vybrala čtyři případy dětí, které v Duze Jasmín dlouhodobě působí (kapitola 10 diplomové práce). Dále

jsem dotazovala skupinu dvanácti vedoucích, kteří se věnují přípravě aktivit pro děti s ADHD. Z vybraných případů bylo prokázáno, že nesoutěživé aktivity vedou k rozvoji sociálních dovedností, kompetencí a osobnosti dítěte. Jako vedlejší efekt této studie se ukázalo, že klíčovou roli hraje osobnost vedoucího. Je třeba, aby přijal osobnost dítěte a k jeho potřebám přistupoval s empatií. I když to vždy není snadné.

Třetí studovanou otázkou byla možnost, zda děti s ADHD dávají přednost nesoutěživým aktivitám před obvyklými soutěživými zaměřenými na výkon. Tato skutečnost se neprokázala. Ze studie vyplynulo, že preference dětí s ADHD jsou prakticky stejné jako dětí v referenční skupině ostatních dětí. Vybírají si prakticky stejné hry. U dětí s ADHD se ovšem projevila zvýšená citlivost na jasná pravidla, čitelnost rozhodování vedoucího a pochopení hry. V některých případech se projevila zvýšená citlivost na nepřiměřený tlak na výkon dítěte a zodpovědnost za výkon skupiny. Ukázalo se, že dítě s ADHD uvítá i soutěživé aktivity, ale jeho zapojení do hry klade vyšší nároky na práci vedoucího. Dalším výsledkem, který vyplynul z mého pozorování, byl fakt, že dítě s ADHD uvítá možnost sebeuplatnění ve skupině. Je vhodné, aby vedoucí našel dítěti vhodnou roli. Není třeba, aby každé dítě bylo vrcholový sprinter, ale je možné, aby například se stalo hledačem indicií nebo světloňosem. Tento přístup umožní dítěti s ADHD obstát ve skupině ostatních dětí a posílí jeho sebedůvěru pro další rozvoj.

Tato diplomová práce se zabývá problematikou zařazením nesoutěživých prvků při práci s dětmi s ADHD. Domnívám se, že mnoho námětů z mé diplomové práce lze také využít i při práci s běžnou skupinou. Představené aktivity a herní prvky podporují žádoucí rozvoj osobnosti dítěte. Věřím, že může být pomocníkem v podstatě každému vedoucímu, který pracuje v mimoškolní činnosti. V současné době se potkáme s dětmi s ADHD a specifickými potřebami prakticky v každé skupině. Je jen na nás, vedoucích oddílů, jak takové děti zapojit do aktivit a zda budou v životě úspěšné.



# REFERENCE

ABARCA-SOS, Alberto, Berta PARDO, Javier ZARAGOZA a José JULIÁN, 2015. La Educación Física: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física? Physical Education: ¿An opportunity to promote physical activity?: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física? Physical Education. *Retos*. 2(28), 155-159. ISSN 1579-1726. Dostupné z: doi:10.47197/retos.v0i28.34946

BAXTER, John, 2016. *George Lucas: A Biography*. 1. vydání. USA: HarperCollins Entertainment, 464 s. Kindle verze. ISBN 9780006530817.

BENONI, Kryštof, 2019. Duha slaví 30 let. In: *NMNM noviny* [online]. Nové Město na Moravě: Kulturní dům NMNM [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <https://noviny.nmnm.cz/duha-slavi-30-let/>

BERENGUER, Jennifer A., 2002. *Effective classroom strategies for students with ADHD* [online]. Glassboro, New Jersey, USA [cit. 2021-03-22]. Dostupné z: <https://rdw.rowan.edu/etd/1399>. Diplomová práce. Rowan University, College of Education. Vedoucí práce Urban Stanley.

BEZOUŠKOVÁ, Tereza, 2019. *Možnosti využití muzikoterapie v rámci primárního vzdělávání*. Praha. Dostupné také z: <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/111687>. Diplomová práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, Katedra preprimární a primární pedagogiky. Vedoucí práce Poche Kargerová, Jana.

BLÁHOVÁ, Martina, 2016. *Spolková činnost ve vztahu k utváření identity* [online]. Plzeň [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: [https://dspace5.zcu.cz/bitstream/11025/24621/1/DP\\_Blahova\\_Spolkova\\_cinnost\\_ve\\_vztahu\\_k\\_identite.pdf](https://dspace5.zcu.cz/bitstream/11025/24621/1/DP_Blahova_Spolkova_cinnost_ve_vztahu_k_identite.pdf). Diplomová práce. Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta filozofická. Vedoucí práce PhDr. Tereza Šlehoferová, Ph.D.

BLAHUTKOVÁ, Marie, Jiřina KLENKOVÁ a Dana ZICHOVÁ, 2005. *Psychomotorické hry pro děti s poruchami pozornosti a pro hyperaktivní děti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně. ISBN 80-210-3627-3.

BROŽ, Daniel, 2004. *Nekonečný příběh knihy*. 1. vyd. Brno: Mravenec. Etapová hra. ISBN 80-86560-62-7.

*Březový listek: oceňování práce s dětmi a mládeží* [online], 2021. Třebíč: GN-GALÉNŮV NADAČNÍ FOND [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <https://www.brezovylstek.cz/>

- BUDÍKOVÁ, Jaroslava, Juliana GARDOSHOVÁ, Veronika MARTANOVÁ a Monika SEDLÁKOVÁ, 2019c. *Školák s ADHD: vztahy a sociální dovednosti*. 1. vydání. Ilustroval Jindřich KOBR, ilustroval Jáchym NÁDVORNÍK. Praha: Raabe. ISBN 978-80-7496-433-6.
- BUDÍKOVÁ, Jaroslava a Lenka KOMENDOVÁ, 2019a. *Předškolák s ADHD: chování a komunikace*. 1. vydání. Ilustroval Jáchym NÁDVORNÍK. Praha: Raabe. ISBN 978-80-7496-417-6.
- BUDÍKOVÁ, Jaroslava a Lenka KOMENDOVÁ, 2019b. *Předškolák s ADHD: pozornost a hyperaktivita*. 1. vydání. Ilustroval Jáchym NÁDVORNÍK. Praha: Raabe. ISBN 978-80-7496-416-9.
- CAMPBELL, Joseph, 2000. *Tisíc tváří hrdiny: archetyp hrdiny v proměnách věků*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-354-4.
- Česká rada dětí a mládeže [online], 2021. Praha: ČRDM [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <http://crdm.cz/>
- DEVÍS, José Devís, 2001. *La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI: La educación física*. 1. vydání. Španělsko, Alicante: Alcoy. ISBN 84-268-1122-1.
- Duha Jasmin* [online], 1997. Praha: Duha [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <http://jasmin.duha.cz>
- Duha Klub Dlažka* [online], 2021. Přerov: Duha [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <https://www.dlazka.cz/>
- Duha: Duha je když....* [online], 2021. Praha: Duha [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: [www.duha.cz](http://www.duha.cz)
- FOGLAR, Jaroslav, 2005. *Hoši od Bobří řeky*. 17. vyd. Ilustroval Marko ČERMÁK. Praha: Olympia. ISBN 978-80-7033-925-1.
- GALÉN, Jan Šimáně, 2013. O přátelství rozrůzněných. In: *Adam - Aktuálně ze světa dětí a mládeže* [online]. Praha: ČRDM [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <http://www.adam.cz/clanek-2013020046-citat-16-unora-2013-jan-simane-galen-o-pratelstvi-rozruzenych.html>
- HANUŠ, Radek a Lenka CHYTILOVÁ, 2009. *Zážitkově pedagogické učení*. Vyd. 1. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2816-2.

