

Univerzita Hradec Králové  
Přírodovědecká fakulta  
Katedra tělesné výchovy a sportu

## **Využití kurzů v přírodě na Střední odborné škole ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice**

**Bakalářská práce**

Autor: Blanka Hozová  
Studijní program: B1501 Biologie  
Studijní obor: Biologie se zaměřením na vzdělávání  
Tělovýchovné a sportovní aktivity se zaměřením  
na vzdělávání  
Vedoucí práce: PhDr. Ivan Růžička, Ph.D.

**Hradec Králové**

**listopad 2014**

**Univerzita Hradec Králové**  
Přírodovědecká fakulta

## **Zadání bakalářské práce**

**Autor:** Blanka Hozová

Studijní program: B1501 Biologie

Studijní obor: Biologie se zaměřením na vzdělávání  
Tělovýchovné a sportovní aktivity se zaměřením na vzdělávání

**Název závěrečné práce:** **Využití kurzů v přírodě na Střední odborné škole ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice**

Název závěrečné práce Using outdoor activities on Secondary school of persons and  
AJ: property security in Male Svatonovice

### **Cíl, metody, literatura, předpoklady:**

Cíl: Cílem práce je vyhodnotit kurzy v přírodě jako součást učebního plánu vzdělávacího programu vybraného školního subjektu – jejich průběh a cíle, přínos pro účastníky kurzů a navrhnout možnosti inovace. Důkladný rozbor všech čtyř kurzů (lyžařský, branný, lezecký a střelecký kurz). Metody: anketní šetření, rozhovor, pozorování. Literatura: BREJŠKA, J. a kol. Cvičení a pobyt v přírodě: speciální učební text. 2. vyd. Praha: ČASPV, 2009. ISBN 978-808-6586-298. DUŠEK, L. a HNÍZDIL, J. Metodika výuky lyžování: metodika výuky sjezdového lyžování dle nejnovějších poznatků alpských lyžařských škol: učební texty pro studenty rekreologie a profesionální učitele lyžování. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2002, 21 s. Děti a sport. ISBN 80-244-0526-1. INSTRUKTOŘI BRNO. Fond her: 52 nejlepších her z akcí a kurzů. Vyd. 1. Brno: Computer Press, 2007, v, 211 s. Edice aktivít a her. ISBN 978-802-5116-753. VALJENT, Z. Letní výcvikový kurz I: pobyt v přírodě. Vyd. 1. Praha: Nakladatelství ČVUT, 2007, 83 s. ISBN 978-80-01-03727-0.

Garantující pracoviště: Katedra tělesné výchovy a sportu, Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: PhDr. Ivan Růžička, Ph.D.

Konzultant:

Oponent: Mgr. Tomáš Roztočil

Datum zadání závěrečné práce: 20. 2. 2013

Datum odevzdání závěrečné práce: 8. 12. 2014

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a že jsem v seznamu použité literatury uvedla všechny prameny, ze kterých jsem vycházela.

V Hradci Králové dne 8. 12. 2014

## **Poděkování**

Chtěla bych poděkovat svému vedoucímu bakalářské práce PhDr. Ivanu Růžičkovi, Ph.D. za odborné vedení, pomoc a rady při zpracování této práce. Mé poděkování patří též řediteli školy BPA Malé Svatoňovice Ing. Bc. Vladimíru Janusovi, učitelům Bc. Miloslavu Fátorovi a Lukáši Valentovi, dále instruktorům České speleologické společnosti ORCUS Bohumín Ing. Jakubu Wágnerovi a BTW security systems Vlastimilu Bibrovi a Mgr. Viktoru Breberovi za spolupráci při získávání údajů pro praktickou i výzkumnou část.

## **Anotace**

HOZOVÁ, Blanka. *Využití kurzů v přírodě na Střední odborné škole ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice*. Hradec Králové, 2014. Bakalářská práce. Univerzita Hradec Králové, Přírodovědecká fakulta. Vedoucí práce PhDr. Ivan Růžička, Ph.D.

Tato bakalářská práce se zabývá rozбором jednotlivých sportovních kurzů na Střední odborné škole ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice. Cílem práce je vyhodnocení kurzů (lyžařský, branný, speleoalpinistický a střelecký kurz) - jejich průběhu a cílů, přínosu pro účastníky s možností navrhnout inovace ve výuce.

Teoretická část obecně seznamuje s charakteristikou školy a školním systémem, dále pak obsahuje důkladný rozbor průběhu kurzů.

V praktické části s využitím anketního šetření byly zjištěny výsledky jednotlivých kurzů o naplnění vytyčených cílů a vyhodnocení přínosů pro účastníky. Na základě těchto poznatků byly vysloveny závěry a navrženy možnosti zvýšení efektivity výuky kurzů v přírodě na této škole.

## **Klíčová slova**

Lyžařský kurz, branný kurz, speleoalpinistický kurz, střelecký kurz, sportovní kurzy

## **Annotation**

HOZOVÁ, Blanka. *Using outdoor activities on Secondary school of persons and property security in Malé Svatoňovice*. Hradec Králové, 2014. Bachelor Thesis. University of Hradec Králové, Faculty of Science. Thesis Supervisor PhDr. Ivan Růžička, Ph.D.

This Bachelor Thesis explores an analysis of individual sports courses on Secondary school of person and property security in Malé Svatoňovice. The aim of this thesis is to evaluate the courses (a ski course, a defence course, a carving apline course and a shooting course) – their process, goals and benefits for participants with a possibility of proposing innovations in teaching.

The theoretical part generally introduces characteristics of the school and the school systems, additionally it contains a thorough analysis of the course.

In the practical part using a public inquiry, results of individual courses were found about fulfilling set goals and evaluating benefits for participants. Based on these findings, conclusions were pronounced and options for increasing efficiency in teaching courses outdoors at this school were designed.

## **Key words**

Ski course, defence course, caving alpine course, shooting course, sports courses

# Obsah

Úvod.....	10
<b>1 Charakteristika Bezpečnostně právní akademie Malé Svatoňovice .....</b>	<b>11</b>
1.1 Vývoj škol Bezpečnostně právní akademie .....	11
1.2 Historie školy Bezpečnostně právní akademie Malé Svatoňovice.....	11
1.3 Profil absolventa.....	12
1.4 Způsob ukončení vzdělání.....	12
1.5 Pracovní uplatnění absolventa.....	12
1.6 Charakteristika školního vzdělávacího programu .....	12
1.7 Spolupráce s partnerskými institucemi.....	13
1.8 Sportovní a mimoškolní aktivity .....	14
<b>2 Kurzy v přírodě na Bezpečnostně právní akademii Malé Svatoňovice .....</b>	<b>15</b>
2.1 Lyžařský kurz .....	15
2.1.1 Cíle a funkce lyžařského výcviku .....	15
2.1.2 Časová dotace.....	16
2.1.3 Místo konání.....	16
2.1.4 Zajištění kurzu.....	16
2.1.5 Přípravná část.....	17
2.1.6 Běžecké lyžování .....	18
2.1.7 Sjezdové lyžování .....	20
2.2 Branný kurz .....	21
2.2.1 Cíle a funkce branného kurzu .....	21
2.2.2 Časová dotace.....	22
2.2.3 Místo konání.....	22
2.2.4 Zajištění kurzu.....	22
2.2.5 Topografická část.....	23
2.2.6 Ochrana člověka za mimořádných událostí .....	24

2.2.7	Kondiční část.....	24
2.2.8	Biologické a ekologické vzdělávání.....	26
2.3	Speleoalpinistický kurz .....	27
2.3.1	Cíle a funkce speleoalpinistického kurzu.....	27
2.3.2	Časová dotace.....	28
2.3.3	Místo konání.....	28
2.3.4	Zajištění kurzu.....	28
2.3.5	Lezecká příprava .....	29
2.3.6	Vzdělávání pro zdraví, biologie a ekologie.....	31
2.3.7	Kondiční část.....	31
2.4	Střelecký kurz.....	32
2.4.1	Cíle a funkce střeleckého kurzu .....	32
2.4.2	Časová dotace.....	33
2.4.3	Místo konání.....	33
2.4.4	Zajištění kurzu.....	33
2.4.5	Střelecká příprava.....	34
2.4.6	Vzdělávání pro zdraví, biologie a ekologie.....	35
2.4.7	Kondiční část.....	36
<b>3</b>	<b>Cíl, hypotézy a úkoly výzkumu.....</b>	<b>38</b>
3.1	Cíl výzkumu .....	38
3.2	Hypotézy výzkumu.....	38
3.3	Úkoly výzkumu .....	38
<b>4</b>	<b>Metodika výzkumu .....</b>	<b>39</b>
4.1	Charakteristika výběrového souboru .....	39
4.2	Organizace výzkumu .....	39
4.3	Metody získávání dat.....	40
4.4	Metody zpracování a vyhodnocení dat.....	40



<b>5</b>	<b>Výsledky a diskuze</b> .....	<b>41</b>
<b>6</b>	<b>Závěry</b> .....	<b>45</b>
6.1	Závěry empirického výzkumu .....	45
6.2	Závěry a doporučení pro teorii .....	45
6.3	Závěry a doporučení pro praxi .....	46
<b>7</b>	<b>Souhrn</b> .....	<b>47</b>
	<b>Referenční seznam</b> .....	<b>48</b>

## Úvod

Tato práce vznikla na základě myšlenky autorky přiblížit a objasnit čtenářům specifickou a originální náplň studia, hlavně tedy kurzovní výuky na Střední odborné škole ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice. Cílem práce bylo zdokumentování příprav, průběhu, hlavně pak cílů kurzů, jejich přínosů pro účastníky a jejich kompletní zhodnocení, případné navrnutí inovace ve výuce. Jelikož se tématem využitím kurzů na SOŠ OOM v České republice nikdo doposud podrobněji nezabýval, teoretická část je zpracována především ze školního vzdělávacího programu, dále poskytnutých informací učitelů a instruktorů jednotlivých kurzů a podle poznatků a zkušeností autorky, jako absolventky této školy. Tato část obsahuje obecnou charakteristiku školy a školní systém, především pak podrobný popis příprav, průběhu, cílů a specifické náplně, která je pro každý kurz jedinečná. Praktická část byla vyhotovena za pomoci anketního šetření, kterému bylo podrobeno třicet dva studentů čtvrtých ročníků, tedy úspěšných absolventů všech zkoumaných kurzů. Byly zde zjišťovány nejen informace o průběhu kurzu, splněných cílech, ale hlavně o přínosech pro účastníky. Na základě těchto poznatků byly vysloveny závěry a navrženy možnosti zvýšení efektivity výuky kurzů na této škole.

# **1 Charakteristika Bezpečnostně právní akademie Malé Svatoňovice**

Tato kapitola byla zpracována na základě dokumentu: Střední odborná škola ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice s. r. o., Školní vzdělávací program pro obor vzdělávání: Bezpečnostně právní činnost (Janus, 2010).

## **1.1 Vývoj škol Bezpečnostně právní akademie**

Bezpečnostně právní akademie v Malých Svatoňovicích, dále jen BPA (dříve Střední odborná škola ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice, zkratka SOŠ OOM) je jedna ze sítě 5 škol, které již po více jak 20 let působí ve velkých krajských městech a to Ostravě, Brně, Plzni a nyní nově v hlavním městě České republiky. První ze škol Střední odborné školy ochrany a majetku byla zařazena do sítě škol 1. 4. 1992. Akreditaci potvrdilo tehdejší Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy i Ministerstvo vnitra ČSFR (Česká a Slovenská federativní republika). V září 2009 podle rozhodnutí MŠMT došlo ke změně názvu oboru Právní administrativa na Veřejnoprávní činnost a výuka tohoto oboru začala být realizována podle školou vypracovaného školního vzdělávacího programu s názvem Právní administrativa. V září roku 2010 byl změněn i název oboru Ochrana osob a majetku na Bezpečnostně právní činnost, i v tomto případě byl vydán školní vzdělávací program s názvem Ochrana osob a majetku. V roce 2012 škola slaví své dvacetileté výročí a díky změnám a neustálému vývoji mění i svůj původní název na BPA (Janus, 2014).

## **1.2 Historie školy Bezpečnostně právní akademie Malé Svatoňovice**

BPA v Malých Svatoňovicích byla do sítě škol zařazena 1. září 2006, kdy byla zahájena i prvotní pravidelná výuka. Při vzniku škola působila v pronajatých budovách Středního odborného učiliště v Malých Svatoňovicích, v současné době je veškerý využívaný majetek ve vlastnictví BPA. Od 1. 5. 2013 došlo ke změně původního názvu školy ze Střední odborné školy ochrany osob a majetku na současně pojmenovanou Bezpečnostně právní akademii Malé Svatoňovice s. r. o., střední škola. Důvodem této změny bylo především změna názvu stěžejního studijního oboru z Ochrany osob a majetku na Bezpečnostně právní činnost, protože zrovna bezpečnost a právo patří mezi stěžejní předměty, které jsou na škole vyučovány. Označení slova akademie symbolizuje poskytnutí studentům co nejkvalitnější vzdělání v tomto oboru, případně

ukazatele hodnotného vzdělání v budoucím jak profesním, tak i osobním životě studentů (Janus, 2014).

