



Univerzita Palackého v Olomouci  
Cyrilometodějská teologická fakulta  
Katedra křesťanské výchovy

# ADAPTAČNÍ KURZ PRO STŘEDNÍ ŠKOLY

Bakalářská práce

Autor: Daniela Šenkeříková  
Vedoucí práce: Ing. Lukáš Petrucha

Olomouc 2015

Prohlašuji, že jsem bakalářský projekt vypracovala samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury.

V Olomouci 15. 4. 2015

.....

Daniela Šenkeříková

## **Poděkování**

Ráda bych poděkovala Ing. Lukáši Petruchovi za odborné vedení bakalářského projektu, za všechny rady, trpělivost a pomoc. Také děkuji Církevní střední odborné škole v Bojkovicích, zvláště paní ředitelce PharmDr. Heleně Hřebačkové za poskytnutí všech potřebných informací.

# Obsah

Úvod .....	6
1 Adaptační kurz .....	7
1.1 Vymezení pojmu Adaptační kurz .....	7
1.2 Pilíře kurzu .....	7
1.3 Cíle adaptačního kurzu .....	8
1.4 Doba před adaptačními kurzy .....	8
1.4.1 Outward Bound .....	8
1.4.2 Česká cesta .....	8
1.5 Historie adaptačních kurzů .....	9
1.5.1 První adaptační kurzy .....	9
1.5.2 Prázdninová škola Lipnice .....	9
1.5.3 Hnutí GO! .....	10
1.5.4 Dům Ignáce Stuchlého ve Fryštáku .....	11
1.5.5 Další organizace pořádající adaptační kurzy .....	11
2 Cílová skupina .....	12
2.1 Adolescence .....	12
2.1.1 Fyzický vývoj .....	12
2.1.2 Kognitivní vývoj .....	13
2.1.3 Emoční vývoj .....	13
2.1.4 Sociální vývoj .....	13
3 Církevní střední odborná škola Bojkovice .....	15
3.1 Geografické zakotvení Církevní střední odborné školy Bojkovice .....	15
3.2 Historie školy .....	15
3.3 Činnost školy .....	15
3.4 Ekonomická situace .....	17
3.5 Domov mládeže .....	17
Adaptační kurz pro CSOŠ Bojkovice .....	18
3.6 Předmět projektu .....	18
3.7 Cíle projektu .....	18

3.8	Potřebnost projektu.....	18
3.9	Námět a uvedení do programu.....	18
3.10	Místo pobytu ARCHA .....	18
3.11	Personální zajištění .....	19
3.12	Finanční zajištění .....	19
3.13	Materiální a technické zajištění.....	20
3.14	Program dne .....	21
3.15	Řešení nepříznivého počasí.....	21
4	Průběh Adaptačního kurzu .....	22
4.1	1. den .....	22
4.1.1	Cíl dne .....	22
4.1.2	Program dne .....	22
4.2	2. den .....	32
4.2.1	Cíl dne .....	32
4.2.2	Program dne .....	32
4.3	3. den .....	38
4.3.1	Cíl dne .....	38
4.3.2	Program dne .....	38
4.4	4. den .....	44
4.4.1	Cíl dne .....	44
4.4.1	Program dne .....	44
	Závěr.....	47
	Literatura .....	48
	Seznam příloh.....	51

## Úvod

Adaptační kurzy jsou určeny žákům a studentům, kteří přicházejí do nové třídy, ve které budou společně určitou dobu trávit čas, studovat. V dnešní době už jsou adaptační kurzy rozšířené a nerealizují je jen specializované organizace, ale tvoří si je i školy samotné. Během těchto kurzů mají účastníci, díky cíleným aktivitám, možnost se mezi sebou poznat nejen podle jména, ale i do hloubky, a tak zlepšit a zpříjemnit vstup do nové třídy.

Tento bakalářský projekt je návrhem pro Církevní střední odbornou školu Bojkovice. Na této škole jsem čtyři roky studovala, a jelikož jsem se během studia i po něm zapojovala do činností, aktivit a projektů, které škola vytvářela, rozhodla jsem se vytvořit projekt právě pro toto zařízení. Už během studia jsme navrhovali možnost vytvořit pro nově přicházející studenty adaptační kurz, který by jim přechod na střední školu ulehčil.

Cílem mého projektu je tedy navrhnout čtyřdenní program Adaptačního kurzu pro první ročník Církevní střední odborné školy Bojkovice, který bude realizován v navrhovaném termínu.

Bakalářský projekt je rozdělen do pěti kapitol. První kapitola definuje adaptační kurz, jeho cíle, historii a také popisuje několik organizací, které se zabývají adaptačními kurzy a pořádají je. Druhá kapitola se zabývá cílovou skupinou – adolescenty. Popisuje jejich fyzický, kognitivní, emoční a sociální vývoj. Třetí kapitola charakterizuje Církevní střední odbornou školu Bojkovice, zabývá se jejím vznikem a historií. Také se zabývá ekonomickou situací školy a zkušeností s tvořením projektů. V této kapitole je také zmíněn Domov mládeže určený pro studentky z CSOŠ Bojkovice.

Čtvrtá kapitola obsahuje základní informace o celém projektu. Vymezuje cíle adaptačního kurzu, námět a uvedení do programu. Také popisuje materiální, personální i finanční zajištění celého kurzu. V páté kapitole je nastíněn samotný průběh čtyřdenního programu adaptačního kurzu. Uvádíme zde průběh každého dne se všemi aktivitami a hrami.

Adaptační kurz bude realizován v září roku 2015 ve spolupráci s bývalými studenty a s třídní učitelkou prvního ročníku Církevní střední odborné školy Bojkovice.

# 1 Adaptační kurz

V této kapitole vymezím pojem adaptační kurz, uvedu jeho hlavní pilíře a cíle. Ve stručnosti také představím historii adaptačních pobytů a uvedu některé instituce, které se adaptačními kurzy zabývají a organizují je.

Pro adaptační kurzy můžeme najít mnohá označení jako například adaptační soustředění, start kemp, stmelovací soustředění, adaptační pobyt a jiná. Já ve své práci budu používat pojem adaptační kurz.

## 1.1 Vymezení pojmu Adaptační kurz

Existuje několik definic adaptačního kurzu, na ukázkou uvedu dvě z nich. Radek Pelánek vymezuje adaptační kurz jako „*Akce určené pro nové třídy, případně i pro třídy, které se už znají. Důraz je kladen na vytvoření kolektivu, dobré vztahy, rozvoj komunikace, poznání ostatních i sebe. Délka trvání je od dvou dnů do jednoho týdne, akce probíhají nejčastěji na začátku školního roku.*“ (Pelánek 2008, s. 13)

J. Pakosta říká: „*Adaptační kurz je třídní s pobytem mimo areál školy. Družstva jsou vytvářena náhodně, případně rozhodnutím dozoru tak, aby byl každý žák alespoň jednou v interakci se všemi ostatními žáky. Akce začíná již cestou na místo konání. Smyslem kurzu je vystavit žáky náročným situacím, které by pomohly odhalit jejich silné a slabé stránky. Zároveň vícedenní společný pobyt utuží kolektiv třídy, pomůže třídním učitelům jeho poznání a žáci naopak blíže poznají část pedagogů. Program kurzu je složen z různých činností, převážně her, které prověřují různé stránky osobnosti žáků (komunikační schopnosti, paměť, orientaci v různých situacích, pohybové vlastnosti, manuální zručnost).*“ (Pakosta, 2003, s. 145)

Jak z definic vyplývá, adaptační kurz je tedy vícedenní akce pro nově vzniklé třídní kolektivy, během které se studenti seznamují a poznávají mezi sebou, se svými třídními učiteli a vytvářejí a utužují třídní kolektiv. Aktivita na kurzu mají napomáhat ke snadnější a rychlejší adaptaci na nové prostředí.