- HAVÍŘOVÁ, Jana, 2005. *Společenské hry: pro děti od 6 do 11 let* [online]. Praha: Grada [cit. 2021-03-20]. Výchova a vzdělávání. ISBN 80-247-0825-6.
- HOFBAUER, Břetislav, 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.
- Hrad patří dětem, 2000. In: *Bambiriáda* [online]. Praha: ČRDM [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: [www.bambiriada.cz/2000/historie.html](http://www.bambiriada.cz/2000/historie.html)
- Hranostaj: Sbíрка nejen skautských her* [online], 2021. Praha: Hranostaj [cit. 2021-03-20]. Dostupné z: *Sbíрка nejen skautských her*
- HRZAL, Slávek, 2002. Z historie Bamibiriády. *Archa*. Praha: ČRDM, 3(3-4), 2. ISSN 1212 – 5016.
- CHLUPOVÁ, Jana, 2007. *Dramatická výchova ve výchově dětí s ADHD*. Praha. Dostupné také z: [https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/9891/BPTX\\_2006\\_2\\_11410\\_OSZD01\\_78632\\_0\\_22643.pdf?sequence=1](https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/9891/BPTX_2006_2_11410_OSZD01_78632_0_22643.pdf?sequence=1). Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Jaroslav Provazník.
- JIROUTOVÁ, Barbora, 2017. *Metody a postupy práce s dětmi s ADHD*. Hradec Králové. Dostupné také z: <https://theses.cz/id/9sw9a3/STAG87217.pdf>. Bakalářská práce. Univerzita Hradec Králové Pedagogická fakulta katedra pedagogiky a psychologie. Vedoucí práce Tomáš Komárek.
- JIŘIŠTOVÁ, Hana, 2012. *Metody práce s žáky s ADHD na 1. a 2. stupni ZŠ - vnitřní sonda na vybrané základní škole*. Liberec. Dostupné také z: <https://dspace.tul.cz/handle/15240/11456>. Diplomová práce. Technická univerzita v Liberci. Vedoucí práce Oto Dymokurský.
- JUCOVIČOVÁ, Drahomíra a Hana ŽÁČKOVÁ, 2010. *Neklidné a nesoustředěné dítě ve škole a v rodině: základní projevy ADHD, zásady výchovného vedení, působení relaxačních technik, dospívání hyperaktivních dětí*. Vyd. 1. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2697-7.
- JUCOVIČOVÁ, Drahomíra a Hana ŽÁČKOVÁ, 2015. *Máme dítě s ADHD: rady pro rodiče*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-5347-8.
- KELNAROVÁ, Jarmila a Eva MATĚJKOVÁ, 2010. *Psychologie: pro studenty zdravotnických oborů*. Praha: Grada. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3270-1.

- KENDÍKOVÁ, Jitka, 2014. *Legislativa ADHD pro školy a poradny: praktická příručka pro ředitele, učitele a poradenské pracovníky*. 1. vydání. Praha: Raabe. KuliFerda a jeho svět rozvíjí - připravuje - pomáhá - napravuje - baví!. ISBN 978-80-7496-167-0.
- KLUSÁK, Miroslav a Miloš KUČERA, 2010. *Dětské hry: Games*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1758-9.
- KÖSSL, Jiří, Jan ŠTUMBAUER a Marek WAIC, 2018. *Kapitoly z dějin tělesné kultury*. Vydání první. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum. ISBN 978-80-246-3420-3.
- KOŤÁTKOVÁ, Soňa, 2005. *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 80-247-0852-3.
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ, 2006. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.
- LÁSKOVÁ, Monika, 2017. *Skauting pro všechny (se zaměřením na děti se sluchovým postižením)*. Praha. Dostupné také z: [https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/91050/BPTX\\_2015\\_1\\_11410\\_0\\_439824\\_0\\_175376.pdf?sequence=1](https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/91050/BPTX_2015_1_11410_0_439824_0_175376.pdf?sequence=1). Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, katedra speciální pedagogiky. Vedoucí práce Monika Mužáková.
- LEE, Xin, Eleni KOUKOUNA, Choon LIM, Cuntai GUAN, Tih LEE a Daniel FUNG, 2015. *Can We Play with ADHD? An Alternative Game-Based Treatment for Inattentive Symptoms in Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder*. Singapore: Springer Singapore, s. 69-86. ISBN 978-981-287-408-5. Dostupné z: doi:10.1007/978-981-287-408-5\_6
- LOM, Miloň a Jaroslav ŠEBEK, 1990. *Junácký sněm 1990*. 1. vydání. Mladá Boleslav: Šebek - Pospíšil. ISBN 80-852-10-01-0.
- MAZÚRKOVÁ, Markéta, 2010. *Vliv pohybových her na utváření sociálních kompetencí u žáka s ADHD*. Brno. Dostupné také z: [https://is.muni.cz/th/173706/pedf\\_m/Diplomova\\_prace.pdf](https://is.muni.cz/th/173706/pedf_m/Diplomova_prace.pdf). Diplomová práce. Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Věra Vojtová.
- MERTIN, Václav, 2013. *Výchova bez trestů*. Vyd. 1. Praha: Wolters Kluwer Česká republika. ISBN 978-80-7478-028-8.
- MIŠURCOVÁ, Věra, Jiří FIŠER a Viktor FIXL, 1989. *Hra a hračka v životě dítěte*. 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Knihy pro rodiče (SPN). ISBN neuvedeno.