### **1.3 Profil absolventa**

Bezpečnostně právní akademie je odborná škola bezpečnostně právního a sportovního charakteru zakončená maturitní zkouškou. Škola nabízí čtyřleté denní studium v oborech Bezpečnostně právní činnost, Veřejnoprávní činnost a Technické lyceum s vojenskou a hasičskou specifikací. V neposlední řadě se zde nabízí i možnost absolventům učebních oborů v tříletém studijním oboru Bezpečnostní služby v dálkové a distanční formě k dosažení odborného středoškolského vzdělání.

### **1.4 Způsob ukončení vzdělání**

Vzdělání je ukončeno maturitní zkouškou, certifikátem je vysvědčení o maturitní zkoušce. Maturitní zkouška se rozděluje na dvě hlavní části: společná a profilová část. Ve společné části zkouška zahrnuje český jazyk a literaturu, v případě cizích jazyků škola nabízí anglický, německý a ruský jazyk, jako třetí zkoušku mohou žáci volit z matematiky, společenskovědního základu a informatiky, v případě všech zkoušek je žákům umožněno volit si z obou úrovní obtížnosti. Profilová část se skládá ze tří povinných zkoušek a to praktické zkoušky ze speciální tělesné výchovy, práva, kriminalistiky a bezpečnostní přípravy.

### **1.5 Pracovní uplatnění absolventa**

Učební plán a náplň jednotlivých předmětů jsou sestaveny tak, aby odpovídaly požadavkům kladeným na pracovníky Policie České republiky (PČR), obecní policie, soukromých bezpečnostních služeb, celníc, vězeňské služby nebo justiční strážě a ostatních složek zabývajících se ochranou osob a majetku. V praxi se tedy absolvent uplatní v povoláních, v nichž je pracovní činnost vázána na znalost a správnou aplikaci právních předpisů ČR ve věcech veřejného pořádku, vnitřní bezpečnosti a na fyzickou zdatnost.

### **1.6 Charakteristika školního vzdělávacího programu**

Školní vzdělávací programy pro denní a nástavbové studium zahrnují kromě povinných všeobecných předmětů, jako jsou český jazyk a literatura, první cizí jazyk nejčastěji anglický či německý a druhý jazyk ruský, matematika, dějepis, fyzika,

chemie, biologie a ekologie, zeměpis, občanská nauka, informační a komunikační technologie (ICT), ekonomie a tělesná výchova i ty odborné jako například právo, bezpečnostní přípravu, kriminologii, kriminalistiku, kynologii, penologii, aplikovanou psychologii, techniku administrativy a speciální tělesnou výchovu. Mimo tyto povinné předměty si studenti mohou vybírat z nabídky volitelných předmětů jako cvičení z ICT, matematiky, společenskovedního semináře a konverzace v cizím jazyce anglickém, německém nebo ruském. Jednotlivé předměty jsou do určitých ročníků poskládány tak, aby co nejvíce navazovaly na předchozí předměty a usnadnili tak studentům snazší seznámení s odbornými předměty. Jak již bylo zmíněno v předchozím textu, dalším stěžejním předmětem kromě bezpečnostní přípravy a práva je na této škole i speciální tělesná výchova. Jedná se o povinný odborný předmět, jenž se vyučuje ve všech čtyřech ročnících. Jeho zvláštností je 4 až 6 hodinová dotace týdně. V tomto předmětu jsou studenti seznámeni se základy bojového umění (převážně karate a judo), profesní sebeobrany. Na rozdíl od hodin tělesné výchovy jsou studenti jak teoreticky i prakticky seznámeni se základy bojových umění (karate, judo), součástí hodin je úpolová gymnastika a hlavním aspektem je rozvíjení fyzické zdatnosti, jež je neoddelitelnou součástí přípravy ochránců veřejného pořádku pro praktický výkon služby. Díky své fyzické přípravě a speciální dovednosti z profesní sebeobrany jsou studenti schopni se zařadit do speciálních jednotek PČR a armády. V rámci studia je realizována odborná praxe a čtyři sportovní kurzy (lyžařský, branný, speleoalpinistický a střelecký), kterým je věnována tato práce.

## 1.7 Spolupráce s partnerskými institucemi

V neposlední řadě škola velmi významně rozšířila spolupráci s vysokou školou Univerzita obrany v Brně. S touto školou ve dnech 7. – 9. 2013 proběhlo prezentační cvičení 9 vybraných studentů BPA ve vojenském výcvikovém prostoru Březina u Brna. „Předmětem činností byla např. metodika nácviku opuštění základny, překonání bojové dráhy, bojové a taktické noční hry, noční přechod nebo proniknutí do objektu. Cílem bylo také úspěšně bivakovat v nestabilním prostředí a v neposlední řadě práce v kolektivu i v jednotlivých skupinách – týmech. Převážná část činností byla prováděna soutěžní formou týmů, kde naši studenti obsadili skvělá 1. – 2. místa.“ (Valenta, 2013) Dále spolupracuje s Vysokou školou báňskou – Technickou univerzitou V Ostravě, Ministerstvem vnitra České republiky a Střední policejní školou Ministerstva vnitra v Holešově (Janus, 2013). Právě proto škola poskytuje kvalitní přípravu pro studium na

vysokých školách s různorodým zaměřením (sportovní, vojenské, právní aj.) Mimo spolupráce s významnými univerzitami škola udržuje spolupráci i se státními institucemi jako je PČR, obecní policie, ale i bezpečnostní agentury. Díky této skutečnosti mají studenti možnost nahlédnout do prostor těchto institucí, kam jinak fyzické osoby nemají vstup povolen a mohou se dotázat přímo kvalifikovaných pracovníků. Exkurze jsou realizovány na oddělení služební kynologie, jízdní policie, krajského policejního ředitelství, vězeňské služby, soudního lékařství, báňské záchranné služby, na hasičské stanice, studenti se mohou účastnit soudních stání. V průběhu studia probíhají i besedy s odbornými pracovníky přímo při výuce, zejména v rámci projektových dnů, například spolek Českého červeného kříže, který pro studenty 4. ročníku zajišťuje zdravotnický kurz.

Co se týče školních aktivit, škola projektuje velké množství zahraničních akcí. Snaží se tím udržovat dlouhodobé mezinárodní spolupráce se zahraničními školami odborného typu a zaměření. Každoročně s dalšími školami BPA pořádá jazykové studijní pobyty v Anglii spojené s výukou jazyka. Ve školním roce 2007/2008 – 2008/2009 v rámci projektu partnerských škol – Comenius proběhl výměnný pobyt studentů BPA Malé Svatoňovice se spřátelenou polskou školou "Liceum Ogólnokształcącego w Tychach ZDZ w Katowicach". Téma tohoto partnerského programu nesl název „Historie nás učí, jak budovat společně bezpečnou budoucnost v Evropě“. Studenti školy se pravidelně účastní olympiád v českém a anglickém jazyce.

## **1.8 Sportovní a mimoškolní aktivity**

Jelikož má škola sportovní zaměření, účastní se různorodých sportovních soutěží. Studenti zaznamenávají velké úspěchy v okresních, krajských i celorepublikových soutěžích v disciplínách jako je atletika, fotbal, florbal, stolní tenis, silový trojboj apod. jak chlapci, tak i dívky.

Vedení školy se zajímá i o mimoškolní aktivity studentů. V nabídce nalezneme například hodiny tréninku juda, karate a úpolové gymnastiky, které se prolíná se školním učivem. Dále studenti mohou svůj tým přihlásit do školní fotbalové ligy. K dispozici mají volně přístupnou vybavenou posilovnu, saunu či nově zrealizovanou lezeckou stěnu. Koho příliš neoslovily předešlé aktivity, určitě přijde na své v kynologickém kroužku. To vše je přímo v areálu školy.

## **2 Kurzy v přírodě na Bezpečnostně právní akademii Malé Svatoňovice**

Tato kapitola byla zpracována na základě dokumentu: Střední odborná škola ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice s. r. o., Školní vzdělávací program pro obor vzdělávání: Bezpečnostně právní činnost: Předmět lyžařský kurz, branný kurz, speleoalpinistický kurz, střelecký kurz (Janus, 2010).

Veškeré použité fotografie v této kapitole byly převzaty ze školní fotogalerie (Portych, 2014).

V rámci studia na BPA probíhá během čtyřletého studia několik kurzů, které se pro každý studijní obor i ročník liší. Všechny kurzy jsou uvedeny ve ŠVP, tudíž jsou povinnou součástí výuky. Tato práce je zaměřena na obor Bezpečnostně právní činnost, kde probíhají čtyři sportovní kurzy a to lyžařský, branný, speleoalpinistický a střelecký. Každý kurz zajišťují kvalifikovaní zaměstnanci školy či najaté specializované firmy. Kurzy mají již podle svého názvu specifickou náplň a kladou si i odlišné cíle. Všechny probíhají ve výcvikovém středisku BPA v Malých Svatoňovicích a přilehlém okolí. Právě sem se na kurzovní výuku sjíždějí studenti ze všech pěti zmíněných škol. Studenti této školy mají však v tomto směru nevýhodu, všechny kurzy absolvují právě v místě, kde navštěvují školu.

### **2.1 Lyžařský kurz**

#### **2.1.1 Cíle a funkce lyžařského výcviku**

Lyžařský kurz je součástí učebních osnov na uvedené střední škole. Jako každý vyučovací předmět má i lyžařský kurz za úkol plnit určité cíle. Za nejdůležitější cíl je považováno u studentů vytvořit předpoklady pro zvládnutí základů sjezdového a běžeckého lyžování a budovat u nich pozitivní vztah k zimním sportům a k sportování v zimní přírodě. Nedílnou součástí je vytvoření předpokladů pro zvládnutí krizových situací v zimních podmínkách v neznámém terénu, a to osvojením zásad pohybu v horském terénu, principů přežití v přírodním prostředí. Gnad (2008, s. 39–40) píše: *„Cílem není jen pouhé zvládnutí techniky jízdy za ideálních podmínek, ale i v různých terénních a sněhových podmínkách. Pomocí pohybových, rovnovážných a dalších analyzátorů získává lyžař informace o vnějším prostředí, ty analyzuje a zajišťuje tak*

*optimální akci na jejich změny. Tyto reakce spolu s ostatními vjemy vytvářejí ve zdokonalené podobě komplexní lyžařské vjemy.*“ Velmi důležitým aspektem je seznámení studentů se základy první pomoci a případně její následné využití při úrazu v zimních podmínkách. Protože se studenti po celou dobu kurzu pohybují v přírodě, je třeba u nich vytvořit spoluzodpovědnost za stav životního prostředí, seznámit je se zásadami ochrany přírody a krajiny. Kurz současně s výchovnými a vzdělávacími cíli plní funkci regenerační a kompenzační, po jednostranné zátěži způsobené pobytem ve škole, ale i činnostmi mimo školu. Jelikož je lyžařský kurz pro studenty prvním společným kurzem, jeho obecným cílem je budování a upevňování přátelských vztahů kolektivu v duchu fair play.

### **2.1.2 Časová dotace**

Lyžařský kurz je vyučován v prvním ročníku studia v rozsahu šesti dní po osmi hodinách výuky a výcviku. Výcvikový den je vždy rozdělen na dopolední a odpolední blok, každý většinou po třech hodinách výuky, které se odehrávají v přírodě. Večerní programy, většinou dvouhodinové, jsou rozděleny na aktivní a teoretické. Ty aktivní zahrnují například orientační závod či výběh do přírody. Ty teoretické jsou vyplněny odbornými přednáškami. Jeden z večerů bývá již tradičně věnován zábavě a je v režii samotných studentů.

### **2.1.3 Místo konání**

Jak již bylo řečeno, lyžařský kurz probíhá přímo v areálu školy v Malých Svatoňovicích. Jelikož se Malé Svatoňovice nacházejí v oblasti Podkrkonoší (Jestřebí hory), jsou zde příhodné podmínky pro konání tohoto kurzu. Výuka běžeckého lyžování tedy za dobrých sněhových podmínek probíhá přímo zde, k tréninku či celodennímu výletu jsou využívány připravené běžecké trasy např. Malé Svatoňovice – Odolov – Paseky – Markoušovice – Končiny. Co se týče výuky sjezdového lyžování, škola zajišťuje studentům určitý komfort. Součástí areálu je totiž i menší lyžařský vlek, který slouží hlavně k všeobecné lyžařské průpravě. Hlavní výuka základních technik pak probíhá spíše ve výše položených krkonošských lyžařských střediscích Mladé Buky, Janské Lázně, Malá a Velká Úpa, které se nacházejí do vzdálenosti 50 kilometrů.