## 1.2 Pilíře kurzu

Existuje pět základních pilířů adaptačního kurzu. Základním prvkem je *pobyt mimo školu*. Tím, že se studenti dostanou mimo školní prostředí, můžeme dosáhnout jejich odlišné prožívání a chování. Zážitek pedagogika, která se na adaptačních kurzech využívá, nám

pomáhá docílit druhého pilíře *společných zážitků*. Cílem kurzu je také stmelení skupiny, čehož dosahujeme aktivitami zaměřenými na *spolupráci*. Důležité je také zachovat na kurzu prostor pro to, aby se studenti bavili, jak chtějí, *mít čas pro sebe*. Posledním pilířem je *provázející přístup*, jehož úkoly jsou respektovat komunikaci a stanovovat pevné hranice, ale i podporovat vlastní aktivitu žáků. (Dubec, 2007, s. 4)

### **1.3 Cíle adaptačního kurzu**

Mezi cíle adaptačního kurzu patří seznámení se s třídním kolektivem a třídním učitelem. Studenti se mají naučit spolupráci a řešení konfliktů při skupinové práci a společně zvládat náročné situace. Účastníci by měli mít i dostatek prostor k nestrukturovanému trávení času a možnosti povídat si a poznávat se. (Dubec, 2007, s. 10 - 11)

### **1.4 Doba před adaptačními kurzy**

Před vznikem samotných adaptačních kurzů probíhaly různé zážitkové a stmelovací kurzy. Mezi organizace, které pořádaly zážitkové programy podobné dnešním adaptačním kurzům, patří například Outward Bound a česká organizace Česká cesta.

#### *1.4.1 Outward Bound*

Outward Bound je celosvětová organizace s nejrozšířenějším programem zážitkové výchovy, která vznikla na základě myšlenek Kurta Hahna. Outward Bound má své pobočky ve většině států, u nás v České republice pod názvem Česká cesta. Kurt Hahn pořádal v meziválečném období kurzy pro děti, jejichž hlavní náplní bylo učení, expedice do přírody a dobrovolná práce. Tuto svou práci nejdříve uplatňoval v Anglii, do které utekl před válkou z Německa. Postupem času začal pracovat s vojáky britského námořnictva a tyto kurzy byly nazvány Outward Bound. Během svého působení začala tato organizace také pořádat adaptační kurzy. Název Outward Bound znamená námořní termín popisující loď opouštějící bezpečí přístavu, směřující na otevřené moře. (Outwardbound, 2015)

#### *1.4.2 Česká cesta*

Outward Bound – Česká cesta, s. r. o. vznikla v roce 1993. Vychází ze zkušeností Prázdninové školy Lipnice a Outward Bound International. Tato společnost se zabývala a dodnes se zabývá zážitkovou pedagogikou a stmelováním kolektivů. V dnešní době realizuje programy pro stmelení pracovních týmů i rozvíjení jednotlivých pracovníků. (Česká cesta, 2015)



## 1.5 Historie adaptačních kurzů

První kurz, který měl s nynějšími adaptačními kurzy hodně podobného, proběhl po listopadu 1989 a pořádala ho Prázdninová škola Lipnice. Na tvoření programu se podíleli pedagogové i psychologové a tato tradice se dodnes rozvíjí. Několik instruktorů z Prázdninové školy Lipnice se později rozhodlo vytvořit projekt GO!. (Adaptační příběh, 2014)

### 1.5.1 První adaptační kurzy

První adaptační kurzy proběhly v letech 1991 – 1995, trvaly 14 dní, účastnili se jich i rodiče, ředitel školy a třídní učitel. Bylo to proto, že po 5 - 6 dni kurzu je možné otevírat i závažná témata. Protože se účastníci přestávají bát, přetvařovat a končí přehnaně konkurenční chování, začíná fungovat otevřená komunikace, spolupráce se zintenzivňuje, dochází k ujasnění potřeb, akceptování druhých, rozvíjí se systém vztahů, vzniká pomalu se utvářející pocit sounáležitosti, budují se mezilidské vztahy, dochází k přijatelné výměně názorů, nápadů. V letech 1991 – 1995 byla průměrná délka kurzu 10,7 dne, v období let 1996 – 2003 byla průměrná délka 6,3 dní a v současné době jsou kurzy jednodenní až třídenní. (Adaptační příběh, 2014)

### 1.5.2 Prázdninová škola Lipnice

Prázdninová škola lipnice je nevládní nezisková organizace, která má za cíl pomocí vícedenních kurzů motivovat a mobilizovat v člověku odvalu a tvořivost. Tyto kurzy jsou naplněny hrami, pohybem, dílnami, happeningy, diskuzemi a rozjímáním. (Jirásek, 2008, s. 8)

Její kořeny sahají do šedesátých let, kdy pořádala první Tábornické školy, které školily budoucí instruktory. Oficiální založení bylo v roce 1977 na základě celostátního semináře ve Žďáru nad Sázavou, jehož hlavním tématem bylo: Rozvoj moderních forem pobytu v přírodě a turistiky. Do roku 1989 působila pod hlavičkou Socialistického svazu mládeže jako samostatný subjekt. U zrodu PŠL stál a do roku 1987 ji vedl psycholog Dr. Allan Gintel. Od února 1990 se osamostatňuje a vzniká občanské sdružení Prázdninová škola Lipnice.

Při tvoření programů se instruktoři inspirovali projekty, které už proběhly v minulých letech, ale také hledali nové možnosti a zdroje inspirace pro další působení. Hlavním myšlenkovým podmětem se stal antický ideál harmonického všestranného rozvoje člověka – KALOKAGATHIA – tělesná a duševní krása a dokonalost. Díky hledání a experimentům, jejichž cílem byl rozvoj osobnosti, získávala PŠL nové metody a programy. Inspiraci k aktivitám jim nabízí sám život a životní situace.

Místo, ve kterém se odehrávaly programy, bylo v Lipnici nad Sázavou pod hradem Lipnice. Součástí areálu Prázdninové školy Lipnice je zatopený lom, který také využívají ke svým aktivitám. V roce 1993 toto místo opouští a po soustředění sboru PŠL v Zábřehu na Moravě se rozhodují koupit chatu Doubravku u Chotěboře.

Od konce 80. let Prázdninová škola Lipnice spolupracuje s britským mezinárodním výchovným hnutím Outward Bound a v roce 1993 zakládá dceřinou společnost Outward Bound – Česká cesta, s. r. o., která využívá metod PŠL i OB. V roce 1994 zakládají i sesterskou organizaci na Slovensku *Nadácii Štúdio zážitku*, se kterou Prázdninová škola Lipnice aktivně spolupracuje.

Na tvoření programu se podílí spousta významných pedagogů, psychologů, ale také řada osobností z kultury, vědy, politiky a publicistiky. Své aktivity také šíří dál díky svým absolventům a také prostřednictvím knih, které vydávají, jako například: Zlatý fond her, Prázdniny v pohybu a Instruktorův slabikář. (Jirásek, 2008, s. 9 – 12)

### *1.5.3 Hnutí GO!*

Instruktoři Prázdninové školy Lipnice, psycholožka Jana Matějková a pedagogové Radek Schindler a Vláďa Halada, se na podzim roku 1989 rozhodli vytvořit projekt GO!, ve kterém se snaží o seznámení studentů prvních ročníků středních škol. V roce 1991 se uskutečnil první projekt GO! pro Gymnázium Jana Keplera v Praze a i dalších pět let spolupracovali a zdokonalovali program. Kurzy probíhali 12 dní a několika dní se účastnil i ředitel školy a 2 učitelé.