*MKN-10: mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů : desátá revize : obsahová aktualizace k 1.1.2018, 2017-2018. 10.vydání. Praha: Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR. ISBN 978-80-7472-168-7.*

MOHAMMADREZA, Bahrani a Krishnan RITA, 2011. The effect of drama therapy on working memory and its components in primary school children with ADHD. *Asian Journal of Development Matters. 5(3)*, 41-45. ISSN 0973-9629.

MONARD, Murilo a Carlos FIGUEIREDO DA SILVA, 2013. AFFECTIVE REACTIONS IN COMPETITIVE AND NON-COMPETITIVE SITUATIONS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES. *Corpus et Scientia. Rio de Janeiro: Centro Universitário Augusto Motta, 9(1)*, 1-21. ISSN 1981-6855. Dostupné z: doi:10.15202/1981-6855

PACLT, Ivo, 2007. *Hyperkinetická porucha a poruchy chování. Vyd. 1. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1426-4.*

PÁTOVÁ, Libuše, Petr PÁTA a Jaroslava BUDÍKOVÁ, 2019. *ADHD za školou aneb výjezdy s dětmi s ADHD: seminář v rámci konference ADHD. Nakladatelství RAABE, Praha. Dostupné také z: <http://www.raabe.cz/>*

PELÁNEK, Radek, 2008. *Příručka instruktora zážitkových akcí. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-353-6.*

POKORNÁ, Simona, 2012. *HRY NA LETNÍM TÁBOŘE ZAMĚŘENÉ NA DĚTI S PORUCHAMI CHOVÁNÍ* [online]. Praha [cit. 2020-04-28]. Dostupné z: [https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/41007/BPTX\\_2011\\_2\\_\\_0\\_320084\\_0\\_108036.pdf?sequence=1](https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/41007/BPTX_2011_2__0_320084_0_108036.pdf?sequence=1). Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Věra Kuhnová.

POLANCZYK, Guilherme, 2007. The Worldwide Prevalence of ADHD: A Systematic Review and Metaregression Analysis. *American Journal of Psychiatry* [online]. **164(6)**, 942-948 [cit. 2020-04-28]. ISSN 0002-953X. Dostupné z: doi:10.1176/appi.ajp.164.6.942

PRAŽÁKOVÁ, Martina, 2020. *Vědecké tábory jako možný prostředek pro zvýšení znalostí, dovedností a zájmu žáků o geologická témata* [online]. Praha [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/160181>. Disertační práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce RNDr. Lenka Pavlasová, Ph.D.

- PREKOPOVÁ, Jiřina a Christel SCHWEIZER, 2013. *Neklidné dítě*. Vyd. 3. Přeložil Alžběta SIROVÁTKOVÁ. Praha: Portál. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-262-0466-4.
- PŘÍHODOVÁ, Iva, 2011. Porucha pozornosti s hyperaktivitou (attention deficit/hyperactivity disorder – ADHD). *Česká a slovenská neurologie a neurochirurgie* [online]. 2011(741074, 408-418 [cit. 2020-04-27]. ISSN 1802-4041. Dostupné z: <https://www.csnn.eu/casopisy/ceska-slovenska-neurologie/2011-4/porucha-pozornosti-s-hyperaktivitou-attention-deficit-hyperactivity-disorder-adhd-35776>
- PTÁČEK, Radek a Hana KUŽELOVÁ, 2013. *Vývojová psychologie pro sociální práci*. 1. vydání. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí. ISBN 978-80-7421-060-0.
- REŠKOVÁ, Lenka, 2015. *Využívání organizovaných aktivit pro děti o letních prázdninách* [online]. Olomouc [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/1ai8jr/>. Bakalářská práce. Univerzita Palackého v Olomouci, Cyrilometodějská teologická fakulta. Vedoucí práce Mgr. Ludmila Koudeláková, Ph.D.
- RIEGEL, Karel, 2007. *Ekonomická psychologie*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1185-0.
- SHAPIRO, Lawrence E., 2020. *44 aktivit pro děti s ADHD: podpora sebedůvěry, sociálních dovedností a sebekontroly*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1599-8.
- ŠEBESTOVÁ, Veronika, 2010. *Skauting jako životní styl* [online]. Praha [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/29899/130001118.pdf>. Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Fakulta humanitních studií. Vedoucí práce Mgr. Linda Hroníková.
- ŠPAŇHELOVÁ, Ilona, 2008. *Průvodce dětským světem*. Praha: Grada. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-1907-8.
- TÁBORSKÝ, František, 2005. *Sportovní hry II: základní pravidla, organizace, historie*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1330-6.
- TŮMA, Martin a Jiří TKADLEC, 2010. *Hry s míčem pro děti*. 2., dopl. vyd. Praha: Grada. Děti a sport. ISBN 978-80-247-3489-7.
- VONDRÁKOVÁ, Jana, 1999. Česká rada dětí a mládeže se představuje. *Archa* [online]. Praha: ČRDM, 1(1), 4-5 [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <http://www.crdm.cz/download/archa/1999/archa1-1999.pdf>

WILDNEROVÁ, Milena, 2010. *Využití her při práci s dětmi s ADHD* [online]. Liberec [cit. 2020-04-28]. Dostupné z:

[https://dspace.tul.cz/bitstream/handle/15240/9507/bc\\_17490.pdf?sequence=1](https://dspace.tul.cz/bitstream/handle/15240/9507/bc_17490.pdf?sequence=1). Bakalářská práce. Technická univerzita v Liberci, Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická. Vedoucí práce Hana Šmejkalová.

*Zámeček*, 2021. Havířov: Duha Zámeček.

ZAVADILOVÁ, Petra, 2012. *Bambiriáda jako prostředek komunikace dětských sdružení a veřejnosti* [online]. České Budějovice [cit. 2021-03-14]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/86batt/1589882>. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích Teologická fakulta. Vedoucí práce Mgr. Richard Macků, DiS.