### **2.1.4 Zajištění kurzu**

Lyžařský kurz personálně zabezpečují vždy dvě až tři osoby, které jsou pověřeny ředitelem školy. Nejčastěji se jedná o učitele speciální tělesné výchovy a tělesné



výchovy, v některém případě toto složení doplňují či zastupují i jiné kvalifikované osoby. Instruktoři kurzu jsou povinni s dostatečným předstihem zajistit vše nezbytné pro plynulý průběh celého kurzu. Jedná se hlavně o ubytování, stravování, dopravu do lyžařských středisek, plán kurzu, zvolení optimálních běžeckých a sjezdových tratí, náhradní program z důvodu nepříznivého počasí nebo jiné skutečnosti, zajištění učebních materiálů a technického vybavení k odborným přednáškám a instruktážím, náhradní výzbroj, zajištění informací pro studenty atd. Počet studentů na kurzovní výuce je závislý na počtu studentů v ročníku. Většinou jsou sloučeny dvě třídy o celkovém počtu maximálně 40 studentů. Jako na začátku každého školního roku či školní akce je instruktory i na kurzovní výuce povinně provedeno odborné proškolení studentů o BOZP a PO (Bezpečnost a ochrana zdraví při práci a požární prevence), seznamuje je s denním režimem a zásadami pohybu v ubytovacím objektu i mimo něj.

### **2.1.5 Přípravná část**

Večerní programy kurzu jsou věnovány přípravné části, která zahrnuje odborné přednášky týkající se hygieny a bezpečnosti při sportovní činnosti, především pak významu pohybu pro zdraví, pravidel chování ve stopě a na sjezdovce. Dále zahrnuje i teoretické poznatky kolem výzbroje a výstroje, drobných oprav a manipulací s lyžařskou výstrojí. Během přednášek jsou připomenuty také zásady bezpečnosti při výuce lyžování a pravidla bezpečnosti FIS při pohybu na sjezdových lyžích (Drahoňovský, 2011). Vzhledem k intenzivnímu zatížení pohybového aparátu jsou zmíněny vhodné formy kompenzačního cvičení k specifickým pohybovým činnostem a jejich praktické využívání. Současně pak navazuje vyzdvižení regeneračních technik (sauna, otužování). Přednášky jsou zpestřeny historií lyžování, lyžařskými disciplínami a hlavně styly běžeckého lyžování a technikami lyžování sjezdového. Důležitou součástí přednášek lyžařského kurzu je také výuka první pomoci. Studenti se učí v modelových situacích prokázat dovednosti a principy poskytování první pomoci na sobě i ostatních, rozpoznávají hrozící nebezpečí a jak na něj reagovat. Tato část může sloužit již jako prvotní příprava k maturitní zkoušce ze speciální tělesné výchovy, protože právě první pomoc je jedním z okruhů, který je třeba k úspěšnému vykonání celé zkoušky. Během odborných přednášek i praktické výuky jsou studenti seznamováni se vztahy člověka k životnímu prostředí a chráněnými území v regionech, ve kterých se pohybují.

## 2.1.6 Běžecské lyžování

Výuka běžecského lyžování je zařazena do dopoledního bloku kurzovní výuky. Je rozdělena do několika základních etap. Každá etapa výuky je na začátku vždy doplněna krátkou instruktáží a navazuje vždy na večerní odborné přednášky. První etapa kurzu obsahuje zejména nácvik všeobecné lyžařské průpravy k získání veškerých dovedností a lyžařských vjemů, které jsou velmi důležité pro pohyb na běžecských lyžích. „*Všeobecná lyžařská průprava je základní přípravou lyžaře – začátečníka, která slouží pro jeho seznámení s lyžařskou výzbrojí a výstrojí a také prostředním, ve kterém se bude pohybovat.*“ (Kutáč a Navrátková 2006, s. 9) Po seznámení následuje krátké rozehtání organismu účastníků formou rozcvičky a různých her na sněhu, například i s použitím výzbroje. Po rozehtání přichází nácvik základních postojů a pohybů, nácvik základního lyžařského postoje a jeho obměn, správného držení těla a holí. Následuje nácvik obrátů, pádů a vstávání, základního pohybu na lyžích, prozatím chůze, chůze sunem, skluzem na rovině, později na svahu. Po zvládnutí těchto technik navazují různé formy výstupů (chůze po spádnicí, šikmo svahem, s přídupem, výstup jednostranným a oboustranným odvratem, stranou) a sjíždění (sjíždění po spádnicí, šikmo svahem, po jedné a obou lyžích s doprovodnými pohyby jednotlivých segmentů těla). Není opomenuto ani brzdění (regulace jízda, zastavení jednostranným či oboustranným přivratem, sesouvání). Po úspěšném absolvování této etapy je postoupeno k etapě druhé. V této etapě studenti dále rozšiřují znalosti a zdokonalují lyžařské dovednosti v oblasti výstupů, sjíždění, změn směru, zrychlování (Gnad, 2008).

Na předchozí všeobecnou přípravu plynule navazuje právě příprava specializovaná, jejíž hlavním obsahem je nácvik základních způsobů běhu. Zde studenti absolvují speciální přípravná cvičení pro nácvik klasické techniky a bruslení. Z hlediska klasické techniky jsou vyučovány dva styly. Jsou jimi základní a nejvíce používaný střídavý běh dvoudobý a soupažný běh jednodobý. Speciální přípravná cvičení střídavého běhu dvoudobého zahrnují několik základních pohybových dovedností. Těmi jsou příprava na odraz, odraz, přenášení hmotnosti těla, jízda ve skluzu v jednooborovém postavení, švihový pohyb dolní končetiny, pohyb paží s odpichem holemi, pohyby trupu, pánve a ramen. Na toto speciální cvičení následně navazuje nácvik synchronizace pohybů horních a dolních končetin. K nácviku soupažného běhu jednodobého jsou využívány již odlišná speciální cvičení, jsou to příprava na odraz, odraz, pohyb paží ve skluzu v jednooborovém postoji, pohyb paží se soupažným odpichem holemi, švihový pohyb

dolní končetiny, nastavení trupu a jízda ve skluzu ve dvouoporovém postoji. Prvotní pohyby obou stylů probíhají na místě. Nácvik střídavého běhu dvoudobého probíhá nejdříve na rovině, později se přechází do mírného stoupání. Soupažný běh jednodobý studenti nejprve zkusí z mírného kopce, poté nácvik pokračuje na rovině. Pro úspěšný nácvik těchto způsobů se studenti pohybují v běžeckých stopách (Obr. 1). Instruktoři vedou studenty k správnému pohybu různých segmentů těla, rozsahu pohybu, provedení a dokončení odpichu a odrazu. Nedílnou součástí je i názorná demonstrace uvedených stylů instruktory a upozornění na nejčastěji prováděné chyby. Technika bruslení zahrnuje více stylů, které studenti musí ovládat, jsou to jednostranné bruslení, oboustranné bruslení dvoudobé, oboustranné bruslení jednodobé, oboustranné bruslení střídavé a prosté. I zde se u všech způsobů opět výuka zaměřuje na pohybové dovednosti, avšak u každého s lehkými modifikacemi. Jsou to příprava na odraz, odraz z vnitřní hrany lyže v odvratu, přenášení hmotnosti těla přes osu pohybu, jízda ve skluzu v jednooborovém postoji po ploše skluznice lyže v odvratu, pohyb paží s odpichem holemi a přenos paží a dolní končetiny do základního postoje. Pro snadnější nácvik výuka probíhá opět v upravených běžeckých stopách. Po úspěšném zvládnutí uvedených etap vedle stálého vylepšování techniky běhu na lyžích se pomalu přechází ke kombinovanému a plynulému napojování jednotlivých způsobů běhu (Gnad, 2008).



**Obr. 1** Nácvik klasické techniky jízdy na běžeckých lyžích

*Zdroj: [http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie]*

Pokud toto studenti zvládnou, přesunuje se výcvik mimo upravené stopy, do různých terénních a sněhových podmínek. Zde studenti musí volit styly vhodné právě do těchto podmínek, aby si usnadnili pohyb. Jeden den kurzu je zpestřen půldenním či

celodenním turistickým výletem na běžkách. Realizaci výletu předchází náročná příprava instruktorů. Ty zajišťují i její bezpečný a plynulý průběh. Výlet slouží k tomu, aby si studenti mohli naplno vyzkoušet získané lyžařské dovednosti a otestovat fyzickou zdatnost, případně si prohlédnout a seznámit se s okolím.

Pro správný a snadný pohyb na běžeckých lyžích instruktoři učí studenty jak správně ošetřit a namazat skluznici lyží pro zvolený způsob, rozeznat druhy sněhu (nový, jemnozrný, hrubozrný, hrubozrný mokrá, hrubozrný zmrzlý sníh). Podle druhu sněhu, teploty vzduchu a předpokládaného způsobu běhu vždy instruktor volí nejlepší variantu ze skluzných či stoupacích vosků, aplikaci provádějí sami studenti. Tato problematika opět navazuje již na odborné přednášky a studenti by ji měli znát.

### **2.1.7 Sjezdové lyžování**

Výuka sjezdového lyžování je většinou zařazena spíše do odpoledního bloku kurzovní výuky. Plynule navazuje na předchozí výuku běžeckého lyžování, kde je kladen důraz hlavně na zvládnutí všeobecné lyžařské průpravy, ve sjezdovém lyžování tomu není jinak. Cvičení obou způsobů (postoje a pohyby na místě, obraty na rovině, pády a vstávání, výstupy, brzdění a zastavování, pohyb na lyžích na rovině a po svahu, základní sjezdový postoj atd.) spolu velmi úzce souvisí, jen s tím rozdílem, že jsou prováděna na jiném typu lyží a v jiných podmínkách, tedy na sjezdovce. Jelikož se studenti pohybují na sjezdovce, bylo jim sděleno poučení o využívání lanovek a vleků, zvláště pokud to byli lyžaři začátečníci. Poučení se týkalo zejména držení holí, opuštění vleku a stopy při pádu, bezpečnou jízdu ve stopě a opuštění vleku v konečné stanici (Kutáč a Navrátková, 2003).

I zde se výcvik sjíždění a zatáčení na lyžích vyučuje na dvě etapy základního lyžování. Studenti se v této etapě učí nácviku celého rozsahu a obsahu techniky sjíždění a zatáčení. První část etapy zahrnuje základy lyžařských dovedností a oblouků v základní formě provedení na jednoduchých sjezdových tratích. V druhé části etapy je kladen důraz na rozšiřování lyžařských dovedností a nácvik specializované průpravy - oblouků středních, krátkých a jejich modifikací, nácvik oblouků v pluhu z rozšířené stopy ke svahu a od svahu, sjíždění do protisvahu, šikmo svahem a po spádnicí k zvládnutí provedení za obtížnějších terénních a sněhových podmínek. Zde se rozvíjejí a zdokonalují pohybové dovednosti, zároveň se tvoří nové, které pomohou zvládnout náročnější podmínky. Po zvládnutí základních lyžařských dovedností se přistupuje

k dovednostem rozšiřujícím – průpravě pro sjíždění a zatáčení na lyžích. Základem této průpravy je nácvik sjezdových postojů, nácvik sjíždění a průprava pro zatáčení.

Nácvik carvingového oblouku se provádí na upraveném a mírném svahu s malou koncentrací pohybujících se lyžařů. Nejprve studenti nacvičují otevřené oblouky a přechází do oblouků uzavřených. Po té následuje napojování oblouků z rozšířené stopy za pomoci pohybů kolen, pánve a trupu do strany a jejím odklonem. K zahájení a vedení oblouku slouží aktivní pohyb kolen, pánve a vnitřního boku do strany a aktivní zatížení vnitřní lyže i při ukončení oblouku (Gnad, 2008). Po těchto cvičeních je tedy dalším úkolem plynulé navazování carvingovými oblouky (Obr. 2).



*Obr. 2 Nácvik carvingového oblouku na sjezdových lyžích*

*Zdroj: [<http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie>]*

Součástí výuky jsou i expertní prvky carvingu. Zde student dokáže popsat a demonstrovat vybrané prvky expertní jízdy na svahu. Jedná se hlavně o prvky rotace, zatížení vnitřní lyže, náklonu do oblouku, zahájení oblouku na vnitřní lyži, přisedání do oblouku a handcarving. Během výuky celého bloku opět instruktoři nezapomínají na důležitou instruktáž ke správnému provádění a samozřejmě nechybí ani názorná demonstrace požadovaných prvků.