V roce 1994 poprvé proběhl letní projekt GO! mimo Prázdninovou školu Lipnice s pomocí nadace AD FONTES. V roce 1995 poprvé tento projekt probíhal i na Slovensku díky instruktorům z Nadace Štúdio zážitku. V dalších letech se realizátoři projektu snažili tento projekt GO! rozšířit do škol po celé České i Slovenské republice. V roce 1996 začalo cílené vzdělávání instruktorů Hnutí GO!. V roce 1997 zjišťovala pedagogicko-psychologická poradna v Šumperku vliv a význam projektu GO! a zjistilo se, že tento projekt je pro studenty prvních ročníků velmi přínosný. Hnutí GO! začalo spolupracovat s Fakultou tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci a také s občanským sdružením II. RENESANCE z Ostravy. (Hnutí GO!, 2014)

#### *1.5.4 Dům Ignáce Stuchlého ve Fryštáku*

V roce 1999 se v Domě Ignáce Stuchlého začaly organizovat první kurzy. DIS pořádá Orientační dny, Adaptační kurzy, víkendové a prázdninové akce, horské pochody, vodácké akce, silvestry a mnoho dalších. Ve své práci využívají prvky ze salesiánské pedagogiky.

Orientační dny jsou kurzy pro žáky druhého stupně základních a studenty všech typů středních škol, během kterých aktivní formou získávají orientaci pro život. Zkušení pracovníci pomáhají účastníkům přemýšlet o životních názorech, svobodně se vyjadřovat k tématům, která je zajímají, obhajovat své názory, naslouchat a respektovat druhé. Tyto orientační dny vychází z německého projektu Orientierungstage für Jugendliche. (Dům Ignáce Stuchlého, 2008, s. 9)

Adaptační kurzy jsou určeny pro studenty prvních ročníků středních škol a žáky 6. tříd základní školy. Kurzy jsou 3 – 5 denní s cílem poznání se navzájem a vytvoření kvalitního třídního kolektivu. (Témata kurzů, 2015)

#### *1.5.5 Další organizace pořádající adaptační kurzy*

Mimo Prázdninovou školu Lipnici, Hnutí Go! a Domu Ignáce Stuchlého se dnes přípravou Adaptačních kurzů zabývá spousta různých organizací, např. Special Team for Adventure, ODYSSEA, Outdoor EDUCAnet Team spol, s. r. o. a mnoho dalších. Mnoho škol si také Adaptační kurz tvoří v rámci své vlastní režie nebo ve spolupráci s pedagogicko-psychologickou poradnou.

## 2 Cílová skupina

Cílovou skupinou tohoto projektu jsou studenti 1. ročníku střední školy, tzn. převážně věk 15 – 16 let. Proto v této kapitole stručně charakterizují období dospívání, konkrétně se zaměřím na období adolescence.

### 2.1 Adolescence

Pojem adolescence vychází z latinského slova *adolescere*, což znamená mohutnět, dospívat, vyvíjet se a sílit. V českém prostředí se toto slovo zaměňuje též označením dospívající. Je to období plné změn, rozporů a významných životních mezníků, přechodem z dětského světa do světa dospělých. (Říčan, 2004, s. 191)

Období adolescence začíná kolem 15. roku věku a končí zhruba ve 20 letech. Během této doby dochází ke komplexní proměně osobnosti. Je to období hledání a přehodnocování, kdy jedinec poznává sám sebe a své místo ve společnosti. Tomuto období předchází období pubescence, které probíhá přibližně od 11 do 15 let. (Vágnerová, 2012, s. 367)

#### 2.1.1 Fyzický vývoj

Oproti předchozím vývojovým obdobím už u adolescenta neprobíhají výrazné fyzické změny. Jeho tělo se podobá tělu dospělého člověka a fyzický vývoj už je ukončen. Během tohoto období však narůstají u jedince fyzické síly. Adolescent je schopen reprodukce. (Vágnerová, 2012, s. 373 - 179)

Velkou hodnotu má pro dospívajícího tělesná atraktivita. Atraktivnější jedinci jsou ve společnosti lépe přijímáni nejen vrstevníky, ale i dospělými. Vnímání své atraktivity ovlivňuje sebepojetí a má vliv na tvoření hodnot. Dalším hodnotícím prvkem je výška postavy. Tělesná výška ovlivňuje a posiluje sebevědomí dospívajícího. Pokud se adolescent svou výškou podobá dospělému, nepůsobí vizuálně jako podřízený. I fyzická síla je důležitá pro sebejistotu a sebepojetí dospívajícího, zejména pro chlapce. Je to známka toho, že je jedinec schopen se o sebe postarat a ve vrstevnických skupinách slouží k určité prestiži. (Shaffer, 2001, s. 163 - 166)

U chlapců se ještě může měnit výška postavy, ale u dívek už jen nepatrně. Celkově tělo adolescenta dostává dospělé proporce a odlišnost dívčí a chlapecké postavy je zcela zřejmá. V období adolescence začínají chlapcům růst vousy. Tělo adolescenta se stává předmětem

velké pozornosti. Chlapci řeší svou výšku, mohutnost a růst ochlupení, dívky se zabývají převážně velikostí boků, ňader a celkovou postavou svého těla. (Říčan, 2004, s. 193 – 194)

### *2.1.2 Kognitivní vývoj*

Adolescentovi se mění způsob uvažování, nelpí na konkrétní realitě, ale je schopen uvažovat hypoteticky. Velmi dobře ovládá abstraktní myšlení, utřídí si svůj hodnotový systém, prosazuje si svůj názor, argumentuje a končí období radikalismu a nekompromisnosti. V tomto období se rozvíjí také pružnost myšlení. Jeho rozumové schopnosti nejsou ještě, kvůli nedostatku zkušeností, na vrcholu. Dospívající více uvažuje nad budoucností i nad minulostí a experimentuje se svými úvahami, kombinuje je a propojuje. Dospívající lépe ovládá pozornost a využívá různé strategie k jejímu udržení, zaměření i přesouvání. V tomto období umí jedinec lépe ovládat paměťové funkce, používá účinnější strategie zapamatování i vybavování z paměti. Umí potlačovat rušící vlivy. (Vágnerová, 2012, s. 379 - 390)

Vzrůstá pociťování zodpovědnosti za vlastní výkon, a tak je adolescent vytrvalejší. Aby si dospívající procvičil své schopnosti a ukázal, co dovede, často diskutuje a polemizuje. Je nadměrně sebekritický, vztahovačný a přecitlivělý. Je schopen změnit svůj názor na základě logických argumentů. Má potřebu mít vlastní názor, ke kterému došel díky svým zkušenostem. (Šimíčková - Čížková, 2008, s. 114 - 115)

### *2.1.3 Emoční vývoj*

V období adolescence už nejsou emoce tak kolísavé, stabilizují se a jedinec už není tak náladový a citově labilní. Umí se lépe se ovládat, i když se nachází v emočně vyhocené situaci. Jedinec lépe snáší zátěž a sám odhaduje, zda ji zvládne, či ne. Důvodem této emoční vyrovnanosti je hormonální vyrovnanost a adaptace organismu na pohlavní dospělost. (Vágnerová, 2012, s. 390 - 393)

### *2.1.4 Sociální vývoj*

V období adolescence přestává být jedinec citově závislý na rodičích, má potřebu navazovat společenské i partnerské vztahy a patřit do nějaké sociální skupiny. Pokud jsou dospělí vůči adolescentovi příliš autoritativní, reaguje na ně odporem, staví se do opozice a vyvolává konflikt. Důležitý úkol v tomto období je volba povolání. Tento úkol je pro adolescenta náročný, protože ne každý už má vyhraněné své zájmy a životní cíle, a tak většina plní přání rodičů. (Šimíčková - Čížková, 2008, s. 116 - 117)