# PŘÍLOHY

## **Seznam příloh:**

Vybrané fotografie z akcí

Pravidla vybraných her

Kompetence a povinnosti osob zajišťujících letní tábor



# PŘÍLOHA 1: VYBRANÉ FOTOGRAFIE Z AKCÍ



*Obrázek 23 Pozorování Slunce na táboře Duhy Jasmín.*



*Obrázek 24 Kamarádi z jedné čtvrti - film Duhy Jasmín.*



*Obrázek 25 Speleologie jako prvek programu.*



*Obrázek 26 Speleologie jako prvek programu.*



*Obrázek 27 Jednolanové lávky jsou vždy oblíbeným prvkem programu.*



*Obrázek 28 Twister jako nesoutěživá hra.*



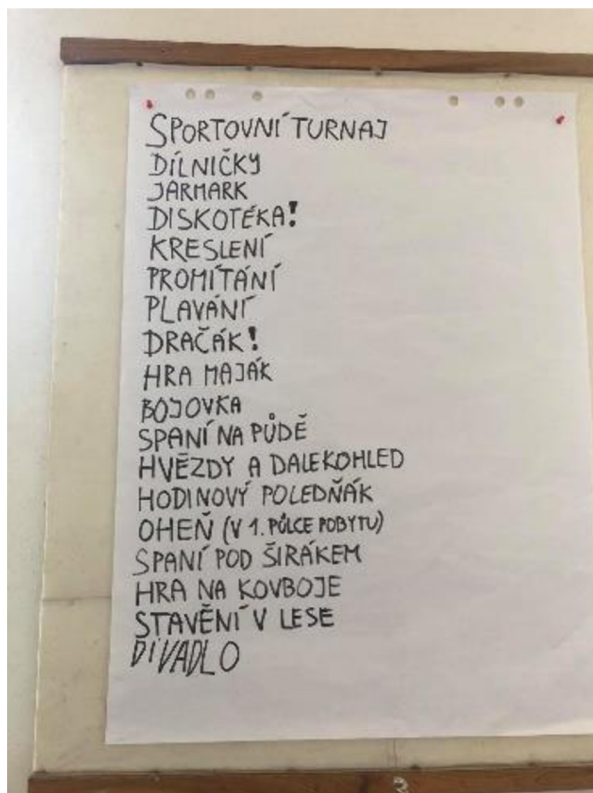
*Obrázek 29 Rudolfe II, nemají Golema! Komoři Lang radí Rudolfovi II. na letním táboře v roce 1996.*



*Obrázek 30 Záhady Sherlocka Holmese na letním táboře 2020. Čtyři podezřelí ze zločinu.*



Obrázek 31 Asterix a Obelix z celotáborové hry Knihomorka ohrožuje svět fantazie.



Obrázek 32 Seznam přání z úvodního kruhu na LT 2020.



Obrázek 33 Závěrečný soubor ve Scrabble Knihomorka prohrává - LT 2020.

# PŘÍLOHA 2: PRAVIDLA VYBRANÝCH HER

## **Tichošlápek**

**Zdroj:** Tradiční jasmínová hra, kterou hrajeme více než dvacet let.

**Cíl:** zklidnění skupiny v místnosti, obvykle hrajeme v druhé fázi schůzky. Zapamatování jmen.

**Věk účastníků:** 6 a více let

**Počet účastníků:** 10 – 20 osob

**Rozdělení účastníků:** všichni dohromady

**Prostředí:** v klubovně

**Denní doba / roční období:** ...

**Délka trvání:** 10 – 20 minut

**Pomůcky, materiál:** žádné

**Motivace:** Dokážete se pohybovat neslyšně? Znáte dobře své kamarády?

**Pravidla:** Ze židlí vytvoříme v místnosti kruh, na které se účastníci rozesadí. Vybraný dobrovolník (vyvolávač) zaváže oči a stoupne si do středu kruhu. Jeho židli z kruhu odebereme. Následně vyvolává dvě jména ostatních členů skupiny, které si musí své pozice neslyšně vyměnit. Vyvolávač se snaží jednoho z nich chytit nebo se ho alespoň dotknout. S chyceným hráčem si vyvolávač vyměňuje své místo. Během hry musí být absolutní ticho...

**Reflexe:** Jaké je to pohybovat se v kruhu se zavázanýma očima?

## **Alternativy / modifikace:**

Před prvním kolem nového vyvolávače je vhodné, aby si hráči vyměnili svá místa.

Lze obměnit tak, že se rozdají hráčům čísla, která se pak vyvolávají. Takto nehrajeme, protože upřednostňujeme ukotvení jmen hráčů.

Hru je možné modifikovat a umožnit vyvolávači vybrat tři jména.

## **Další informace (bezpečnost apod.):**

Vyvolávač se pohybuje se zavázanýma očima. Což pro některé děti (typicky s ADHD) může být obtížné. Jeden vedoucí musí dbát na bezpečnost vyvoláče, aby se pohyboval zhruba ve středu kruhu a nezranil se nenadálým pohybem.

## **Království**

**Zdroj:** Tradiční jasmínová hra, kterou hrajeme více než dvacet let.

**Cíl:** pohybová hra v místnosti, obvykle hrajeme v první fázi schůzky. Aktivita, která má rozproudit skupinu a odbourat bariéry. Živá hra.

**Věk účastníků:** 6 a více let

**Počet účastníků:** 10–20 osob

**Rozdělení účastníků:** na dvě poloviny

**Prostředí:** v klubovně

**Denní doba / roční období:** ...

**Délka trvání:** 10 – 20 minut

**Pomůcky, materiál:** žádné

**Motivace:** Bylo nebylo jedno království a v něm žila krásná princezna, která hledala ženicha. Ale co se nestalo...

**Pravidla:** Skupinu dětí rozdělíme na dvě stejné poloviny, které mají představovat obyvatele dvou hradů. Postupně přiřadíme dětem v obou skupinách role: král, královna, princ, princezna, komoří, zahradník, podkoní, šašek atd. Některé role může mít podle potřeby i více dětí.

Ze židlí vytvoříme dvě řady otočené čely k sobě. Mezi řady židlí musí být dostatek prostoru stejně tak za židlemi. Děti budou obíhat svou řadu židlí a pohybovat se v prostoru mezi řadami židlí.

Obě skupiny se rozesadí na židle tak, aby proti sobě postupně seděli hráči se stejnými rolemi – tj. král, královna atd.

Vypravěč, vedoucí, vykládá pohádku. Vždy když zazní pojmenování postavy (např. „Celé zemi vládl **král**, který měl tři dcery.“) se hráči s danou rolí zvednou a musí proběhnout uličkou mezi židlemi a oběhnout celou řadu. Kdo se první posadí na svou židli, získal pro své družstvo bod. Na klíčové slovo „**království**“ se zvednou všichni hráči a obíhají na jednu Vítězí družstvo, které např. získá první 10 bodů.

**Reflexe:** Bylo těžké se soustředit na příběh a čekat na své slovo? Co si pamatuji z příběhu?

**Alternativy / modifikace:**

Hra má více variant. Někdy hrajeme i jako Červenou karkulku. Nicméně se snažíme vždy hrát jednu variantu naší hry, aby děti měly dobře zafixovaná pravidla.

**Další informace (bezpečnost apod.):**

Hodně živá hra. Je třeba dobře vymezit prostor, dbát na odstranění možných rohů a okolních předmětů. Je třeba dohlédnout na „vnitřní uličku“, aby byla dostatečně široká a nikdo z dětí



(ani z legrace) nepodrážel ostatním nohy. Zrádný je pohyb na kluzké podlaze (lino) bez obutí jen v ponožkách.