## **2.2 Branný kurz**

### **2.2.1 Cíle a funkce branného kurzu**

Dalším povinným kurzem opět uvedeným ve školním vzdělávacím programu je kurz branný. Tento kurz z hlediska obecných cílů plynule navazuje na předchozí lyžařský kurz. Má za úkol plnit hlavně funkci regenerační a kompenzační, po jednostranné zátěži

způsobené pobytem ve škole, ale i činnostmi mimo školu, zvládat organizační, hygienické a bezpečnostní návyky pro provádění samostatné, zdravotně vhodné a bezpečné pohybové aktivity ve známém prostředí. Dále má pomoci rozvíjet a upevňovat přátelské vztahy, eliminovat zdraví ohrožující návyky a činnosti a opět také zvládat první pomoc při úrazech v různém prostředí. Hlavním a specifickým cílem tohoto kurzu je hlavně zvyšování fyzické zdatnosti studentů a vytvoření předpokladů pro zvládnutí krizových situací v neznámém volném terénu po stránce fyzické, technické a psychické, a to osvojením zásad topografie a principů přežití v přírodním prostředí. Dále jsou studenti připravováni na řešení možných mimořádných situací v souladu s právními normami oblasti krizového řízení a budování pocitu zodpovědnosti za své zdraví.

### **2.2.2 Časová dotace**

Výuka branného kurzu probíhá v prvním pololetí druhého ročníku v rozsahu šesti dní po osmi hodinách výuky a výcviku. Shodně s lyžařským kurzem je rozdělen na dopolední a odpolední blok po třech hodinách výuky, po jeden či dva dny je zařazen celodenní či půldenní turistický nebo cykloturistický výlet. Večerní bloky jsou dvouhodinové a slouží výkladům odborných přednášek, jsou zařazeny i večerní orientační závody a soutěže, jedna noc je věnována bivakování ve volné přírodě.

### **2.2.3 Místo konání**

Branný kurz taktéž probíhá v areálu školy. Instruktoři zde během kurzu připravují různé branné aktivity. Na cyklistické výlety se jezdí nejčastěji po cyklotrasách v regionu Jestřebích hor a okolí Trutnovska, celodenní výlet je pak naplánován z Malých Svatoňovic na dělostřeleckou tvrz Stachelberg vzdálenou cca 30 km. Druhou celodenní aktivitou je pak návštěva lanového parku ve Dvoře Králové nad Labem. Pro zpestření programu kurzu navíc mají instruktoři objednanou firmu, která se zabývá zprostředkováváním adrenalinového sportu – paintball. Tuto hru si studenti společně s instruktory zahrají buď ve středisku v Trutnově, nebo firma přijede s veškerým vybavením do Malých Svatoňovic. Poslední večer kurzu je pro studenty připraven orientační závod na Odolov, po dosažení cíle všemi studenty následuje přesun na Žaltman, kde všichni společně bivakují.

### **2.2.4 Zajištění kurzu**

Branný kurz zajišťují dvě osoby, které jsou pověřeny ředitelem školy. Nejčastěji se jedná o učitele speciální tělesné výchovy a tělesné výchovy, v některém případě tuto

dvojici doplňují či zastupují i jiné kvalifikované osoby. Povinností instruktorů je zajištění všech náležitostí k hladkému průběhu celého kurzu. Jedná se hlavně o ubytování, stravování, plán turistického či cykloturistického výletu a případný náhradní program z důvodu nepříznivého počasí či jiných skutečností, zajištění učebních materiálů a technického vybavení k odborným přednáškám a instruktážím, pomůcky k topografii a připravovaným hrám v přírodě, zajištění informací pro studenty atd. Počet studentů na kurzovní výuce je závislý na počtu studentů v ročníku. Většinou jsou sloučeny dvě třídy o celkovém počtu maximálně 40 studentů. Jako na začátku každého školního roku či školní akce je instruktory i na kurzovní výuce povinně provedeno odborné proškolení studentů o BOZP a PO (Bezpečnost a ochrana zdraví při práci a požární prevence), seznamuje je s denním režimem a zásadami pohybu v ubytovacím objektu i mimo něj.

### **2.2.5 Topografická část**

Tato část je nejprve zaměřena spíše teoreticky z hlediska krajiny a životního prostředí. Studenti se zde učí vnímat a poté vysvětlovat působení lidí na krajinu v lokalitě školy nebo v širší oblasti, dále uvádí příklady ochrany a rozvoje životního prostředí. Součástí je také správné používání pojmů sídlo, oblast, region, obec a orientace v územní organizaci státní správy a v samosprávě obcí. Tato část se odehrává spíše ve večerním bloku, může se prolínat s denní výukou. Další část se týká hlavní náplně tohoto kurzu - výuky kartografie a topografie a její teoretické základy, které spadají především do výuky praktického zeměpisu. *„Cílem této výuky je naučit postupně žáky pracovat s různými mapami jako základním zdrojem důležitých geografických informací. Aby mohl žák mapu správně používat, to je analyzovat, srovnávat s jinými mapami, musí být poučen v přehledu o tom, jak mapa vzniká, jakou má funkci, jaký je její obsah, měřítko, jak lze s mapou pracovat, jaké jsou druhy map, způsoby jejich zobrazování, jaký je význam map a k čemu všemu lze mapy použít.“* (Hofmann a Korvas 2008, s. 15) Zde se výuka naplno věnuje orientaci v krajině právě pomocí map, kompasu a dokonalejší buzoly. Studenti zkusí určovat svoje vlastní stanoviště, orientační body a linie, vyrobit vlastní mapu a improvizovaný kompas. Zkusí si i hledání směru bez pomoci kompasu náhradními metodami jakými jsou například metoda větve a stínu, určení směru podle hodinek, orientace podle hvězd a měsíce, ale také podle rostlinstva nebo převažujících větrů (Davies, 2003). Měří a odhadují také vzdálenosti, výšky a hloubky objektů v terénu. Dále se učí pořizovat

náčrty, nákresy situací v terénu a přemísťování se v něm. Zpestřením této výuky bývá ať denní či noční orientační závod ve volné přírodě připravený instruktory. Ten probíhá buď v jednotlivcích či ve smíšených dvojicích, studenti mají k dispozici pouze mapu a buzolu. Sestavenou trať se musí vrátit v časovém limitu a samozřejmě s označením všech kontrol. Zde se nejlépe ukáže porozumění a pozornost při výuce předešlé problematiky. Pokračováním nočního orientačního závodu je bivakování spojené se základy přežití, pobytu a pohybu ve volné přírodě.

### **2.2.6 Ochrana člověka za mimořádných událostí**

Jedním z hlavních cílů branného kurzu je speciální část, která je zaměřena na přípravu studentů k řešení možných mimořádných situací v souladu s právními normami oblasti krizového řízení. Obsahem jsou definice základních pojmů souvisejících s ochranou člověka za mimořádných událostí, jejich druhy a příklady. Studenti jsou seznamováni se složkami a činnostmi Integrovaného záchranného systému (IZS), ovládají telefonní linky tísňového volání. Dále zaznamenávají základní úkoly ochrany obyvatelstva například způsoby varování obyvatelstva a jejich základní činnosti, základy chování při vyhlášení evakuace a způsoby ukrytí. Na to navazují i vymezení obsahu evakuačního zavazadla a charakteristika improvizovaných prostředků ochrany obyvatelstva. Studenti získávají přehled o možném vzniku havárií spojených s únikem nebezpečných látek a radiační havárie jaderných a energetických zařízení, způsoby chování obyvatelstva při těchto druhých ohrožení.

### **2.2.7 Kondiční část**

Do obsahu všech kurzů neodmyslitelně patří rozvoj pohybových schopností a budování fyzické zdatnosti. Díky specializovanému učivu, které je pro tyto kurzy stěžejní, se mnohdy kondiční příprava řadí až na druhé místo. U kurzu branného je tomu naopak, kondiční příprava zde zaujímá nejdůležitější pozici. Z teoretického hlediska jsou studenti nejdříve seznamováni se základními hygienickými pravidly, bezpečností při sportovní činnosti a významu pohybu pro zdraví. Následují teoretické poznatky techniky jízdy na kole. Valjent (2007, s. 16) píše: „*Správné zvládnutí techniky jízdy pomáhá vypořádat se účelně s fyzikálními zákonitostmi (odporem, třením, gravitací) při ekonomické a bezpečné jízdě.*“ Tyto poznatky zahrnují volení správného posedu jezdce, ekonomické šlapání, brzdění, používání převodů, sjíždění či zatačení, jízdu do stoupání nebo různé překonávání překážek. Studenti musí být schopni také volit vhodné



sportovní oblečení (boty, dresy, rukavice, ochranu hlavy) a musí dodržovat taktiku a techniku jízdy ve skupině, komunikaci mezi sebou a používat signalizaci. V neposlední řadě musí být studenti schopni provést drobné opravy jízdního kola (Valjent, 2007). Není zapomenuto ani na připomenutí zásad a pravidel bezpečnosti při jízdě v terénu a na silnici a na znalost alespoň základních důležitých dopravních značek. Co se týče pohybových dovedností, studenti se učí rozvíjet svalovou sílu, rychlost, obratnost a vytrvalost ovládním a výběrem správné techniky jízdy na horském kole jak na silnici, tak v terénu a hlavně za měnících se podmínek. K rozvoji těchto schopností je zařazena i jízda zručnosti. Jedná se o instruktory připravenou trasu v obtížném terénu s různými překážkami, které musí studenti překonávat na kole. Následovat může složitější obměna, jezdec má zavázané oči a dva spolužáci jej přidržují a zároveň navigují. Do této části samozřejmě patří půldenní či celodenní výlet po označených i neoznačených trasách (Obr. 3). Po neoznačených trasách z toho důvodu, aby se studenti naučili orientovat v krajině a zároveň byli schopni využít načerpané poznatky z oblasti topografie, současně s využíváním bezpečnostních zásad v terénu.



**Obr. 3** Celodenní cyklistický výlet

Zdroj: [<http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie>]

Branný kurz není pouze o jízdě na kole, ale i o aktivním pohybu v přírodě. Studenti jsou připravováni aktivně uplatňovat základní atletické dovednosti od lesního běhu, skoků, startů až po hody. Součástí pohybu v přírodě jsou také různé hry připravované instruktory. Mezi nejzajímavější patří například postavení menší nízké lanové dráhy s různými lanovými překážkami, na které studenti plní různé úkoly jako překonávání

překážek bez držení, s pomocí různých předmětů či za pomoci spolužáků. Tyto dovednosti později studenti mohou uplatnit v lanovém parku, který v následujících dnech navštíví. Další, mezi studenty velmi oblíbenou aktivitou je bezkontaktní adrenalinový sport – paintball (Obr 4). Při této hře studenti uplatňují nejen všestrannou pohybovou přípravu v přírodě, ale rozvíjí se jejich týmová spolupráce a taktické myšlení, které v mnoha směrech navazuje na školní výuku.



*Obr. 4 Bezkontaktní hra paintball*

*Zdroj: [http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie]*

Po veškeré zátěži jsou studenti nabádáni k volení vhodných kompenzačních cvičení (uvolňovací, protahovací, posilovací, relaxační, rovnovážná, dechová) vzhledem k specifickým pohybovým činnostem, prakticky je využívat jako druh regenerace a kompenzace a pochopit význam regeneračních prostředků a znát jejich případné kontraindikace.

### **2.2.8 Biologické a ekologické vzdělávání**

Poslední, ale také specializovanou částí tohoto kurzu je vzdělávání biologické a ekologické. Studenti se zde učí v modelových situacích předvádět principy poskytování první pomoci sobě i jiným při mozoklebečním poranění, bezvědomí, poranění kostí a kloubů, poranění při hromadném zasažení obyvatel, zkouší si obvazové techniky a uvedení do Rautekovy zotavovací polohy, rozpoznávají a učí se reagovat na hrozící nebezpečí. Ekologická část zahrnuje vztahy mezi člověkem a životním prostředím, faktory ovlivňující růst populací (průmysl, zemědělství, domácnosti, doprava, hluk,

obnovitelné a neobnovitelné zdroje energie, skládkování a separování odpadů atd.) Studenti získávají informace o chráněných územích v regionu i v České republice, základních ekonomických, právních a informačních nástrojích společnosti na ochranu přírody a prostředí a přebírají zodpovědnost za její ochranu ve vztahu k dalším generacím.