Adolescent na začátku tohoto období prochází dvěma důležitými mezníky, které mu mění jeho sociální postavení. Jsou jimi ukončení povinné školní docházky a získání občanského průkazu. Přejít na střední školu může pro adolescenta znamenat velké změny. Mění se prostředí, spolužáci, učitelé, styl a náročnost výuky. Vztahy mezi lidmi se mění. I když je rodina stále důležitou sociální skupinou, dospívající se začíná osamostatňovat a odpoutávat. Z hlediska sociálního zařazení je významná škola. Volnočasové instituce rozvíjí u jedince schopnosti a dovednosti a ovlivňují jeho sociální zařazení. Pokud je školní a rodinné prostředí špatné, mohou je tyto instituce kompenzovat. Nejdůležitějším zdrojem sociální a emoční podpory je sociální skupina. Vytváří se trvalejší a pevnější přátelské i partnerské vztahy. Dospívající se chtějí zbavit omezující kontroly a chtějí rozhodovat sami za sebe. I když vyžadují větší volnost, stále potřebují i rodičovskou oporu a podporu. Mění se názor na rodiče. Adolescent rodiče hodnotí realističtěji a někdy až moc kriticky. Začíná chápat, že rodiče nejsou neomylní, všemocní a nezvládnou všechno. Všimají si však kvalit rodičů a váží si jich. Nejvíce oceňují upřímnost a spolehlivost. (Vágnerová, 2012, s. 397 - 422)

Mezi zájmy adolescenta patří společnost. Dospívající většinou velmi rád tráví čas s kamarády, ale má rád i samotu. Dalšími koníčky se stávají četba a drama. Mezi oblíbenou literaturu patří dobrodružné, historické a cestopisné knihy. Dívky také rády čtou poezii a romány. Někteří adolescenti jsou schopni rozumět také vážné hudbě, symfonii a opeře. Kolem šestnáctého roku jsou dospívající nejlépe schopni se naučit společenskému tanci, v pozdějším věku už je učení se tanci o hodně náročnější. Mezi významné aktivní zájmy patří sport. Zájem o něj však klesá a stává se rekreací, ventilem agrese a soupeřivosti. Hudba je také v adolescentním období oblíbená. V posledních letech se však vytrácí zájem a hlavně motivace k aktivnímu hraní na hudební nástroje a potřebu hudebního potěšení obstarává reprodukováná hudba. (Říčan, 2004, s. 200 – 202)

### **3 Církevní střední odborná škola Bojkovice**

Adaptační kurz, který je v této práci popsán, je vytvořen pro první ročník Církevní střední odborné školy v Bojkovicích. Církevní střední odborná škola Bojkovice je zřizována Českou kongregací sester dominikánek a nabízí vzdělávání pro chlapce i dívky v oborech Předškolní a mimoškolní pedagogika, Sociální činnost a Ošetřovatel.

#### **3.1 Geografické zakotvení Církevní střední odborné školy Bojkovice**

Město Bojkovice leží v podhůří Bílých Karpat v nadmořské výšce 301 m. n. m. V současnosti jsou k městu připojeny tři menší obce – Bzová, Přechovice a Krhov. Dohromady mají celkem 4 627 obyvatel na území 4 187 ha. Území obce je kopcovité a hustě zalesněné. Nad městem stojí zámek Nový Světlov, který je dominantou města a pojí se s ním i historie založení obce v roce 1480. (Město Bojkovice, 2007)

Na jednom z bojkovických kopců leží klášter České kongregace sester dominikánek, ve kterém sídlí i Církevní střední odborná škola Bojkovice.

#### **3.2 Historie školy**

V prosinci 1990 se generální rada České kongregace sester dominikánek rozhodla, že začne jednat s MŠMT ČR o založení školy, a tak si v lednu 1991 podala kongregace žádost o založení Církevní rodinné školy. Ještě než škola zahájila 2. 9. 1991 svou činnost, změnila svůj název na Dívčí katolická škola Bojkovice. V roce 1995 se konaly první maturitní zkoušky a předávání maturitního vysvědčení proběhlo slavnostně na zámku Světlov místním starostou, tehdy RNDr. Kocmanem. V roce 1996 si škola změnila název na Církevní střední odbornou školu, 687 71 Bojkovice, Husova 537 a aktuálními nabízenými obory byly obor Sociální činnost – sociální pečovatelsví a obor Sociální činnost – sociální vychovatelství. V roce 2006 škola opět změnila název na stávající název Církevní střední odborná škola Bojkovice. Roku 2008 otevřela nový nematuritní obor Ošetřovatel a roku 2010 maturitní obor Předškolní a mimoškolní pedagogika. (Církevní střední odborná škola Bojkovice, 2012)

Během dosavadního působení školy, tj. od roku 1991 do roku 2014, ji zatím úspěšně dokončilo 310 absolventů, z nichž 306 odmaturovalo, a 4 složili závěrečnou zkoušku.

#### **3.3 Činnost školy**

V současné době nabízí Církevní střední odborná škola 3 studijní obory pro chlapce i dívky, věřící i nevěřící, a to čtyřleté Předškolní a mimoškolní pedagogika a Sociální činnost

a tříletý studijní obor Ošetrovatel. Kromě teoretického vzdělávání v oboru zajišťuje škola i praktické vzdělávání studentů. Praktické vyučování probíhá v zařízeních v Bojkovicích nebo blízkém okolí a souvislé praxe si studenti mohou zvolit v místě svého bydliště.

Během studia třetího ročníku prožijí studenti Turistický výcvik, během kterého se učí základním dovednostem orientace v terénu, rozdělávání ohňů, stavění stanů a poznávání léčivých bylin.

Škola nabízí studentům i volnočasové kroužky během týdne. Mezi nabízené kroužky patří Dramatický kroužek, Sbor PROROKEC a schola. V rámci Dramatického kroužku a Sboru PROROKEC se studenti podílejí na reprezentaci školy. Dramatický kroužek nacvičuje divadélka pro místní mateřskou i základní školu anebo jezdí reprezentovat na přehlídky. Sbor PROROKEC taktéž účinkuje na přehlídkách a koncertech a v minulém roce natočil již druhé CD. Schola svým zpěvem doprovází studentské mše svaté konané každou středu v kapli kláštera a také mše na zahájení i ukončení školního roku.

V roce 2011 škola poprvé pořádala festival DOMIDOM jako oslavu 20. výročí od založení školy a od té doby se tento festival pořádá každoročně. Na organizaci festivalu se podílejí zaměstnanci i studenti školy a dobrovolníci z řad přátel školy. V programu festivalu vystupují studenti školy, kteří navštěvují volnočasové kroužky, a pozvaní hosté. Cílem této akce je vytvořit vztah mezi bývalými, současnými i budoucími studenty. Dále také zapojit současné studenty do plánování a pořádání akcí, dát jim možnost pocítit, že jsou součástí školy a i oni mají určitou zodpovědnost. Dalším cílem je otevřít brány školy veřejnosti, propagovat školu a zbavovat je předsudků o církevním školství.

Každoročně, vždy dopoledne před festivalem DOMIDOM, pořádá škola Klášteriádu, což je olympiáda pro žáky ze Základní školy praktické Bojkovice, kterou připravují studenti třetího ročníku CSOŠ Bojkovice.

Pro zájemce o studium nabízí škola během školního roku několik dnů otevřených dveří a také přijímačky nanečisto. Škola svou činnost nezaměřuje jen na své studenty, ale pořádá i Kurzy pro veřejnost, ve kterých nabízí výuku na počítačích, které využívají převážně starší občané Bojkovic. Škola také pořádá kurz k jednotlivé maturitní zkoušce z předškolní a mimoškolní pedagogiky.

Škola také pravidelně spolupracuje s DDM Bojkovice a společně připravují akce pro děti a pořádají sbírky, např. Světluška. (Činnost školy, 2015)



### **3.4 Ekonomická situace**

Jak už je psáno výše, Církevní střední odborná škola Bojkovice je zřizována Českou kongregací sester dominikánek, a tak se tato kongregace podílí na financování školy. Na provoz školy také samozřejmě přispívá Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Škola využívá i různých grantových řízení.