### **Člověče, nezlob se**

**Zdroj:** Tradiční jasmínová hra, kterou hrajeme více než dvacet let.

**Cíl:** Hra do chaty, chalupy na deštivý den

**Věk účastníků:** 6 a více let

**Počet účastníků:** cca 20 osob

**Rozdělení účastníků:** rozdělení do dvojic, maximálně trojic

**Prostředí:** v prostoru celé chalupy

**Denní doba / roční období:** ...

**Délka trvání:** 60 minut

**Pomůcky, materiál:** Nakreslená herní mapa ve stylu hry Z pohádky do pohádky, políčka jsou očíslovány.

Pro každou dvojici jedna figurka např. ze hry Člověče nezlob se a prázdný lísteček papíru.

Herní kostka.

Sada očíslovaných otázek, které by neměly být triviální. Často používáme i otázky z našeho jasmínového života, otázky na tělo účastníků (např. kolik má Honza sourozenců) apod. Otázek je stejný počet jako očíslovaných políček.

Pro vedoucí sada psacích potřeb (např. fixy).

**Motivace:** Pohybový program na deštivé odpoledne. Poznat něco o naší skupině.

### **Pravidla:**

Skupina dětí se rozdělí na dvojice, každá dvojice dostane jeden lísteček papíru, který si podepíše a během hry se nesmí rozdělit.

Vedoucí si před hrou rozdělí sadu otázek a rozmístí se po budově na zajímavých místech, úkrytech. Je vhodné, aby alespoň jeden z vedoucích vždy znal odpověď na některou z otázek. Na centrálním stanovišti je umístěn hrací plán s kostkou a hlavním vedoucím hry. Dvojice nasazuje figurku po tom, co ji padne šestka. Hráči si hodí kostkou a vyjde tak číslo políčka, na které by se dvojice mohla posunout. Hlavní vedoucí do průkazu dvojice zapíše toto číslo.

Dvojice pak hledá po budově vedoucího, který má otázku s tímto číslem. Jakmile ho najdu, vedoucí otázku položí. Pokud dvojice zná odpověď (nehádá), vedoucí stvrzuje podpisem splnění čísla. Jinak musí dvojice zjistit správnou odpověď. Typicky u jiného vedoucího.

Hru vyhrává dvojice, která první dorazí do cíle.

Příklady otázek:

„Jaká celotáborová hra byla minulý rok na táboře?“

„Kolik zubů má Petr?“

„Jak se jmenuje nejvyšší hora Afriky?“

„Kolik sourozenců má Lenka?“

**Reflexe:** Jaká otázka byla nejobtížnější? Pamatuje si někdo správnou odpověď na?

**Alternativy / modifikace:**

Lze hrát i v přírodě nebo na hřišti. V tomto případě je třeba dobře vymezit prostor. Ač se to nezdá, je to pohybová hra, při které se toho hodně naběhá...

**Další informace (bezpečnost apod.):**

Znalost odpovědí na otázky řešíme tak, že s vedoucími při přípravě otázek si zároveň rozdělujeme i odpovědi na otázky ostatních vedoucích. Kolikrát je to zábavná hra i pro vedoucí....

Je třeba sledovat, jestli někteří méně odolní hráči to při prvním neúspěchu nevzdávají.

Pohyb a stanoviště v chalupě je třeba volit vtipně, ale bezpečně. Počítejte s tím, že alespoň v první fázi budou mít děti tendenci běhat.

Pohybová hra v celé chalupě. Obtížně se hraje, pokud nejsme v chalupě sami. Ostatní obyvatelé křik a dupot zpravidla obtěžuje.

**Wanjiny** (Dvanáct podob Wanjiny)

**Vzdálený předek**

Původní obyvatelé v tichomoří mají rozdílné zvyky a původ. Vyprávějí své vlastní báje o tom, jak vznikaly hory a řeky a jak vznikly jejich kmeny a následovaly odkaz svých předků.

Mytické bytosti Wandjiny, tvůrci hromu, deště a blesku, hledí do dálav Indického oceánu svými kamennými očima již mnoho tisíc let. Jejich postavy jsou namalovány na strmých a vysokých skalních stěnách jeskyní v oblasti Kimberley nedaleko města Derby. Jejich tváře však mají jen výrazné oči, protože ústa jsou zapovězena. Bytosti Wandjiny jsou totiž nejmocnějšími Duchy. Duchy, kteří v době Snů vybojovali se svými kopími veliké bitvy a tato kopí mají stále připravena. Mají je ukryta v pobřežních píscích, kde čekají na svoji příležitost. Moc bytostí Wandjiny je obrovská. Proto je nutné každý rok jejich kresby obnovit novou okrovou hlinkou. Oplátkou za to sešlou Wandjiny na vyprahlou zemi životodárný déšť. Nikdy jim však nesmí být namalována ústa. V tu chvíli by se duchové Wandjiny probudili ze svého Snění a déšť by nikdy neustal.

## Motivace hry

Expedice na ostrov Baralku, ze kterého podle legendy kmene domorodého kmene Riratjingu, který věří, že pocházejí z tohoto ostrova a po smrti se sem odebírají jejich duše.

1. Zprávu o ostrovu přinesl Tobias Furneaux, který se zúčastnil expedice Jamese Cooka. Ten se vrátil jako lodník na lodi Discovery pod vedením kapitána Clerka. Po tom, co slavný James Cook tragicky zahynul na Havajských ostrovech.
2. J. Cook se nevrátil
3. Tobias Furneaux na smrtelné posteli sdělil strašné tajemství COOKOVY smrti
4. Zmizel na ostrově Baralku
5. Na ostrově probíhá obřad zasvěcení mladých domorodých válečníků a válečnic. Ty tam stráví v osamění půl roku a nikdy nesmí o tom, co tam vidí promluvit!
6. Jinak se tam nikdo neodváží. Nikdo z domorodých obyvatel se neodvážil se vydat na tento ostrov. Pro domorodce je tento ostrov tabu.
7. Na ostrově sídlí, podle domorodých legend, duše nenarozených a zemřelých domorodců
8. Říká se, že na ostrově vládne duším bohové Wandjiny, vládci hromu, deště a blesku, hledí do dálav Indického oceánu svými kamennými očima již mnoho tisíc let
9. Jejich dvanáct postav je namalováno na strmých a vysokých skalních stěnách jeskyní v oblasti Kimberley nedaleko města Derby. Jejich tváře však mají jen výrazné oči, protože ústa jsou zapovězena. Bytosti Wandjiny jsou totiž nejmocnějšími Duchy. Duchy, kteří v době Snů vybojovali se svými kopími veliké bitvy a tato kopí mají stále připravena. Mají je ukryta v pobřežních píscích, kde čekají na svoji příležitost. Moc bytostí Wandjiny je obrovská. Proto je nutné každý rok jejich kresby obnovit novou okrovou hlinkou. Oplátkou za to sešlou Wandjiny na vyprahlou zemi životodárný déšť. Nikdy jim však nesmí být namalována ústa. V tu chvíli by se duchové Wandjiny probudili ze svého Snění a déšť by nikdy neustal.
10. Královská zeměpisná společnost rozhodla, že vypraví osvědčenou Cookovu loď Resolution (Odhodlanost) na ostrov Baralku.
11. Vaším úkolem je dosáhnout jeskyní u pramene řeky Murray u Kimberley a zjistit, jak to s těmi dvanácti obrazy bohů je.