## **2.3 Speleoalpinistický kurz**

### **2.3.1 Cíle a funkce speleoalpinistického kurzu**

Třetím navazujícím kurzem druhého ročníku je kurz speleoalpinistický. Je to odborný profilující kurz. *„Speleoalpinismus je obor zabývající se zejména pohybem ve speleologických terénech, obvykle v podzemních prostorách přirozeného původu. Pro úspěšné a bezpečné překonání exponovaných a vertikálních úseků jeskynního systému nepostačují základní speleologické dovednosti, ale také je zapotřebí i jistá lezecká příprava, znalost základů lezeckých technik, a především speciálních speleoalpinistických technických prostředků.“* (Frank a Kublák 2007, s. 336) Výuka tedy primárně směřuje k teoretickému a praktickému seznámení studentů se základy horolezectví a speleoalpinismu ve všech jeho formách (stěny, lezení v horách, expedice, skalní lezení, lezení po ledu, v podzemí apod.). Hlavními cíly tohoto kurzu je poskytnout studentům odborný pohled na horolezectví a jeho formy a druhy, seznámení žáků s historickým vývojem, charakteristikou, výstrojí a výzbrojí pro lezení. V praktické výuce studenty vést k základním bezpečnostním návykům při sebejištění a jištění druhých osob současně s tímto budovat u studentů důvěru ve vlastní schopnosti, nést zodpovědnost za sebe a své spolužáky. S tím souvisí i pečlivost přípravy a používání výstroje. Podněcuje studenty začít se věnovat rekreačnímu horolezectví jako volnočasové aktivitě či využít získané dovednosti a dále je rozvíjet v profesním životě v bezpečnostních a ozbrojených složkách státu. Zde se pozitivní motivací dosahuje celoživotního vzdělávání v oblasti horolezectví. Jelikož celý kurz probíhá ve volné přírodě má maximálně pozitivní přínos pro studenty ať už pohybem v přírodě a v ní rozvíjením fyzické aktivity, tak upevňováním přátelských vztahů v kolektivu. Nechybí ani vymezení právních podmínek pro pohyb ve volné krajině, pro všechny druhy a formy lezení a budování pozitivního postoje v přírodě a její ochraně. Na konci kurzu studenti obdrží certifikát za úspěšné absolvování tohoto kurzu.

### 2.3.2 Časová dotace

Speleoalpinistický kurz probíhá stejně jako kurz branný ve druhém ročníku, pouze v druhém pololetí. Celková délka kurzu je 6 vyučovacích dní. Každý vyučovací den je rozdělen na dva rovnocenné bloky, dopolední a odpolední, které jsou pevně stanoveny. Večerní výuka je z pohledu kurzu nepovinná, slouží například k soutěžím, zábavným aktivitám nebo odborným přednáškám. Během výcviku výhradně v terénu probíhají dvě celodenní akce. Wagner (2014) říká: *„Celý kurz je z větší části praktický, proto dopolední i odpolední trávíme v terénu nebo v tělocvičně. Celodenní akce jsou rozdílné jen v tom, že oběd máme ve formě balíčku a odpolední klid je přesunut na večer, jinak jsme neustále v terénu.“*

### 2.3.3 Místo konání

Speleoalpinistický kurz stejně jako oba předchozí kurzy probíhají v areálu školy a jeho okolí. Seznámení s obsahem, bezpečností, výzbrojí a výstrojí, základními technikami uzlování, sestupových a výstupových pomůcek a metod probíhá v tělocvičně. Další výuka je realizována na cvičné horolezecké stěně, která byla zprovozněna v roce 2012 a je umístěna ve sportovní hale areálu školy. Základní výuka výstupových a sestupových metod probíhá na trenažéru Báňské záchranné služby v Odolově, který je vzdálen necelé 4 km od školy. Poté výcvik již pokračuje na přírodních skalnatých útvarech v přírodní rezervaci Ostaš nedaleko Police nad Metují, Čížkových kamenech u Trutnova a Jiráskových skalách nedaleko Teplíc nad Metují, které jsou součástí Adršpašsko-teplických skal. Všechny zmíněné lokality jsou vzdáleny do 25 km od školy.

### 2.3.4 Zajištění kurzu

Protože speleoalpinistický kurz se řadí mezi odborné kurzy, personálně jej z poloviny zabezpečují učitelé BPA Malé Svatoňovice a z druhé minimálně dva specializovaní instruktoři speleologické techniky firmy Česká speleologická společnost, Základní organizace 7-01 ORCUS Bohumín (zkratka ZO ČSS ORCUS). Instruktoři této firmy mají na starost pouze speleoalpinistickou výuku, zbylý program kurzu zajišťují učitelé. Tato firma je k výuce a výcviku studentů najata ředitelem školy. Na horolezeckých akcích je bezpodmínečně nutný dozor minimálně dvou instruktorů či učitelů školy objednatele, z důvodu zajištění bezpečnosti studentů. Počet studentů na kurzovní výuce je závislý na počtu studentů v ročníku. Například 30 studentů je

rozdělen na dvě skupiny, kdy se o jednu skupinu starají instruktoři a o druhou skupinu právě učitelé školy. Kromě dozoru na akcích jsou učitelé povinni zajistit ubytování, stravování a volný přístup po celém areálu školy včetně tělocvičny a sportovní haly. Ještě před konáním kurzu učitelé studentům podávají pokyny a doporučují vhodnou výstroj (vhodná sportovní obuv či „lezečky“, vhodný sportovní oděv, lehké rukavice a ochrannou přilbu, která účastníkům bude zapůjčena). Ostatní náležitosti kurzu poté zajišťuje odborná firma ORCUS. *„Převážně se jedná o různá povolení v dané lokalitě. Také si vytváříme tzv. záchranný plán, čili kontakty na záchranné složky, mapu nejbližší nemocnice apod. Považuje za vhodné o naší přítomnosti informovat i složky CHKO či Lesy ČR popř. jiné složky, na jejichž území operujeme, ale nejde o povinnost. Samozřejmě pak musí naši instruktoři vlastnit příslušné certifikáty a musí splnit speciální školení.“* (Wagner, 2014) Na začátku kurzovní výuky jsou studenti odborně proškoleni o BOZP a PO a seznámeni s denním režimem a zásadami pohybu v ubytovacím objektu i mimo něj. Speciálně zde jsou studenti proškoleni o bezpečnosti při výcviku speleoalpinistického kurzu.

### **2.3.5 Lezecká příprava**

Ještě před uvedením studentů do problematiky praktické lezecké přípravy instruktoři přibližují historický vývoj horolezectví, charakterizují základní druhy výstroje a výzbroje a jejich použití. *„První blok je věnován bezpečnosti, základům první pomoci, ekologii a stanovením zásad. Také začínáme výukou uzlování a používání jednotlivých prvků, se kterými se během kurzu setkají. Další bloky pak probíhají v tělocvičně nebo na trenažéru. Pak postupně přecházíme na skály a měníme lokality, podle narůstajících schopností frekventantů (tedy nikdy přesně nevíme, kam až se dostaneme, záleží to od schopností frekventantů).“* (Wagner, 2014) Další bloky pak obsahují překovávání připravených jednoduchých lanových překážek, studenti se učí slaňovat a vystupovat po laně. Následuje nácvik jištění a sebejištění. Nejdříve přichází na řadu ukázka manipulace s jednotlivými jistícími pomůckami, které si studenti nejdříve vyzkouší buď samostatně, nebo ve dvojicích na zemi v horizontální rovině, později nácvik jištění v malé výšce atd. V tuto chvíli jsou studenti připraveni k nácviku na trenažéru a stěně (Vomáčko a Boštíková, 2008). Po zvládnutí těchto metod je tedy výuka přesunuta na Odolov, kde výcvik probíhá na trenažéru Báňské záchranné služby. Zde výcvik pokračuje složitějšími výstupovými a sestupovými metodami na lanech, je zařazeno i překonávání důlního trenažéru neboli dýmnice (objekt zamořený dráždivým plynem,

kde záchranáři absolvují cvičení s dýchacími přístroji). Po absolvování trenažéru se výcvik přesouvá na cvičnou horolezeckou stěnu umístěnou ve sportovní hale školy. Zde pokračuje výběr vhodné výzbroje a výstroje, nácvik pohybu po novém terénu, traverzování, volení správných technik lezení, výstupy a slaňování (Obr. 5). Jelikož se studenti nachází na umělé stěně, jsou zde instruktory vysvětleny alespoň základní druhy chytů a jejich úchopy. Studenti mají za úkol popsat hlavní způsoby jištění a provádět nácvik sebejištění a jištění spolulezce.



**Obr. 5** Počáteční výuka na cvičné umělé stěně

*Zdroj: [http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie]*

Náplní kurzu jsou také dvě celodenní akce, kdy jsou studenti společně s instruktory dopraveni na přírodní skalnaté útvary Ostaš, Jiráskovy skály či Čížkovy kameny. V případě nepříznivého počasí výuka pokračuje na umělé lezecké stěně. Výcvik zde navazuje na předešlou kurzovní výuku v tělocvičnách, pouze s tím rozdílem, že výstupy po laně a slaňování probíhají na skalních stěnách v postupně náročnějším horolezeckém terénu (Obr. 6). Na začátku akce jsou vytvořena družstva, která po celou dobu pracují jako celky za maximálního dodržování všech bezpečnostních opatření. V závěru kurzu přichází na řadu absolvování speciálních lanových technik, jsou to slaňování v různých netypických polohách těla, výroba a využití improvizovaného sedacího úvazku, výběr vhodného místa pro umístění kotvicích bodů pro slanění, záchrany na laně, tyrolský traverz, ale také vyproštění zraněného lezce, které navazuje na další vzdělávací část. Tyto metody jsou vyučovány ve vhodném terénu a skalách. Veškeré výstupy a sestupy jsou prováděny vždy s horním jištěním.





**Obr. 6** Výuka slaňování na přírodních skalních útvarech

Zdroj: [<http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie>]

### **2.3.6 Vzdělávání pro zdraví, biologie a ekologie**

Tato část navazuje na získané informace z oblasti biologické a ekologické z branného kurzu a pokračuje v rozšiřování a získávání nových. Obsahem první pomoci je schopnost studentů poskytnout první pomoc při úrazu, uplatňovat ve svém jednání základní znalosti o stavbě a funkci lidského organismu jako celku a analyzovat možnosti využití znalostí z oblasti první pomoci. Jsou uvedeni do základů traumatologie. Učí se v modelových situacích prakticky poskytnout laickou pomoc při záchvatu padoucnice, dušení, zasažení elektrickým proudem, popálení a poleptání, úpalu či úžehu, otravách nebo uštknutí hadem. Pomocí kardiopulmonální resuscitace se učí jak obnovit základní vitální funkce organismu. Protože se studenti nacházejí na lezeckém kurzu, učí se také vysvětlit a popsat chování lidského těla při pádu z velké výšky a samozřejmě správné poskytnutí pomoci. Díky pohybu ve vysokohorském prostředí si musí být student vědom vlivů na lidský organismus i nutnosti využívání ochranných pomůcek při horolezectví. Studenti si jsou vědomi negativního působení pohybu ve volné přírodě a využíváním skalních útvarů s možností jejich poškození.

### **2.3.7 Kondiční část**

Každý den studenti zahajují povinnou ranní rozevičkou. K rozvoji fyzické a psychické dovednosti instruktoři využívají různých zátěžových situací přímo ve výuce. Pod vedením instruktorů rozvíjejí svalovou sílu, rychlost, vytrvalost a obratnost a umí

zvolit a využívat vhodná kompenzační cvičení vzhledem ke specifickým pohybovým činnostem pro horolezectví.

## 2.4 Střelecký kurz

### 2.4.1 Cíle a funkce střeleckého kurzu

Čtvrtým a posledním kurzem, který probíhá ve třetím ročníku, je kurz střelecký. Spolu se speleoalpinistickým kurzem se řadí mezi odborné profilující kurzy, svou náplní patří mezi specifické předměty vyučované na této škole. Hlavním cílem tohoto kurzu je primárně směřovat k teoretickému a praktickému seznámení studentů se střelnými zbraněmi a střelivem. Vzhledem k tomu, že použití zbraně proti sobě, zvířeti či věci je jedním z nejzávažnějších zásahů do práv a svobod, neboť ho může přímo ohrozit na životě a zdraví, je věnována velká pozornost nejenom otázkám práva, ale také bezpečné manipulaci a zacházení se zbraněmi. K splnění těchto cílů kurzu probíhá seznámení studentů s historickým vývojem, charakteristikou a druhy střelných zbraní a nábojů a pomáhá objasňovat vlastní principy střelby. Mimo jiné studentům poskytuje odborný pohled na právní podklady pro držení a nošení střelných zbraní, na základě kterého mohou studenti naučené dovednosti aplikovat v praxi a vymezují podmínky pro použití střelné zbraně a následně prezentují tyto poznatky do praktických příkladů. Dalším důležitým bodem ve výuce je vedení studentů při praktické výuce k respektu a ostražitosti při manipulaci se zbraněmi a k odstraňování panického strachu z těchto zbraní, současně k probouzení důvěry ve vlastní schopnosti, přednost a pečlivost při manipulaci s nimi a při střelbě. Brych (2008, s. 181) píše: „*Učíme se jednak znalostem, jednak dovednostem. Střelecké dovednosti nejsou příliš složité. Jejich obtížnost nespočívá ve vysoké náročnosti složitých dynamických stereotypů, ani ve vysoké fyzické náročnosti. Charakterizuje je především požadavek vysoké schopnosti soustředění a přesné koordinace – především míření a spouštění.*“ Jedním z cílů je vytvářet u studentů motivaci k celoživotnímu vzdělávání v oblastech zbraní a střeliva a pozitivní postoj k přírodním vědám ovlivňujícím vlastní střelbu. Po úspěšném absolvování tohoto kurzu studenti od instruktorů obdrží certifikát o proškolení v základní bezpečné manipulaci se střelnou zbraní, použití teleskopického obušku a současném absolvování ostré střelby.