Škola byla zapojena do projektu EU peníze středním školám, jehož cílem je pomocí digitálních technologií zkvalitnit a zefektivnit vyučovací proces. Tento projekt je zaměřen především na předměty ekologie, chemie, dějepis, zdravotní nauky, první pomoc, matematika, pedagogika a anglický jazyk. Díky tomuto projektu škola získala finanční dotaci na moderní techniku a tvorbu učebních materiálů. (Ekonomická situace, 2015)

### **3.5 Domov mládeže**

Škola nabízí ubytování na Domově mládeže, který se nachází v areálu školy a který je organizační součástí školy. Je to samostatná budova vzdálená několik metrů od školy. Kapacita Domova mládeže je 27 ubytovaných na pokojích převážně po dvou. V domově je 12 pokojů, z nichž je osm dvoulůžkových, dva třílůžkové, jeden čtyřlůžkový a jeden jednolůžkový pokoj. O přijetí na Domov mládeže rozhoduje ředitelka školy, která posuzuje věk a vzdálenost od školy. Ubytování je poskytováno pouze dívkám. Ve spolupráci se školou nabízí domov volnočasové kroužky pro studenty. (Ubytování, 2013)

## **Adaptační kurz pro CSOŠ Bojkovice**

### **3.6 Předmět projektu**

Předmětem projektu je vytvořit adaptační kurz pro studenty prvního ročníku z CSOŠ Bojkovice. Tento kurz proběhne 8. – 11. září 2015 v táborovém středisku ARCHA Rajnochovice. Tento kurz bude realizován ve druhém týdnu školy na začátku září, aby se mezi sebou mohli studenti více seznámit a společně si vytvořit třídní kolektiv.

### **3.7 Cíle projektu**

Studenti se mezi sebou seznámí a seznámí se také se svým třídním učitelem. Pomocí zážitkových aktivit společně vytvoří a upevní třídní kolektiv a prožijí společné zážitky.

### **3.8 Potřebnost projektu**

Adaptační kurz Církevní střední odborná škola Bojkovice nikdy nepořádala. V posledních letech však mají studenti problém s adaptací ve škole a v třídním kolektivu, proto si myslím, že adaptační kurz by začínajícím studentům mohl pomoci utvořit kolektiv, mít společné zážitky už od začátku studia a také seznámit třídu se svým třídním učitelem a společně navázat důvěru.

### **3.9 Námět a uvedení do programu**

Celým kurzem nás bude provázet postava profesorky Filomény Rajnoškové. Úkolem této postavy bude během celého kurzu pozorovat a zkoumat účastníky, zda jsou kompetentní ke studiu oboru, který si sami vybrali. Profesorka bude zadávat úkoly a sledovat jejich plnění. Profesorku Filoménu Rajnoškovou bude představovat hlavní vedoucí kurzu, kterou je Daniela Šenkeříková.

### **3.10 Místo pobytu ARCHA**

Táborové středisko ARCHA se nachází v obci Rajnochovice. Ubytování je zajištěno v chatkách na postelích či matracích ve vlastním spacáku. Každá chatka je dvoupatrová a má v přízemí vlastní WC a umyvadlo. V přízemí je také místnost s osmi postelemi a krbem na dřevo, kterým se vytápí celá chatka. V patře se nachází místnost s matracemi, kde se ubytuje až 10 lidí a která se dá využít i pro některé aktivity.

V hlavní budově se nachází jídelna, krbovna, obývací, kuchaň, WC a sprchy. Největší místností je jídelna, která se, převážně při nepříznivém počasí, dá využít jako velký sál. Další velkou místností je krbovna, která se taktéž dá využívat pro spoustu aktivit

a protože je temnější než jídelna, využívá se také jako promítací místnost. Obývací je menší místnost s kobercem a gauči, kde se nedá moc pohybovat, ale je to vhodné místo pro klidné povídací aktivity. Kuchař je místnost pro vedoucí, kde mají své zázemí a jsou zde uloženy nejrůznější pomůcky a kostýmy k aktivitám.

Pod hlavní budovou se nachází velké oplocené multifunkční hřiště s umělým povrchem. V celém areálu je také dostatek větších či menších travnatých ploch, které jsou vhodné k různým aktivitám. Kolem areálu se rozprostírá les s různým terénem. Jednou z budov v areálu je také kaple a u jedné z jejích zdí je vybudována i venkovní kaple používaná při pěkném počasí. (Archa, 2014)

### **3.11 Personální zajištění**

Aby program celého kurzu fungoval, je důležité, aby se sestavil tým, který se postará o realizaci kurzu. V tomto týmu musí být hlavní vedoucí, pomocní vedoucí, kuchař a zdravotník.

Realizační tým vytvoří bývalí studenti z CSOŠ Bojkovice, kteří už několik let pomáhají i s jinými projekty školy. Hlavním instruktorem kurzu bude Daniela Šenkeříková, pomocnými vedoucími budou Martina Stavínohová a Kristýna Garguláková, stravování zajistí Simona Vaňková a zdravotníkem v týmu bude třídní učitelka prvního ročníku.

### **3.12 Finanční zajištění**

Celková cena adaptačního kurzu závisí na počtu účastníků, ceně ubytování a stravy, potřebných pomůcek a dalších výdajů. Do nákladů zahrnují ubytování, stravu a pitný režim a příspěvek na pomůcky. Kvůli neočekávaným výdajům je nutné mít rezervu, která se případně účastníkům akce rozdělí a vrátí. Kurz bude financovaný platbami účastníků. Vedoucí budou pracovat dobrovolně, bez nároku na finanční odměnu. Protože ještě není známý počet studentů, kteří v září 2015 nastoupí do prvního ročníku Církevní střední odborné školy, nejsem schopna určit přesné příjmy a výdaje. V tabulce tedy uvádím příjmy za jednoho účastníka. Vedoucí, třídní učitelka a kuchařka budou platit pouze stravu.

### Příjem za jednoho účastníka

<b>Položka</b>	<b>Celkem</b>
Ubytování	450
Strava a pitný režim	400
Pomůcky a materiál	50
Rezerva	100
<b>Celkem</b>	<b>1 000</b>

#### **Ubytování**

Cena ubytování v Táborovém středisku Archa je stanovena na 150 Kč za noc na osobu. Počítáme-li tedy 3 noci, bude celková částka za ubytování na účastníka 450 Kč.

#### **Strava a pitný režim**

Strava a pitný režim bude zajištěn po celou dobu kurzu. První den bude zajištěn oběd a večeře, další dva dny snídaně, oběd, svačina a večeře a poslední den snídaně a svačina na cestu. Po celou dobu bude v jídelně zajištěn také pitný režim. Stanovená částka na každý den je 100 Kč. Za 4 dny je celková cena za stravu a pitný režim 400 Kč.

#### **Pomůcky**

Do této položky zahrnujeme veškerý materiál potřebný k aktivitám. Cena za pomůcky na účastníka je 50 Kč.

#### **Rezerva**

Výše rezervy činí 100 Kč. Pokud nebude částka využita, bude účastníkovi vrácena nebo po domluvě s celou třídou uložena do třídního fondu.

### **3.13 Materiální a technické zajištění**

Veškerý program se bude odehrávat v areálu táborového střediska Archa a jeho blízkém okolí. Využijeme převážně místnosti v hlavní budově, hřiště, les a zahradu. Pomůcky, které jsou napsané u každé aktivity, si pořídíme a přivezeme před začátkem adaptačního kurzu. Stravování bude zajištěno v jídelně hlavní budovy. Trvanlivé potraviny nakoupíme a přivezeme předem, pečivo objednáme z blízké pekárny a další potřebné suroviny

se mohou dokoupit v obchodě v Rajnochovicích, jehož otvírací dobu si zjistíme ještě před začátkem kurzu.