## Pravidla hry

- 1) **Týmy.** Hra je určená pro dvou nebo tříčlenné týmy. V tříčlenném týmu může např. jeden hráč představuje hlavu, druhý ruce a třetí nohu. Lze nechat i pro dvoučlenné týmy, pak bude rozdělení rolí samozřejmě jiné.

- 2) **Každý hráč nebo tým?** Otázkou je, zda hru hrají jednotlivci nebo týmy. Hru hrají týmy (dvojice – trojice) a bonusovou hru každý sám za sebe.
- 3) **Expediční deník.** Hrací jednotka dostane expediční deník. V deníku na titulní straně jsou nacionále, na dvou vnitřních stranách jsou okénka disciplín, žolíková a na zadní straně prostor pro hodnocení úspěšnosti a bonusovou hru. Formát je maximálně A6, oboustranně na čtvrtce.
- 4) Pořadí je určené počtem získaných bodů. V případě rovnosti rozhoduje los – hod kostkou. Vítězný hráč si jako první vybírá z odměn.
- 5) Dvanáct + jedna? Bonusová – disciplína, každá odpovídá jedné kresbě boha **Wandjiny** v jeskyních u pramene řeky Murray.
- 6) 12 disciplín, které hrají týmy, je rozděleno do tří druhů po čtyřech:
  - a) **zelené** – nejsnazší, splnění disciplíny je **téměř 100procentní**. Jenom v případě velké smůly hráči nesplní. **Za splnění 1 bod.**
  - b) **modré** – normální. Většina hráčů (**asi tak 75 procent**) disciplínu splní, ale není to samozřejmostí. Ke splnění je třeba soustředění, znalosti, prokázání dovednosti. Za splnění dostanou **2 body**.
  - c) **červené – náročné**. Disciplínu splní **50 procent** nebo ještě méně týmů. Hra náročná časově, strategicky nebo dovednostmi. **Za splnění 3 body**.

## 7) Plnění disciplín:

- a) Disciplíny mohou plnit celé týmy nebo i jednotlivci podle jejich charakteru a zaměření. Splnění potvrzuje rozhodčí do expedičního deníku. Je možné povolit:
  - i) zkoušku náročné disciplíny nanečisto
  - ii) opakování disciplíny (ke splnění máme dva pokusy)
  - iii) případné handikepy

Každý tým dostane body podle náročnosti disciplíny. V případě neúspěchu se okénko dané disciplíny proškrtne.

- b) **Rukou štěstěny** aneb VIS MAJOR. Před každou disciplínou dostane hráč možnost požádat o pomoc štěstěny. Ta má podobu hry v kostky a to následovně:
  - i) Hráč si tipne, co mu padne. Hodí kostkou. Pokud padne číslo, které tipoval, disciplínu získává bez jejího absolvování. Může ji zkusit mimo soutěž.
  - ii) Navrhují, aby pravděpodobnosti byly nastavené takto:
    - (1) **Zelená disciplína 1k 6** (jedno číslo uhodnuté na šestiboké kostce) (*lze 2k6*)
    - (2) **Modrá disciplína 1k9**

### (3) Červená 1k12

- c) **Výhrou v loterii.** Každý tým dostane na začátku hry **5 žolíků**. Ty může kdykoliv během soutěže na sebe vsadit.
- d) **Bonusová disciplína:** Dlouhotrvající disciplína, kde se bude hodnotit úspěšnost splnění až 11 body. Může to být třeba větší hra, kolovka, kde je jedenáct disciplín a maximum právě 11 bodů.
- 8) **Žolíky:** Každý tým má celkem 5 žolíkových karet. Sázení probíhá tak, že před plněním disciplíny, a to buď po vysvětlení pravidel nebo dokonce jenom po oznámení názvu disciplíny, oznámí rozhodčímu, kolik sází na svůj úspěch. Odevzdá mu příslušný počet žolíků. Po úspěšném splnění disciplíny rozhodčí vyznačí kolečkem příslušný počet žolíků v expedičním deníku. V případě neúspěchu žolíková políčka proškrtne. K vyznačení kolečka se používá barva obtížnosti disciplíny: **zelená, červená, modrá**. Vsadí-li hráči na sebe v zelené disciplíně dostanou **za jeden žolík 1 bod, v modré 2 body a v červené 3 body!**
- 9) Maximální počet bodů:
- |                               |                |
|-------------------------------|----------------|
| a) 4 zelené po 1 bodu         | <b>4 body</b>  |
| b) 4 modré po 2 bodech        | <b>8 bodů</b>  |
| c) 4 červené po 3 bodech      | <b>12 bodů</b> |
| d) 5 žolíků v červené         | <b>15 bodů</b> |
| e) <u>bonusová disc. max.</u> | <b>11 bodů</b> |
| f) celkem maximálně           | <b>50 bodů</b> |
- 10) Příklady disciplín:
- a) **Zelená (nejsnazší)** – sestavení obrázku z 10 částí, proběhnutí vytyčené trasy poslepu
- b) **Modrá (střední)** – proběhnutí slalomu s vajíčkem na lžici za daný čas, přeskočení sebe sama, překonání jednoduché lávky
- c) **Červená (obtížná)** - zorientování mapy s okolím, páka s vedoucím, poznání deseti různých květin, přeplavání rybníka.
- d) **Bonusová disciplína** – např. jedenáct úkolů, které je potřeba během víkendu splnit, 11 věcí pro Kimovku, 11 zvuků na noční cestě lesem. Disciplínu by měly absolvovat všechny děti, průměrná úspěšnost by měla být asi tak 6 – 7 bodů. 11 bodů nezíská prakticky nikdo nebo jenom ten úplně nejlepší!
- 11) **Jaké disciplíny zařazujeme?**
- a) **Bonusová kimovka** – Kimovka „Co do lesa nepatří“. Bude v ní 22 předmětů, za každý předmět 0,5 bodu.