## **2.4.2 Časová dotace**

Střelecký kurz probíhá v druhém pololetí třetího ročníku opět v rozsahu šesti vyučovacích dní. Výuka a výcvik jsou rozděleny do dopoledních, odpoledních a večerních bloků. Dopolední část se od ostatních kurzů liší, startuje již před snídaní pravidelnou rozvíčkou. Dopolední a odpolední blok pak zahrnuje intenzivní výuku teoretické i praktické střelecké přípravy. Večerní programy nejsou věnovány teoretickým odborným přednáškám, ale jsou vyhrazeny pro budování fyzické zdatnosti, zdokonalování úpolové gymnastiky, manipulaci s řeznými zbraněmi, teleskopickým obuškem, tonfou, pouty, holemi apod. Poslední den kurzu probíhá na brokové střelnici, kde studenti absolvují ostré střelby.

## **2.4.3 Místo konání**

Střelecký kurz se opět odehrává v areálu školy a jeho přilehlém okolí. Ranní výběhy vedou přírodou Malých Svatoňovic, někdy až na Odolov, případně k rozhledně Žaltman (739 m. n. m.). Výcvik střelecké přípravy je vyučován v přilehlém sportovním areálu za využití asfaltového hřiště, atletického stadionu, případně tělocvičny či sportovní haly. Večerní kondiční tréninky vzhledem ke svému obsahu (úpolová gymnastika, boj na zemi aj.) probíhají v dojo (tělocvična, ve které probíhá výuka bojového umění), která je umístěna v jedné z dalších budov v komplexu školy. Celodenní akce, kde studenti absolvují ostré střelby z různých typů střelných zbraní, se koná na Brokové střelnici Babí u Trutnova vzdálené cca 25 km.

## **2.4.4 Zajištění kurzu**

Jelikož se opět jedná o odborný kurz, zajišťuje jej specializovaná firma BTW security systems Pardubice najatá ředitelem školy. Celou kurzovní výuku má na starosti hlavní a spolu s ním další dva až tři profesionální instruktoři. Všechny náležitosti kurzu jako je vybavení, výstroj, výzbroj a náplň kurzu mají na starosti právě oni. Co se týče obecných záležitostí, jak bylo již zmíněno v předchozím textu, ty zařizují učitelé BPA. Výuka je opět dělí mezi instruktory a učitele. Počet studentů na kurzovní výuce je závislý na počtu studentů v ročníku. Většinou jsou sloučeny dvě třídy o celkovém počtu maximálně 40 studentů. Na začátku kurzovní výuky jsou studenti odborně proškoleni o BOZP a PO a samozřejmě předchází bezpečnostní opatření pro manipulaci se zbraněmi.

## 2.4.5 Střelecká příprava

Střelecká příprava je nejprve zahájena odbornými přednáškami probíhajícími v učebně. Zde jsou studenti seznamováni s obsahem celého kurzu a hlavně s bezpečnostními pokyny pro manipulaci s různými typy zbraní. Do přednášky je zařazen i krátký výklad o zbraních a jejich historickém vývoji, zmíněn je například i zákon o zbraních a střelivu v platném znění. Po krátkém úvodu do této problematiky navazuje charakteristika používaných zbraní, jejich konstrukce a principy činnosti. Instruktoři mají v učebně přichystáno nepřeborné množství zbraní, výklad je tedy obohacen názornými ukázkami. Připraveny jsou různé druhy mechanických, plynových a palných střelných zbraní, různé varianty teleskopických obušků a jejich příslušenství (LED svítidla, parabolické zrcátko, sekýra apod.), které se řadí mezi moderní úderné ruční zbraně, různé druhy nožů a dalších zbraní. Všechny zmíněné zbraně si mohou studenti v klidu vzít do ruky a pečlivě prohlédnout. Jako zajímavost instruktoři uvádí rozlišení pojmů „držení a nošení zbraní a střeliva“, popisují kategorie zbrojních průkazů a příklady povinnosti držitelů skupiny A až E.

Po seznámení s teorií již následuje praktická část v terénu – prozatím střelba na terč ze vzduchové pistole. Při absolvování této části se studenti učí základním technikám. Ještě než poprvé vystřelí, učí se zaujímat správný střelecký postoj, než stisknou spoušť, musí zvládat správné držení zbraně. Následuje nácvik míření za doprovodu správného dýchání a poté plynulé stisknutí spouště a její koordinace. Po výstřelu pokračování držení a míření zbraně na cíl a teprve poté následné sklonění paže s pistolí (Skanaker a Antal, 2007).

Do této výuky jsou vměstnány kruhové tréninky k výcviku jak útoku i obrany prostřednictvím nožů, teleskopických obušků, holí, které jsou blíže uvedeny v kondiční části. Na střelbu ze vzduchové pistole navazuje tzv. „suchý nácvik“. Studenti operují již s pravými střelnými zbraněmi – pistolemi, pouze bez nábojů. Při výcviku již studenti musí využívat načerpané teoretické znalosti a využít praktické dovednosti z předešlého nácviku. Za dozoru a pokynů instruktorů každý student provádí postupně prohlídku zbraně, její částečné rozebrání a složení, přípravu zbraně ke střelbě a další manipulace. Opakují se a provádí typy úchopů, střelecké postoje a polohy při střelbě. Podle zdatnosti studentů může navazovat cvičení zadržení pomocí zbraně či obrana proti krátké střelné zbraně. Tato veškerá cvičení se uskutečňují v místě atletického oválu, asfaltového hřiště a v případě nepříznivého počasí se přesunují do vnitřních prostor, kde může výcvik

pokračovat. K výuce může být využit laserový trenažér, který má škola ve svém vlastnictví. Poslední den střeleckého kurzu se odehrává na brokové střelnici Babí u Trutnova (Obr. 7), kam se studenti přesunují společně školním autobusem. Zde již probíhají praktické střelby se zbraněmi s ostrými náboji. Střílí se z pistole, revolveru, různých typů brokovnic a samopalu. Studenti jsou na střelnici nuceni pracovat za vysokých bezpečnostních opatření a zásad bezpečné manipulace při zacházení se zbraněmi a střelivem, uplatňují žádoucí návyky a dovednosti manipulace, střílí s požadovanou přesností, dodržují postupy předepsané při přerušení střelby a v případě závady na zbrani či střelivu.



*Obr. 7 Návčik střelby na brokové střelnici Babí u Trutnova*

*Zdroj: [<http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie>]*

#### **2.4.6 Vzdělávání pro zdraví, biologie a ekologie**

Každý z předešlých kurzů byl v této oblasti účelně zaměřen na určité cílové dovednosti poskytnutí první pomoci za různých podmínek, okolností a příčin. Jelikož studenti manipulují se zbraněmi, jsou seznámeni s možnými riziky, zraněními a včasným poskytnutím první pomoci. Studenti se tedy učí popsat druhy střelných poranění, dokážou v modelových situacích prakticky poskytnout laickou první pomoc a vysvětlí a popíší chování lidského těla při různých druzích zásahu střelou (kostra, svalovina, orgány). Dokážou zhodnotit možné vlivy střelby na lidský organismus a chápou důležitost používání ochranných pomůcek při střelbě. Kromě rozpoznávání a ošetřování tohoto typu zranění studenti dále rozšiřují znalosti o stavbě a funkci lidského organismu jako celku, pokračují v prohlubování znalostí traumatologie. Učí se rozeznat

všechny typy krvácení, poranění tělních otvorů a umístění cizích těles, pneumotorax, poranění oka, opakují kardiopulmonální resuscitaci aj. Co se týče ochrany přírody a krajiny studenti si jsou vědomi působením negativního hluku ze střelnice na okolí (obyvatelé či zvířata) a mají odpovědnost k chování a péči o životní prostředí, navrhuje jakým způsobem cíleně třídit odpad ze střelnice (terče, nábojnice aj.)

#### **2.4.7 Kondiční část**

Ač se jedná o střelecký kurz, hlavní náplní je zde nejen střelecká příprava, ale velký prostor dostává i fyzická příprava a profesní sebeobrana, kterou mohou studenti zúročit jak u maturitní zkoušky ze speciální tělesné výchovy, tak i v budoucím profesním životě. Jak již bylo řečeno, každý den startuje pravidelnou ranní rozcvičkou a následným dvou až tří kilometrovým výběhem do přírody. Celý tento kurz probíhá ve svižném tempu. Přes den v dopoledních i odpoledních blocích jsou mezi střeleckou přípravu vměstnány různá cvičení sebeobrány s použitím donucovacích prostředků odzbrojených sborů – chvaty, hmaty, údery a kopy, slzotvorné či elektrické zneschopňující prostředky, tonfa, pouta či teleskopický obušek (Obr. 8).



**Obr. 8** Návčik sebeobrány pomocí uzavřeného teleskopického obušku

Zdroj: [<http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie>]

Večerní program navazuje na ten denní a zpravidla začíná rozcvičením formou úpolové gymnastiky. „*Ta probíhá systémem cvičení od hlavy směrem dolů, tzn. postupně procvičovat a protahovat veškeré svaly, úpony a kloubní spojení. Kromě strečinku je vhodné používat i švihová cvičení. Gymnastické rozcvičení by mělo*

*zahrnovat základní formy kotoulů, stojů, přemetů a spojení nebo přechodů z jedné formy na druhou.*“ (Valjent 2007, s. 37) Dále se studenti učí zvládat přechody a orientaci při složitějších akrobatických prvcích. Navazuje praktické využívání pádových technik. Výuka pokračuje náročnými kruhovými tréninky pro rozvoj svalové síly, rychlosti, vytrvalosti a obratnosti. Jednu minutu se studenti snaží provádět určitý cvik naplno, poté následuje 30 vteřinová pauza, pokračuje se dalším cvikem. Jedná se například o sedy – lehy, kliky, dřepy, angličáky, shyby či výdrž ve shybu. Není opomenuta ani výuka taktických zásad pro boj s útočníkem ozbrojeným tyčí, krátkou bodnou zbraní – nožem, teleskopickým obuškem, krátkou či dlouhou střelnou zbraní. U jednotlivých zbraní je vždy nejdříve vysvětleno jejich využití, případně konstrukce, základní držení. Základní údery a kryty pak studenti prakticky zkouší ve dvojicích či ve skupinách za pomoci lap a úderových bloků. Studenti tedy umí uplatňovat návyky a zásady sebeobranu proti napadení a hrozbě různými typy zbraní a zároveň jsou schopni je použít.

## **3 Cíl, hypotézy a úkoly výzkumu**

### **3.1 Cíl výzkumu**

Cílem výzkumu je vyhodnocení sportovních kurzů (lyžařský, branný, speleoalpinistický a střelecký kurz) – jejich průběhu a cílů, přínosu pro účastníky s možností navrhnout inovace ve výuce na Střední odborné škole ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice.

### **3.2 Hypotézy výzkumu**

#### **Pracovní hypotéza H1**

Předpokládáme, že cíle výuky sledovaných kurzů v přírodě na SOŠ OOM Malé Svatoňovice byly splněny.

#### **Pracovní hypotéza H2**

Předpokládáme, že studenti během kurzů byli obohaceni o nové poznatky a zkušenosti.

### **3.3 Úkoly výzkumu**

Pro naplnění vytyčených výzkumných cílů autorka definovala následující úkoly práce:

- Studium školního vzdělávacího programu, odborných zdrojů a volba oblasti výzkumu
- Stanovení metodologie výzkumu: cíl, hypotézy a úkoly práce
- Realizace výzkumu s vybranými probandy - sběr dat
- Zpracování a vyhodnocení získaných údajů
- Vypracování textu výzkumné části práce vč. prezentace výsledků
- Vyslovení závěrů a doporučení pro teorii a praxi

## **4 Metodika výzkumu**

### **4.1 Charakteristika výběrového souboru**

Výběr souboru výzkumu byl naplánován na 20. 11. 2014. Jelikož v tento termín byla zaznamenána vysoká nepřítomnost studentů ve výuce, musel být výzkum rozdělen do dvou etap. Tento krok byl učiněn z důvodu získání kvalitnějších dat pro zpracování objektivních výsledků. První etapě, uskutečněné v tento termín, bylo podrobena 14 mužů a 11 žen, dohromady tedy 25 studentů. Druhá část proběhla 25. 11. 2014, té se zúčastnilo 7 mužů a žádná žena. Dohromady tedy byly shromážděny informace od 32 studentů.

Osloveni byli přítomní studenti čtvrtých ročníků BPA Malé Svatoňovice, tedy úspěšní absolventi všech kurzů. Čtvrté ročníky se skládají ze dvou tříd, první s názvem oboru Bezpečnostně právní činnost (označení 4.O), druhý Technické lyceum – specifické zaměření vojenské či hasičské (označení 4.TO). Počet žáků 4.O činí 17 studentů, 4.TO navštěvuje 15 studentů.