### **3.14 Program dne**

6:30 – Budíček pro vedoucí

7:00 – Modlitba vedoucích

7:30 – Budíček, rozcvička, čas na ranní hygienu

8:10 – Dobrovolná modlitba v kapli

8:30 – Snídaně

9:15 – 11:30 – Dopolnední blok

12:00 – Oběd

12:30 – 13:30 – Siesta, porada vedoucích

13:30 – 14:30 – Nabídka dobrovolných workshopů

14:30 – 16:00 – 1. odpolední blok

16:30 – 18:00 – 2. odpolední blok

18:30 – Večeře

19:30 – 21:15 – Večerní blok

21:30 – Rituál

22:00 – Dobrovolná modlitba v kapli

23:00 – Večerka

Po ukončení programu se vedoucí sejdou na zhodnocení dne a ke společné večerní modlitbě.

### **3.15 Řešení nepříznivého počasí**

Areál Táborového střediska ARCHA má výhodu, že je na špatné počasí připraven, a tak jsou v hlavní budově dvě velké místnosti, ve kterých se může odehrávat spousta programu. U aktivit, které by v místnosti nešly provádět, jsou vždy napsány varianty při nepříznivém počasí.

## 4 Průběh Adaptačního kurzu

### 4.1 1. den

#### 4.1.1 Cíl dne

Účastníci budou uvedeni do programu, seznámí se s průběhem kurzu, s instruktory a seznámí se mezi sebou.

#### 4.1.2 Program dne

Program začne ve 12 hodin na autobusové zastávce Rajnochovice, Rosošná, kam se účastníci dopraví. Všechny informace, o místě setkání a všem, co si s sebou mají vzít, dostanou účastníci od třídní učitelky a taky se je dozví na přihláškách, které vyplní v prvním týdnu školy (viz příloha č. 1). Na zastávce bude milé přivítání účastníků a hlavní vedoucí, oblečena do společenského oděvu, je seznámí s následujícím plánem: *„Jelikož se nám pokazily všechny naše hotelové limuzíny, připravili jsme pro vás náhradní plán, a to prohlídku tohoto krásného a turisticky navštěvovaného místa se světově uznávaným a velmi vyhledávaným průvodcem. Do aut, která se nám podařilo sehnat, naskládáme všechna vaše zavazadla a vydáme se pěšky na cestu k hotelu ARCHA.“* Jeden z vedoucích bude světově uznávaný průvodce, který celou cestu povede. Ostatní vedoucí budou pomáhat, a hlavně zajišťovat bezpečnost během cesty. Cestou proběhne v jednom úseku speciální prohlídka okolí se speciálními brýlemi – šátkem zavázanýma očima. Průvodce po dobu cesty povídá o tom, co v danou chvíli můžeme vidět (např. Na kopci můžeme vidět posed, který tu stojí už 200 let a na který si s oblibou jezdili zastřílet i významní mužové naší země.). Cesta od autobusové zastávky po Archu zabere asi hodinu chůze.

#### **Prohlídka naslepo**

**Cíl:** Studenti se odpoutají od přemýšlení nad každodenními záležitostmi a rozvíjejí svou fantazii.

**Délka trvání:** 20 minut

**Prostředí:** venku, cestou na Archu

**Fyzická zátěž:** 3

**Psychická zátěž:** 2

**Personální zajištění:** 3 instruktoři

**Pomůcky:** šátky na oči, hodinky na měření času

**Průběh hry:** Všichni účastníci si nasadí šátek na oči a chytanou se za ruce tak, že utvoří velkého hada. Na začátku a na konci tohoto hada budou vedoucí, kteří je povedou a nebudou mít zavázané oči a budou se snažit o bezpečnost. Průvodce stále pokračuje ve svém výkladu.

**Při nepříznivém počasí:** Pokud by přšelo, odvezeme účastníky od autobusové zastávky auty.

Po příchodu k hotelu ARCHA se všichni účastníci nahlásí na recepci, kde odevzdají Písemné prohlášení rodičů (viz příloha č. 2), zaplatí za ubytování s plnou penzí a dozví se číslo své chatky. Vedoucí, v roli poslíčků, jim pomohou se zavazadly až do chatky a oznámí jim, že ve 14 hodin mají přijít do hlavní budovy.

Ve 14 hodin se všichni sejdou v hlavní budově na oběd, kde je přivítají všichni vedoucí a představí se. Po obědě seznámí vedoucí účastníky s celým areálem Archy a také se základními informacemi týkajícími se celého pobytu. A pak zahájí program aktivitou Obavy a očekávání.

### **Obavy a očekávání**

**Motivace:** Scénka dvou vedoucích: „*Mar’o, já se bojím, že bude budíček moc pozdě a nestihneme žádný program. Ale těším se, až budou ranní rozcvičky. Doufám, že budeme běhat minimálně 5 km.*“ „*Víš, co trápí mě? Když jsme ta církevní škola, myslíš, že se budeme jenom modlit?*“

**Cíl:** Studenti zformulují své obavy a očekávání, které mají pro kurz.

**Délka trvání:** 20 minut

**Prostředí hry:** vevnitř i venku

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 3

**Personální zajištění:** 2 instruktoři

**Pomůcky:** balicí papír, fixy

**Průběh hry:** Posadíme se do kruhu a vedoucí poprosí účastníky, aby si promysleli, čeho se obávají a na co se na kurzu těší. Po chvílce na rozmyšlení budeme všichni říkat

své obavy a očekávání a obojí budeme zapisovat na papír, který poté pověsíme na viditelné místo tak, aby během kurzu měl každý možnost se na něj podívat.

**Zdroj:** Dům Ignáce Stuchlého. *Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí: metodika a aktivity v průřezových tématech: osobnostní a sociální výchova a multikulturní výchova*. 1. vyd. Fryšták: Dům Ignáce Stuchlého SKM, 2008, 139 s. ISBN 978-80-254-1956-4.

Do místnosti vstoupí profesorka, která přijela zjistit, zda jsou všichni kompetentní k oboru, který si vybrali ke studiu. Profesorka Filoména Rajnošková se představí a vysvětlí, o co se v jejím projektu bude jednat. (Tato profesorka bude propojovat všechny program na kurzu a bude u většiny motivací.)

V 15:45 zahájíme blok seznamovacích a kontaktních her: Kolečko jmen, Toaletňák, Homepage-tvoření profilů, Lovci podpisů, Nechci se chlubit, Dis rallye.

### **Kolečko jmen**

**Motivace:** Paní profesorka se bude podívat, že nikdo nedostal cedulku se jménem, jak tomu bývá na konferencích, a tak se rozhodne, že se před samotným ověřováním kompetencí ještě všichni musí naučit všechna jména.

**Cíl:** Studenti si zapamatují jména ostatních účastníků.

**Délka trvání:** 15 minut

**Prostředí hry:** vevnitř i venku

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 3

**Personální zajištění:** 1 instruktor (ale přítomni by měli být všichni vedoucí)

**Pomůcky:** žádné

**Průběh hry:** Posadíme se do kruhu a postupně každý řekne své jméno. Ve druhém kole řekneme své jméno a jméno souseda po pravé ruce. Nakonec se zeptáme na dobrovolníka, který by se pokusil říct všechna jména.



**Zdroj:** NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě: [od 9 do 99 let]*. 1. vyd. Praha: Portál, 1998, s. 51. ISBN 8071782181.

### **Toaleták**

**Motivace:** Do místnosti vstoupí uklízečka a řekne, že jsme nakoupili málo toaletního papíru a že už zbývají jen dvě role. V obchodu už je zavřeno, tak ať si to nějak vyřešíme. Dá nám role toaletního papíru a odejde.