- b) **Různě obtížně disciplíny** – Kloboučku hop!, běh s ping-pongovým míčkem na lžici, orientace mapy, noční cesta zvuků, bezdrátový přenos zprávy, přendávání fazolí z jedné misky do druhé pomocí hůlek atd.
- c) **Wanjiny další tipy:** Fazole, plnění skleničkou vodou z rybníka, cesta se zrcátkem pozpátku, běhací kimovka s křížky, provázkové bludiště, poznávání hradů, ruce nohy na Zemi, běhání s ping-pongem, puzzle,

## **Noc dlouhých stínů**

### **Praha – Josefov Staré Město listopad 1999**

#### **Motivace**

*„Od pradávne doby rytířů, pokoutných kejklířů, různých mágů a čarodějů se vypráví legenda o moci prvního nového měsíce (novu) po Štědrém dni. V hlubokých nocích tohoto času, kdy měsíční paprsek neosvítí ani píď zemského povrchu, sílí nadpozemské mocnosti a probouzí se magie ukrytá ve všech předmětech okolo nás. Moc ukrytá ve starých domech, ulicích. Moc oživená vzpomínkami a vydávající svá tajemství. Jedno z takových tajemství budete mít příležitost se dozvědět i VY!“*

#### **Přeneseme do Chicaga ve 30tých letech. Doby, kdy byla přikázána prohibice. V ulicích řádila mafie a pouliční gangy.**

*„Na uličky a ulice města se snáší stín noci. V temných zákoutích a průchodech ožívá život podsvětí. Do ulic se vydávají pašeráci, pouliční zloději a vrazi. Slušní občané raději zůstávají v bezpečí doma. Vy ale musíte ven do ulic. Povinnost vás volá. Jděte a pokuste se proniknout do týlu nepřátelského gangu. Nalezněte jeho doupě a zjistěte tajemství, která ukrývají. Město se Vám odmění.“*

#### **Pravidla hry**

Hra je určena pro 3 týmy v pravidlech označené jako kmeny Lišek, Medvědů a Vlků. Hrací území je vyznačeno mapou.

- Za správně vyřešené úkoly týmy získávají žetony – body. Počet získaných žetonů určuje pořadí v cíli.
- Území je rozděleno do čtyřech částí – ulice Vlků, Medvědů a Lišek + neutrální území. Rozdělení viz mapa – barevně odlišené. Neutrální území je vymezeno ulicemi 17. listopadu, Kaprova, Dlouhá, Revoluční, Na Františku, nám. Curieových,
- Každý kmen dostane sadu otázek.

- Otázky jsou rozděleny a hodnoceny následovně:
  - otázky ze svého území ..... po 1 bodu
  - ukořistěné otázky ..... po 1 + 1 bodu (ukořistění a zodpovězení)
  - za nalezení cizího doupěte ..... 2 body
  - za pozorování cizího hráče – viz dále
- Ukořistěné otázky: Vidím-li soupeře zavolám na něho jménem. On se **MUSÍ** zastavit a volným krokem se oba soupeři setkají!! Tak otázku od soupeře bere hráč, který na soupeře první zavolal. Hráč bez otázky ztrácí život a musí se vrátit zpět ke svému nejvyššímu veliteli pro novou.
- Otázky – Otázky slouží zároveň jako životy. Kdo o svou otázku přijde se musí vrátit zpět ke svému veliteli pro novou. Otázky se v žádném případě nesmí. Otázky doporučujeme učit se nazpaměť.
- Časové vymezení – Hra je vymezena předem zvolenými hodinami. Kmeny tedy řeší úkoly pouze v tomto čase. Na začátku hry se všichni přemístí do herního prostoru, naleznou si své velitelské stanoviště - označí ho a připraví se k vlastní hře.
- V případě sporu rozhoduje los (kámen – nůžky – papír). Poslední slovo má vedoucí.
- Hrajte fér a čestně.

### **Příklady otázek**

- Kolik je telefonních budek na rohu ulic Široké a 17.listopadu? (2)
- V ul. V kolkovně najdete dům se zvláštním vchodem dvě skleněná kola. (č.p. 5)
- Kdy byl postaven kostel u Salvátora? Kdy v něm zkouší pěvecký sbor? (1611-14, čtvr. 20:00)
- Kolik schodů se svažuje v Kozí ul. na proti domu č.p. 8? (12)
- Kolik luceren svítí v ul. Řásnovka? (12)
- Nalezněte v Bílkově ul. starý vysoký dům s dvou patrovým vystouplým arkýřem. Jaký je na jeho štítu nápis. Pomůcka dům se opravuje. (*Bůh žehnej práci*)

# PŘÍLOHA 3: KOMPETENCE A POVINNOSTI OSOB ZAJIŠŤUJÍCÍCH LETNÍ TÁBOR

V Duze Jasmín jsou kompetence jednotlivých pozic rozděleny takto:

## **Oddílový (týmový) vedoucí**

- Oddíl vedou zpravidla dva oddíloví vedoucí (resp. vedoucí a instruktor).
- Vede oddíl dětí a je za ně zodpovědný.
- Se svým oddílem je vždy alespoň jeden vedoucí.
- Má připravený program na dopoledne pro práci (a zábavu) v oddíle. Večerní program je vyhrazen zpravidla oddílům.
- Dopolnedního programu se aktivně účastní oba vedoucí (výjimky viz hlavní vedoucí).
- Dbá o hygienu dětí v oddíle (sprchování a osobní hygiena, úklid stanu, jídelní potřeby).
- Na začátku pobytu zkontroluje vybavení dětí, získá přehled. Jídelní nádobí je označeno.
- Seznámí se zdravotním stavem dětí a od zdravotnice převezme oddílovou lékárnu.
- Všechny úrazy (i drobné) hlásí zdravotnici. Buď přímo nebo na večerní poradě.
- Půjčuje si pomůcky, a to i z kuchyně. A to i pro děti z oddílu osobně. Ručí za jejich navrácení.
- Má připravené dvě dílny pro individuální program.
- Dopolnedního programu se účastní alespoň jeden vedoucí oddílu.
- Večerní porady k organizaci tábora a programu se aktivně zúčastní alespoň jeden vedoucí oddílu.

## **Instruktor**

- Začínající vedoucí nebo vedoucí mladší 18 let – tj. nemá kvalifikaci, zkušenosti.
- Je tzv. „k ruce“ oddílovému vedoucímu.
- Zodpovědnost má omezenou.
- V rozumné míře pro něho platí body oddílového vedoucího.