### **4.2 Organizace výzkumu**

Ještě před návštěvou školy, bylo nutné zkontaktovat učitele a nalézt vhodný termín. Naskytla se možnost přijít do školy v době, kdy obě třídy měly spojenou vyučovací hodinu kriminalistiky. Za doprovodu učitele do hodiny a po krátkém uvedení, mohla autorka předat studentům připravené anketní šetření 13 otázek týkajících se kurzovní výuky na škole. Ještě před tím, než studenti začali vyplňovat anketní šetření, autorka je krátkou instruktáží uvedla do problematiky práce.

Jak již bylo zmíněno v předešlém bodě, vlastní výzkum proběhl ve dvou etapách. V první etapě, která proběhla 20. 11. 2014, autorka osobně navštívila školní subjekt. Jelikož počet studentů tento den nebyl dostačující k objektivním výsledkům (chybělo více jak 10 studentů), autorka se rozhodla samozřejmě se souhlasem učitele, zanechat v jeho rukách zbylé anketní šetření. Učitel přislíbil, že se pokusí obstarat vypracování zbylých anketních šetření chybějícími studenty další vyučovací týden.

Druhá etapa tedy proběhla 25. 11. 2014. V tento den za dohledu učitele vypracovalo anketní šetření dalších 7 studentů, kteří předešlý týden nebyli na výuce přítomni. Vypracované anketní šetření si později autorka osobně převzala. Na anketním šetření se tedy celkem podílelo 32 studentů čtvrtých ročníků.

### **4.3 Metody získávání dat**

Ke sběru příslušných dat byly využity následující metody:

#### **I. Anketní šetření**

Pomocí anketního šetření byly získány důležité názory studentů jako účastníků kurzů ohledně průběhu, cílů a přínosů. Podle těchto cenných informací mohly být vysloveny závěry spolu s navržením zvýšení efektivity kurzovní výuky do dalších let.

Tato metoda byla zprostředkována osobní návštěvou školního subjektu spolu s přímým vyplněním anketních lístků studenty.

Anketní šetření tedy obsahuje 13 otázek. První otázka zjišťuje pohlaví studenta, dále je šetření rozděleno do 4 částí podle jednotlivých kurzů. U každého z nich jsou kladeny 3 otázky na splněné cíle, průběh kurzů a přínosu pro účastníky.

#### **II. Skupinový rozhovor**

K získání dalších informací ohledně splněných cílů a přínosů proběhla se studenty po vyplnění anketních lístků i krátká diskuze na toto téma. Nejdříve byly na studenty kladeny připravené otázky schéma otázka - odpověď, poté se sami vyjadřovali o kladech a záporech jednotlivých kurzů. Byla zjištěna zajímavá fakta, která mohou opět napomoci ke zlepšení přípravy a průběhu kurzů pro další ročníky.

### **4.4 Metody zpracování a vyhodnocení dat**

#### **I. Grafické metody**

Jednotlivé výsledky jsou znázorněny v tabulkách a grafech tříděných podle stanovených parametrů hypotéz.



## 5 Výsledky a diskuze

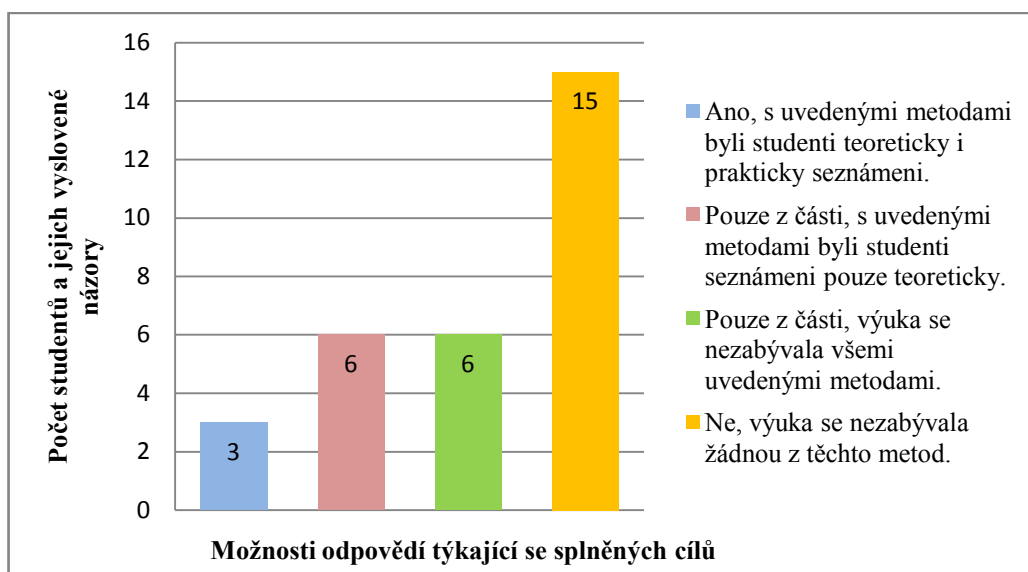
V porovnání praktické části bakalářské práce s částí teoretickou vyplývá, že dosažené výsledky čtyř kurzů za pomoci anketního šetření a rozhovoru se studenty jsou rozdílné, než jak uvádí ŠVP.

Na prvním, **lyžařském kurzu** bylo jedním z hlavních cílů osvojení základní techniky sjezdového a běžeckého lyžování. Z výsledků vyplývá, že 22 studentů si opravdu základy obou částí osvojili, z toho 4 dodali, že již běžecké i sjezdové lyžování ovládali dobře, pouze si vylepšovali techniku. 5 studentů uvedlo, že zvládli pouze základy běžeckého lyžování, z toho jeden dodal, že sjezdové již ovládal. Co se týče lyžování sjezdového, to nezvládl pouze 1 student. Dle názoru autorky si studenti neosvojili oba způsoby lyžování díky dostatečnému věnování učitele a časovému prostoru na nácvik. Ani jeden způsob lyžování si neosvojili 3 studenti s odůvodněním, že již lyžovat uměli. Na závěr 3 studenti uvedli, že si na kurzu navíc osvojili základy jízdy na snowboardu, která byla nepovinná, proto nebyla zařazena do výzkumu. Osvojení obou způsobů lyžování tedy kompletně nezvládlo 5 studentů. Autorka tedy navrhuje omezit výuku snowboardingu a spíše se zaměřit na výuku běžeckého a sjezdového lyžování, aby tyto požadavky zvládali všichni studenti. V **hypotéze H1** jsme předpokládali, že cíle výuky sledovaných kurzů v přírodě na SOŠ OOM Malé Svatoňovice byly splněny. Podle získaných výsledků pracovní hypotéza H1 byla vyvrácena. V následné diskuzi autorka zjistila, že se studenti na tomto kurzu více sblížili a tím tak utužili kolektiv. Negativní ohlasy měla cena kurzu, která se studentům obou tříd zdála velice předražená.

Výrazného výsledku na rozdíl od předchozího kurzu dosáhly výsledky **kurzu branného**. Na tomto kurzu podle ŠVP bylo jedním z hlavních cílů osvojení práce s mapou, buzolou, orientace a pohyb v přírodě, určování vzdálenosti a výšky určených objektů. Pouze 3 studenti uvedli, že se všemi těmito metodami byli teoreticky i prakticky seznámeni. 6 studentů pak uvedlo, že s uvedenými metodami byli seznámeni pouze teoreticky a opět 6 se věnovalo pouze některým z těchto metod. Většina studentů, tedy 15 odpovědělo, že se žádné z těchto metod vůbec nevěnovali a kurz byl pojat spíše jako cyklistický (Graf 1). Tyto výsledky se tedy neztotožňují s názorem Valenty (2014) – učitele, který v rozhovoru uvedl, že všechny tyto metody jsou na kurzu vyučovány. V **hypotéze H1** jsme předpokládali, že cíle výuky

sledovaných kurzů v přírodě na SOŠ OOM Malé Svatoňovice byly splněny. Podle získaných výsledků pracovní hypotéza H1 byla vyvrácena. V rozhovoru se studenty zmínili, že přes upozornění učitelů na výletě zbytečně dlouho bloudili ve špatném počasí. V nelehkých situacích si studenti vzájemně pomáhali. Učitelé prý v některých vypjatých situacích jednali neadekvátně. Ale i přes všechny nastalé situace někteří uvedli, že kurz byl perfektní a jeli by znovu.

**Graf 1** Vyhodnocení nesplněných cílů H1 branného kurzu



Opačného výsledku dosáhl **speleoalpinistický kurz**. Hlavními cíle zde bylo osvojení slaňování a jejich možných způsobů. Drtivá většina třídy, tedy 28 studentů uvedlo, že s těmito metodami byli teoreticky i prakticky seznámeni. Pouze 2 studenti si myslí, že metody byly probrány pouze teoreticky, taktéž dva studenti uvedli, že se metodám nevěnovali dostatečně. Na základě výsledků se tedy ztotožňujeme s názorem Wagnera (2014) – instruktora, který v rozhovoru uvedl, že metody jsou nejdříve podrobně vysvětleny teoreticky a pokud jsou dobře zvládnuty všemi studenty, přistupuje se k výuce praktické. V **hypotéze H1** jsme předpokládali, že cíle výuky sledovaných kurzů v přírodě na SOŠ OOM Malé Svatoňovice byly splněny. Podle získaných výsledků pracovní hypotéza H1 byla potvrzena. I přes splnění cílů kurzu měli studenti v rozhovoru výhrady týkající se častého výskytu zranění, nedostatečného vysvětlení problematiky, jeden student doslova uvedl, že je rád, že už má kurz za sebou.

Překvapivě nejvýraznějšího výsledku dosáhl **kurz střelecký**. Jedním z hlavních cílů zde bylo vedení k respektu a ostražitosti s manipulací se zbraněmi a střelivem. Všech 31 studentů potvrdilo, že se opravdu naplno věnovali bezpečné manipulaci se zbraněmi a jejich respektování. Na základě těchto výsledků byl potvrzen názor Bibra (2014) – instruktora, který podotýkal, že této části je na kurzovní výuce věnována spousta času. V **hypotéze H1** jsme předpokládali, že cíle výuky sledovaných kurzů v přírodě na SOŠ OOM Malé Svatoňovice byly splněny. Podle získaných výsledků pracovní hypotéza H1 byla potvrzena. V následné diskuzi byl tento kurz studenti hodnocen jako nejvíce vydařený. Díky výborné komunikaci instruktorů byly pokyny jasně srozumitelné a kladené požadavky rychle pochopitelné, výuka tak byla zajímavější a probíhala ve svižném tempu. Jediná věc, kterou studenti vytkli, se týkala jedné dívky, která se údajně kurzu nevěnovala naplno, získala certifikát o absolvování kurzu stejně jako ostatní, kteří do výuky vkládali maximální úsilí.

Podle navazující otázky v anketním šetření bylo zjišťováno, jaký přínos mělo pro studenty absolvování jednotlivých sportovních kurzů. Výsledky H2 dopadly u jednotlivých kurzů velmi podobně. Nejvýraznějšího výsledku a tedy největší přínos pro studenty na všech kurzech představovala týmová práce – umění spolupráce a řešení problémů se spolužáky. Dle názoru autorky byl tento výsledek dosažen právě tím, že studenti spolu tráví na kurzech více času než ve škole a mají tak více možností poznat své spolužáky a naučit se pracovat jako kolektiv. Méně výrazných výsledků dosáhly u všech kurzů přínosy z hlediska stanovení cílů a priorit podle osobnostních schopností a vytvoření sebehodnocení. Nevýrazného výsledku přínosů pro studenty pak bylo podobně dosaženo u otázek o vytvoření pozitivního vztahu k vzdělávání, používání správného vyjadřování, formulace a obhajoby svých názorů a významu člověka k životnímu prostředí. Podrobnější výsledky jsou zaznamenány v Tab. 1. V **hypotéze H2** jsme předpokládali, že studenti během kurzů byli obohaceni o nové poznatky a zkušenosti. Jelikož všichni studenti uvedli, že každý kurz pro ně byl přínosný, jak z hlediska dovedností, tak i zkušeností, pracovní hypotéza H2 byla potvrzena.

**Tab. 1** Vyhodnocení H2 – přínosy pro účastníky na jednotlivých kurzech

	Vytvoření pozitivního vztahu k učení a vzdělávání.	Umění spolupráce a řešení problémů se spolužáky (týmová práce).	Používání správného vyjadřování, formulace a obhajoby svých názorů, respektování názorů druhých.	Stanovení cílů a priorit podle svých osobnostních schopností.	Uvědomění si významu vztahu člověka k životnímu prostředí.	Vytvoření objektivního sebehodnocení (sebereflexe).	Celkem studentů na kurzech
Lyžařský kurz	<b>1</b>	<b>17</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	31
Branný kurz	<b>1</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	30
Speleoalpinistický kurz	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	32
Střelecký kurz	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	31

**Legenda:**

První sloupec tabulky obsahuje výčet jednotlivých kurzů, první řádek pak možnosti odpovědí přínosů pro účastníky po absolvování kurzů. Číselné údaje označují počet názorů studentů, poslední sloupec uvádí, kolik studentů se každého kurzu zúčastnilo. Názory studentů byly správcovány hromadně, protože se výsledky jednotlivých kurzů mezi sebou lišily pouze minimálně. Tyto výsledky byly převzaty z vyhodnoceného anketního šetření.