**Cíl:** Studenti získají informace o ostatních účastnících, které nevěděli.

**Délka trvání:** 25 minut

**Prostředí hry:** vevnitř i venku

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 3

**Personální zajištění:** 1 instruktor (ale přítomni by měli být všichni vedoucí)

**Pomůcky:** 1 - 2 role toaletního papíru

**Průběh hry:** Každý účastník si odebere tolik toaletního papíru, kolik očekává, že během kurzu spotřebuje. Pak teprve vysvětlíme pravidla aktivity. Až bude mít každý dostatek papíru, budeme postupně chodit do středu kruhu a na každý ústřížek řekneme o sobě jednu větu, čímž se představíme.

**Zdroj:** Dům Ignáce Stuchlého. *Orientační dny: rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj*. 1. vyd. Fryšták: DIS SKM, 2012, 200 s. ISBN 978-80-260-1785-1.

### **Homepage**

**Motivace:** Paní profesorka: „*Je třeba, aby každý z vás měl osobní spis, do kterého se budou zakládat informace o vás. Máte možnost prokázat i své výtvarné schopnosti a ozdobit si svůj spis tak, aby vás co nejvýstižněji popisoval.*“

**Cíl:** Účastníci rozvinou kreativitu a představí sami sebe ostatním spolužákům.

**Délka trvání:** 30 - 40 minut

**Prostředí hry:** v místnosti

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 3

**Personální zajištění:** 1 instruktor

**Pomůcky:** tvrdý papír A4 (pro každého), nůžky, lepidlo, lepicí páska, staré časopisy, noviny, barevné papíry, pastelky, fixy, voskovky.

**Průběh hry:** Každý dostane papír A4, přehne ho napůl, na přední stranu napíše svoje jméno a vyzdobí si ji podle sebe. Během celého kurzu se pak dovnitř budou psát vzkazy pro majitele kartičky. Na konci kurzu si každý vezme svou Homepage domů.

**Zdroj:** JIRÁSEK, Ivo. *Zlatý fond her: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 2. vyd. Praha: Portál, 2008. s. 64. ISBN 978-807-3675-066.

### **Lovci podpisů**

**Motivace:** Paní profesorka: „*Ve vašem vysněném povolání se nevyhnete spoustě papírování a běhání, proto si teď vyzkoušíte, jak to bude probíhat. Budete muset zjišťovat spousty informací a hodně se při tom naběháte.*“

**Cíl:** Účastníci se mezi sebou seznámí a zjistí své záliby, dovednosti a znalosti.

**Délka trvání:** 20 - 30 minut

**Prostředí hry:** hřiště

**Fyzická zátěž:** 3

**Psychická zátěž:** 2

**Personální zajištění:** 3 instruktoři

**Pomůcky:** formulář s otázkami pro každého hráče (příloha č. 3), psací potřeby, podložky na podepisování.

**Průběh hry:** Každý dostane formulář s otázkami a úkolem je získat podpis do všech kolonek tak, aby podpis patřil tomu, kdo zná odpověď na danou otázku nebo splňuje

zadání. Pro získání podpisu je však důležité ve dvojici oběhnout zadanou trasu. Za proběhnutí trasy se získává pouze jeden podpis od spoluběžícího. Hru lze hrát do získání všech podpisů nebo ji omezíme časovým limitem.

**Zdroj:** Dům Ignáce Stuchlého. *Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí: metodika a aktivity v průřezových tématech: osobnostní a sociální výchova a multikulturní výchova*. 1. vyd. Fryšták: Dům Ignáce Stuchlého SKM, 2008, s. 43 ISBN 978-80-254-1956-4.

**Při nepříznivém počasí:** Tuto hru lze hrát v sále hlavní budovy.

### **Nechci se chlubit**

**Motivace:** Paní profesorka: *„Každý z vás je jedinečný a výjimečný, ale ne každý je schopen to o sobě říct. Pro vaši budoucí branži je důležité, abyste znali své přednosti a dary. Proto jsme se rozhodli, že každý řekne jednu svou výjimečnou vlastnost.“*

**Cíl:** Účastníci odbourají strach z ostatních ve skupině.

**Délka trvání:** 10 - 15 minut

**Prostředí hry:** vevnitř i venku

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 4

**Personální zajištění:** 1instruktor

**Pomůcky:** žádné

**Průběh hry:** Posadíme se do kruhu a každý doplní větu: „Nechci se chlubit, ale...“ Takto se střídají všichni přítomní. *Příklad: „Nechci se chlubit, ale umím dobře tančit.“*

**Zdroj:** Dům Ignáce Stuchlého. *Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí: metodika a aktivity v průřezových tématech: osobnostní a sociální výchova a multikulturní výchova*. 1. vyd. Fryšták: Dům Ignáce Stuchlého SKM, 2008, s. 35. ISBN 978-80-254-1956-4.

## **Archa rallye**

**Motivace:** Paní profesorka: „*Ne všechno, co budete dělat, bude pro vás jednoduché. Někdy budete spolupracovat s někým, kdo je vám nesympatický. Někdy dostanete úplně nesmyslné úkoly, ale budete je muset splnit. Abyste si zvykli i na toto, máme pro vás další aktivitu.*“

**Cíl:** Účastníci pracují na odbourávání sociálních zón a rozvoji vztahů.

**Délka trvání:** 20 - 30 minut

**Prostředí hry:** v areálu Archy

**Fyzická zátěž:** 2 - 3

**Psychická zátěž:** 2

**Personální zajištění:** 2 instruktoři

**Pomůcky:** šátky, papír s otázkami pro každého hráče (příloha č. 4), psací potřeby

**Průběh hry:** Účastníci vytvoří dvojice tak, aby každý byl s tím, koho zná nejméně. Každá dvojice dostane papír s otázkami a úkoly a propisku. Dvojice bude mít svázané nohy k sobě.

**Zdroj:** Dům Ignáce Stuchlého. *Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí: metodika a aktivity v průřezových tématech: osobnostní a sociální výchova a multikulturní výchova*. 1. vyd. Fryšták: Dům Ignáce Stuchlého SKM, 2008, s. 65. ISBN 978-80-254-1956-4.

**Při nepříznivém počasí:** Pokud bude pršet tak, že se vážně nebude dávat pohybovat se venku, lze tuto aktivitu hrát vevnitř s tím, že odpovědi na některé otázky se účastníci pokusí tipnout.

V 19 hodin bude večeře. Před jídlem se společně pomodlíme a uděláme pokřik (viz příloha č. 6). Po jídle bude pauza a ve 20:00 začne společný večerní program, ve kterém si s účastníky zahrajeme hry k zábavě, odreagování a společnému poznávání.

## **Večer plný her**

**Cíl:** Studenti zažijí společně strávený čas, během kterého budou plnit zábavné úkoly na rychlost a získají zkušenosti do své praxe.

### **Plácaná**

**Délka trvání:** 10 – 15 minut

**Prostředí hry:** v místnosti

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 3

**Personální zajištění:** 2 instruktoři

**Pomůcky:** žádné

**Průběh hry:** Všichni sedíme v kruhu na zemi a položíme ruce na stůl tak, aby naše pravá ruka překřížovala levou ruku souseda po pravici. Takto nám vznikne pravidelná síť rukou, díky které si posíláme signál. Signál přenášíme tak, že bouchneme dlaní do stolu a pokračuje ruka, která je vedle té naší. Pokud někdo bouchne dvakrát, znamená to, že se mění směr posílání signálu. Která ruka to pokazí, vypadává. Vítězi se stávají poslední dva hráči.

**Zdroj:** BARTŮNĚK, Dušan. *Knihy her a činnosti v klubovně i venku*. 1.vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-717-8618-7.