## **Hlavní vedoucí**

- Vede agendu tábora, včetně hospodaření.
- Komunikuje s úřady a návštěvníky tábora.
- Řídí večerní porady. Nepsané pravidlo je, že večerní porada má konec do 23 hodin a maximální doba trvání je max. jedna hodina.
- Rozhoduje případné spory.
- Koordinuje a řídí aktivity na táboře.
- Vedoucí dne a ostatní vedoucí ho informují o nenadálých skutečnostech.

## **Zástupce hlavního vedoucího tábora**

- Zastupuje hlavního vedoucího v jeho nepřítomnosti ve všech bodech.
- Dbá na to, aby porada neskončila po 23. hodině a netrvala déle než jednu hodinu.

## **Vedoucí individuálního programu**

- Má přehled o dětech, které jsou zapojeny v individuálním programu.
- Má vytvořený harmonogram práce v individuálním programu.
- Provádí koordinaci individuálního programu. Na večerní poradě informuje o plánovaném zapojení vedoucích a jejich aktivitách.
- Vede přehled o realizovaném programu (jasmínový přehled).
- Dbá na to, aby každé dítě zapojené do programu mělo vlastní pracovní sešit.
- Komunikuje s rodiči před a po pobytu o náplni a realizaci individuálního programu.

## **Zdravotník**

- Vybaví táborovou lékárnu.
- Připraví pro každý oddíl oddílovou lékárnu.
- Zkontroluje zdravotní dokumentaci dětí – bez úplné dokumentace dítě není možná účast na táboře.
- Přebírá dokumentaci a děti při odjezdu (příjezdu).
- Je seznámen se zdravotním stavem účastní při nástupu, včetně pravidelných léků.
- Seznámí vedoucí oddílů se zdravotním stavem dětí v oddíle.
- Vybere dokumenty od vedoucích (potvrzení, bezinfekčnost) a seznámí se s jejich zdravotním stavem.

- Vede zdravotní deník na táboře. Po příjezdu ho založí a pravidelně do něj zapisuje.
- Doprovází dítě k lékaři.

### **Kuchař**

- Vládne v kuchyni, kde má první a poslední slovo.
- Sestavuje jídelníček (společně s hlavním vedoucím tábora a zdravotníkem).
- Dbá na to, aby vaření probíhalo podle hygienických pravidel.
- Do nákupního sešitu plánuje nákup po dohodě s hlavním vedoucím tábora.
- Nic z kuchyně nepůjčuje!

### **Vedoucí CTH**

- Připravuje a realizuje celotáborovou hru.
- Vede odpolední část programu.
- Jedná po dohodě s hlavním vedoucím tábora a realizuje aktivity celotáborové hry.
- Seznámí vedoucí s plánem na poradě.

### **Vedoucí dne**

- Oddílový vedoucí služebního oddílu.
- Přebírá službu v průběhu poledního klidu.
- Koordinuje pomoc v kuchyni po dohodě s kuchaři.
- V průběhu služby provede kompletní úklid tábořiště (včetně vnitřních prostor a sprch).
- Hlídá čas a svolává nástupy.
- Vede budíček (v první polovině tábora mu pomáhají všichni oddíloví vedoucí).
- Vede rozcvičku.
- Služební oddíl má noční službu (vedoucí dne je tedy nočním vedoucím).

## ANOTACE

<b>Jméno a příjmení:</b>	Libuše Pátová
<b>Katedra:</b>	Ústav pedagogiky a sociálních studií
<b>Vedoucí práce:</b>	Mgr. Pavla Vyhnálková, Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2021

<b>Název práce:</b>	Využívání nesoutěživých her v dlouhodobé práci s dětmi s ADHD v Duze Jasmin
<b>Název v angličtině:</b>	USAGE OF NON-COMPETITIVE GAMES FOR LONG TIME WORK WITH CHILDREN WITH ADHD IN DUHA JASMIN
<b>Anotace práce:</b>	<p>Hlavním cílem diplomové práce je ověření možnosti využití nesoutěživých her v dlouhodobé práci s dětmi s ADHD. Nesoutěživé hry jsou programovým prvkem, který má potenciál k podnětnému rozvoji schopnosti dětí s ADHD a umožní dítěti získat zdravý způsob začlenění do kolektivu vrstevníků. Cílem práce je posoudit tyto možnosti a srovnat jejich využití ve skupině dětí s ADHD a ostatních vrstevníků. Ke splnění cíle diplomové práce byly formulovány 3 otázky, na které jsem hledala odpověď v reálné praxi. Vzhledem k zaměření práce na dlouhodobou interakci s dítětem s ADHD jsou postupně představeny zásady dlouhodobé práce ve spolku Duha Jasmin. Dále jako zvláštní příklad vyvrcholení celoroční činnosti navržena</p>

	<p>koncepte programu letního tábora se zřetelem na specifické potřeby dětí s ADHD a s využitím nesoutěživých prvků. K naplnění vytyčeného cíle a zodpovězení položených otázek slouží případ letního tábora realizovaného v roce 2020, kde bylo vybráno několik typických zástupců herních prvků. Na jejich příkladu porovnávám využití ve skupinách dětí s ADHD a ostatních dětí. Vliv dlouhodobé práce s dětmi s ADHD v Duha Jasmín je popsán v části věnované kazuistice vybrané skupin</p>
<p><b>Klíčová slova:</b></p>	<p>Děti s ADHD, Duha Jasmín, specifika letního tábora, soutěživé a nesoutěživé hry</p>
<p><b>Anotace v angličtině:</b></p>	<p>The main aim of the thesis is to verify the possibility of using non-competitive games in long-term work with children with ADHD. They have a potential to develop children with ADHD and these game elements lead to obtain a healthy way to integrating into the children group. The main aim of this work is to assess these options and to compare their usage in a group of children with ADHD and other children. I have formulated three questions to verify of the main target of the thesis. The principles were followed in the long-time interaction with child with ADHD in the association Duha Jasmín. Main principles and advantages of this work are presented in the diploma thesis. The program of the summer camp realized by Duha Jasmin in 2020 was selected as a typical example of the non-competitive leisure time activity for children with ADHD. Five selected games are presented in this work. Cases of four children are studied in this diploma thesis and they are used as a typical represents of the dedicated group children with ADHD.</p>

<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	children with ADHD, Duha Jasmín, summer camp for children with ADHD, competitive and non-competitive Games
<b>Přílohy vázané v práci:</b>	
<b>Rozsah práce:</b>	104s
<b>Jazyk práce:</b>	CZ