## 6 Závěry

### 6.1 Závěry empirického výzkumu

Ve výzkumné části této práce se autorka zabývala vyhodnocením cílů lyžařského, branného, speleoalpinistického a střeleckého kurzu na SOŠ OOM Malé Svatoňovice. V této části je zkoumáno, zda jsou cíle plněny, tak jak uvádí ŠVP. Zároveň autorka zjišťovala, jaký přínos má pro studenty absolvování těchto kurzů. Ke splnění cíle empirické části byly zvoleny hypotézy a úkoly práce. V pracovní hypotéze H1 jsme předpokládali, že cíle výuky sledovaných kurzů v přírodě na SOŠ OOM Malé Svatoňovice byly splněny. Jelikož se výsledky cílů u každého kurzu lišily, je pro každý kurz stanoven odlišný výsledek hypotézy. **Hypotéza H1** byla u lyžařského kurzu vyvrácena, protože osvojení běžecského a sjezdového lyžování celkově nezvládlo 5 studentů. **Hypotéza H1** branného kurzu byla opět vyvrácena, protože 15 studentů odpovědělo, že se výukou topografie vůbec nezabývali. **Hypotéza H1** speleoalpinistického kurzu byla naopak potvrzena, protože většina třídy, tedy 28 studentů uvedlo, že se metodami slaňování opravdu zabývali a poslední **hypotéza H1** střeleckého kurzu byla taktéž potvrzena, všichni studenti uvedli, že se věnovali bezpečné manipulaci se zbraněmi a jejich respektování.

V pracovní hypotéze H2 jsme předpokládali, že studenti během kurzů byli obohaceni o nové poznatky a zkušenosti. **Hypotéza H2** byla potvrzena, protože každý student uvedl, že pro něj byli kurzy přínosné, jak z hlediska dovedností, tak zkušeností, nejvíce však v umění spolupráce a řešení problémů se spolužáky (týmová práce).

### 6.2 Závěry a doporučení pro teorii

Získané výsledky této práce mohou dále sloužit k následnému bádání v dalších oblastech obsahu kurzů:

- Odborných přednášek
- Technikách lyžování, běhání, jízdy na kole, lezení a střelby z různých zbraní
- Základů první pomoci
- Speciální tělesné výchově a tělesné výchově

### 6.3 Závěry a doporučení pro praxi

Výsledky této práce ukazují, že náplň kurzů se vždy přímo neshoduje se ŠVP. Jak již bylo uvedeno, splněné cíle podle H1 byly na lyžařském kurzu vyvráceny. Obdobně dopadly výsledky kurzu branného, kde byla náplň kurzu studenty H1 výrazně vyvrácena. Lépe již dopadlo hodnocení výsledků speleoalpinistického kurzu. Zde podle většiny studentů byly cíle splněny, H1 byla teda potvrzena. Nejlépe z pohledu splněných cílů však dopadly výsledky kurzu střeleckého. Všichni studenti přesvědčivě uvedli, že se metodám intenzivně věnovali, tudíž H1 zde byla potvrzena.

Dosažené výsledky v oblasti přínosů pro studenty podle H2 byly taktéž potvrzeny. Všichni studenti uvedli, že každý kurz pro ně představoval určitý přínos, každý v jiném ohledu. Všichni se shodli, že nejvíce kurzy přispěli k umění spolupráce a řešení problémů mezi sebou neboli týmové práci.

Autorka tedy navrhuje zrušit nadbytečné aktivity kurzovní výuky a zařadit spíše takové, které jsou uvedeny v ŠVP a více souvisejí s danou problematikou kurzu. Například na kurzu lyžařském omezit výuku jízdy na snowboardu a věnovat se spíše nácvičku způsobů běžeckého a sjezdového lyžování. Teprve až toto dokonale zvládnou všichni studenti, může být do výuky zařazen snowboarding. Podle ohlasu studentů bylo zjištěno, že výuka na branném kurzu byla pojata spíše z cyklistického hlediska, tudíž zmíněná topografie a s ní související problematika byla instruktory z kurzu zcela vyloučena, ač je v ŠVP hojně zastoupena.

Z výsledků tedy vyplývá, že studenti byli spíše spokojeni s kurzovní výukou vedenou instruktory odborných firem zabývající se touto problematikou (speleoalpinistický a střelecký kurz), než s výukou vedenou učiteli školy (lyžařský a branný kurz).

Do praxe školní výchovy tedy autorka doporučuje:

- výsledky mohou sloužit pedagogům a instruktorům k zefektivnění kurzovní výuky na této škole
- výsledky mohou sloužit k porovnání výzkumu na jiných školách obdobného zaměření
- výsledky mohou inspirovat pedagogy různého typu základních a středních škol při přípravě podobných kurzů
- výsledky mohou seznámit veřejnost s kurzovní výukou na této škole

## 7 Souhrn

Tato práce přibližuje problematiku sportovních kurzů na Střední odborné škole ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice. Teoretická část kromě podrobného rozboru lyžařského, branného, speleoalpinistického a střeleckého kurzu také seznamuje s charakteristikou školy. Záměrem praktické části bylo zjistit informace o průběhu těchto kurzů, jejich cílů a přínosů pro účastníky. K získání informací bylo využito anketního šetření a následného rozhovoru, kterému bylo podrobena 32 studentů čtvrtých ročníků. Na základě získaných názorů studentů se cíle lyžařského a branného kurzu lišily s cíly uvedenými ve ŠVP, proto splněny nebyly. Naopak cíle kurzu speleoalpinistického a střeleckého podle informací studentů odpovídali ŠVP, tudíž byly splněny. Co se týče přínosů kurzovní výuky pro účastníky, všichni studenti byli v tomto směru obohaceni o nové zkušenosti a poznatky, nejvíce však v oblasti týmové spolupráce a komunikace, proto tento cíl byl splněn. Z výsledků tedy vyplývá, že studenti byli spíše spokojeni s kurzovní výukou vedenou instruktory odborných firem zabývajících se touto problematikou (speleoalpinistický a střelecký kurz), než s výukou vedenou učiteli školy (lyžařský a branný kurz).

## Referenční seznam

### Monografické publikace

BRYCH, Jan. *Sportovní střelba*. 1. vyd. Praha: Karolinum, Učební texty Univerzity Karlovy v Praze, 2008, 261 s. ISBN 978-802-4615-820.

DAVIES, Barry. *Přežití: techniky a trénink pro přežití v přírodě*. Přeložil Petr TŮMA. České vyd. 1. Praha: Svojtka, 2003, 159 s. ISBN 978-807-2377-831.

DRAHOŇOVSKÝ, Radek. *Lyžování: metodika výuky sjezdového lyžování*. Vyd. 1. Špindlerův Mlýn: Asociace profesionálních učitelů lyžování a lyžařských škol, o. s., 2011, 83 s. Česká cesta.

FRANK, Tomáš a Tomáš KUBLÁK. *Horolezecká abeceda*. Vyd. 1. Praha: Epoque, 2007, 663 s. ISBN 978-808-7027-356.

GNAD, Tomáš. *Základy teorie lyžování a snowboardingu*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2008, 239 s. ISBN 978-80-246-1587-5.

HOFMANN, Eduard a Pavel KORVAS. *Orientace v přírodě: pro výuku na základní škole*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2008, 96 s. ISBN 978-802-1047-150.

KUTÁČ, Petr a Taťána NAVRÁTÍKOVÁ. *Lyžařský kurz od A do Z: učební texty pro lyžařské instruktory*. 3. přeprac. a dopl. vyd. Olomouc: Hanex, 2005, 108 s. ISBN 80-857-8360-6.

KUTÁČ, Petr a Taťána NAVRÁTÍKOVÁ. *Cvičíme a hrajeme si na lyžích*. 2. vyd. Olomouc: Hanex, 2006, 81 s. ISBN 80-857-8359-2.

SKANAKER, Rangar a Laslo ANTAL. *Sportovní střelba z pistole*. 1. české vyd. Překlad Petr Tůma. Praha: Naše vojsko, 2007, 193 s. ISBN 80-206-0841-9.

VALJENT, Zdeněk. *Letní výcvikový kurz I: pobyt v přírodě*. Vyd. 1. Praha: Nakladatelství ČVUT, 2007, 83 s. ISBN 978-80-01-03727-0.

VOMÁČKO, Ladislav a Soňa BOŠTÍKOVÁ. *Lezení na umělých stěnách*. 2., upr. vyd. Praha: Grada, 2008, 129 s. ISBN 978-80-247-2174-3.



## Elektronické zdroje

JANUS, Vladimír. *Bezpečnostně právní akademie Malé Svatoňovice, s. r. o., střední škola: Historie* [online]. 2014 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: <http://www.bpa-svatonovice.cz/o-skole/historie>

JANUS, Vladimír. *Střední odborná škola ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice s. r. o., Školní vzdělávací program pro obor vzdělávání: Bezpečnostně právní činnost* [online]. 2010 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: [http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP\\_Ochrana\\_osob\\_a\\_majetku\\_2010.pdf](http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP_Ochrana_osob_a_majetku_2010.pdf)

JANUS, Vladimír. *Střední odborná škola ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice s. r. o., Školní vzdělávací program pro obor vzdělávání: Bezpečnostně právní činnost: Předmět lyžařský kurz* [online]. 2010 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: [http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP\\_Ochrana\\_osob\\_a\\_majetku\\_2010.pdf](http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP_Ochrana_osob_a_majetku_2010.pdf)

JANUS, Vladimír. *Střední odborná škola ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice s. r. o., Školní vzdělávací program pro obor vzdělávání: Bezpečnostně právní činnost: Předmět branný kurz* [online]. 2010 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: [http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP\\_Ochrana\\_osob\\_a\\_majetku\\_2010.pdf](http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP_Ochrana_osob_a_majetku_2010.pdf)

JANUS, Vladimír. *Střední odborná škola ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice s. r. o., Školní vzdělávací program pro obor vzdělávání: Bezpečnostně právní činnost: Předmět horolezecký kurz* [online]. 2010 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: [http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP\\_Ochrana\\_osob\\_a\\_majetku\\_2010.pdf](http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP_Ochrana_osob_a_majetku_2010.pdf)

JANUS, Vladimír. *Střední odborná škola ochrany osob a majetku Malé Svatoňovice s. r. o., Školní vzdělávací program pro obor vzdělávání: Bezpečnostně právní činnost: Předmět střelecký kurz* [online]. 2010 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: [http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP\\_Ochrana\\_osob\\_a\\_majetku\\_2010.pdf](http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP_Ochrana_osob_a_majetku_2010.pdf)

JANUS, Vladimír. *Školu těší velký zájem o studium: Bezpečnostně právní akademie v Malých Svatoňovicích rozšířila spolupráci s univerzitami* [online]. 2013 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: [http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP\\_Ochrana\\_osob\\_a\\_majetku\\_2010.pdf](http://www.bpa-svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/svp/SVP_Ochrana_osob_a_majetku_2010.pdf)

[svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/novinky/BPA%20Mal%C3%A9%20Svato%C5%88ovice%20%C4%8Dl%C3%A1nek.pdf](http://svatonovice.cz/wysiwyg/Dokumenty/novinky/BPA%20Mal%C3%A9%20Svato%C5%88ovice%20%C4%8Dl%C3%A1nek.pdf)

MACHÁT, Ivo. *Bezpečnostně právní akademie Brno, s. r. o., střední škola: Charakteristika školy* [online]. 2014 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: <http://www.bpa-brno.cz/>

PORTYCH, Zdeněk. *Fotogalerie* [online]. 2014 [cit. 2014-11-27]. Dostupné z: <http://www.bpa-svatonovice.cz/fotogalerie>

VALENTA, Lukáš. *Prezentační cvičení ve spolupráci s Univerzitou obrany Brno* [online]. 2013 [cit. 2014-11-13]. Dostupné z: <http://www.bpa-svatonovice.cz/novinky/prezentacni-cviceni-ve-spolupraci-s-univerzitou-ob>

## **Informace získané osobním rozhovorem**

BIBR, Vlastimil. *Osobní rozhovor s instruktorem BTW security systems, Téma: střelecký kurz*. Malé Svatoňovice, 31. 10. 2014.

VALENTA, Lukáš. *Osobní rozhovor s učitelem Bezpečnostně právní akademie Malé Svatoňovice, Téma: Lyžařský a branný kurz*. Malé Svatoňovice, 3. 10. 2014.

WAGNER, Jakub. *Osobní rozhovor s instruktorem České speleologické společnosti, Základní organizace 7-01 ORCUS Bohumín, Téma: speleoalpinistický kurz*. Malé Svatoňovice, 2. 11. 2014.