### **Mrkaná**

**Délka trvání:** 20 - 30 minut

**Prostředí hry:** místnost

**Fyzická zátěž:** 2 - 3

**Psychická zátěž:** 2

**Personální zajištění:** 1 - 2 vedoucí

**Pomůcky:** židlička pro každou dvojici + jedna navíc

**Průběh hry:** Vytvoříme libovolné dvojice, vytvoříme kruh a jeden ze dvojice se posadí na židličku. Jen jeden hráč stojí za prázdnou židli. Stojící hráči mají ruce za zády a sledují hráče sedícího před nimi. Sedící hráči sledují toho, který před sebou má prázdnou stoličku. Ten si vybere jednoho ze sedících hráčů a mrkne na něj. Sedící hráč se snaží utéct ze své židličky a dostat se na volnou židli tak, aby ho hráč stojící za ním nestihl plácnout po zádech. Pokud se ho hlídající hráč dotkne, sedící hráč zůstává na místě. Jestli však stihne utéct, tak v dalším kole mrká ten, kterému sedící hráč utekl.

**Zdroj:** ZAPLETAL, Miloš. *Velká encyklopedie her*. 2. vyd. Praha: Leprez, 1996. s. 483. ISBN 80-901826-9-0.

### **Moukaná**

**Délka trvání:** 20 minut

**Prostředí hry:** místnost

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 2 - 3

**Personální zajištění:** 1 instruktor

**Pomůcky:** miska s moukou, prázdná miska, tatranka, lžíce

**Průběh hry:** Mouku v misce vytvarujeme do „kopečku“, na jehož vrchol položíme čtvrtinu tatranky. Úkolem hráče je přijít k misce s moukou a lžící odebrat část mouky a tu vložit do prázdné misky, a to tak, aby tatranka nespadla. Takto se postupně střídají všichni hráči. Komu tatranka spadne, musí ji vylovit ústy bez použití rukou.

**Zdroj:** Na námět hry: SMOLKOVÁ, Vlasta. *Moukaná. Hranostaj* [online]. 2007 [cit. 11-03-2015]. Dostupné z: <http://www.hranostaj.cz/hra400>

Ve 21:30 se sejdeme na společný večerní Rituál. Pak proběhne v kapli dobrovolná večerní modlitba a ve 23:00 bude večerka. Po skončení celého programu nastane porada vedení a společná modlitba večerních chval vedoucích.

## **Rituál**

**Cíl:** Účastníci zhodnotí prožití celého dne a budou schopni navzájem si děkovat a odpouštět.

**Délka trvání:** 30 minut

**Prostředí aktivity:** místo, na kterém se odehrává vždy jen Rituál

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 2 - 3

**Personální zajištění:** 1 instruktor (ale přítomni by měli být všichni vedoucí)

**Pomůcky:** barevné gázy na výzdobu, svíčky, placky PROMIŇ a DĚKUJI (viz příloha č. 7), přehrávač hudby

**Průběh aktivity:** Posadíme se do kruhu, ve kterém hoří svíčky a uprostřed jsou dvě misky. V jedné jsou placky DĚKUJI a ve druhé placky PROMIŇ. Během hudby, která hraje, každý zhodnotí dnešní den a popřemýšlí, jestli by někomu chtěl za něco poděkovat nebo ho poprosit o odpuštění. Po skončení písničky může každý postupně vejít do kruhu, vzít si placku a někomu ji darovat. Pravidlem je, že v kruhu stojí vždy jen jeden člověk a při darování placku může říci dotyčnému nahlas či potichu, proč mu ji daruje. Každý může darovat jen jednu placku DĚKUJI a jednu placku PROMIŇ.

## 4.2 2. den

### 4.2.1 Cíl dne

Účastníci se mezi sebou poznají hlouběji a pracují na spolupráci ve skupině.

### 4.2.2 Program dne

Budíček vedoucích bude v 6:30 a v 7:00 se sejdou v kapli na společné modlitbě ranních chval. V 7:30 bude budíček a rozcvička (v nočních košilích), pak bude prostor na hygienu a pro dobrovolníky bude nabídka ranní modlitby v 8:10. V 8:30 bude společná snídane, kterou zahájíme krátkou modlitbou před jídlem.

V 9:15 se sejdeme na dopolední blok her. Dopolední blok zahájíme první částí hry Básníci a budeme pokračovat hrou Šišky. Dopolední blok ukončíme druhou částí hry Básníci.

#### **Básníci**

**Motivace:** Scénka: *„Kristy, já fakt nevím, jakou básničku mám pro ty děcka do školky vybrat. Přijde mi, že všechno už znají.“ „A co kdyby sis nějakou vymyslela?“ „Vymyslela? To není špatný nápad.“*

Paní profesorka: *„Jak jste viděli, tak i zkušeným pedagožkám mohou dojít nápady. U vás to však bude jistě jinak a budete schopni si v takové situaci poradit. Proto si teď vyzkoušíte sami složit krátkou básničku o sobě o 5 řádcích s tím, že první a poslední řádek se bude opakovat.“*

**Cíl:** Účastníci rozvinou svou kreativitu a spolupráci.

**Délka trvání:** 30 minut + 30 minut

**Prostředí hry:** hřiště/louka rozdělená na poloviny

**Fyzická zátěž:** 3

**Psychická zátěž:** 3

**Personální zajištění:** 4 instruktoři

**Pomůcky:** papíry, psací potřeby, stopky

**Průběh hry:** V první části si účastníci vymyslí krátkou básničku o sobě. Básnička bude mít 5 řádků s tím, že první a poslední řádek se opakují. (např. Já jsem Danka z Pasek



a mám slabý hlásek. Ráda si hraji, tančím, zpívám, když jsem unavená, řádně zívám. To jsem já, Danka z Pasek.)

V druhé části hry pak vedoucí vylepí tyto básničky na hrací pole a všechny básničky si sepíše. Hráči budou rozděleni do náhodných dvojic. Úkolem hráče číslo jedna bude najít básničku, naučit se ji nazpaměť, běžet ke spoluhráčovi a naučit ho básničku. Spoluhráč poběží k vedoucím a řekne jim básničku. Dvojice se snaží naučit se tímto způsobem co nejvíce básniček. Hra bude ukončena po uplynutí časového limitu 30 minut.

**Zdroj:** Upraveno na námět: ZAPLETAL, Miloš. *Velká encyklopedie her*. 2. vyd. Praha: Leprez, 1996. s. 79-82. ISBN 80-901826-9-0.

### Šišky

Tuto hru jsem zařadila proto, že účastníci jsou studenti pedagogického oboru a budou v budoucnu tvořit aktivity pro děti a mládež. Chtěla jsem jim tím ukázat, že i když vymyslí program, kterým zabaví hráče na půl hodiny, ale nemá žádný cíl, nemá smysl takovou aktivitu vůbec dělat.

**Motivace:** Přiběhne vedoucí a nadšeně volá: „*Haló, všichni poslouvejte, zahrajeme si úplně skvělou hru. Potřebujeme k tomu šišky, tak rychle běžte do lesa a nasbírejte si každý asi 10 šišek.*“

**Cíl:** Účastníci se zamyslí nad smyslem tvoření aktivit.

**Délka trvání:** 30 minut hra + 20 minut reflexe

**Prostředí hry:** les se šíškami, louka/hřiště

**Fyzická zátěž:** 2 - 3

**Psychická zátěž:** 2 - 3

**Personální zajištění:** 1 instruktor

**Pomůcky:** blízkost lesa se šíškami

**Průběh hry:** Hráči dostanou jednoduchou instrukci, najít v lese alespoň 10 šišek a položit je na hrací plochu. Další instrukce bude, aby hráči postupně přenášeli šišky

z jedné strany na druhou a nezastavovali se. Také mohou házet šišky do stromu, co nejdál, postavit z šišek co největší hromadu... Důležité je vymýšlet úkoly, které nemají žádný cíl a smysl.

**Reflexe:** V reflexi se zaměříme na pocity hráčů při hře a také smysl her. A ptáme se: *Jak jste se cítili? Co jste si mysleli? Proč si myslíte, že jsme tuto hru zařadili do programu? Jak by se hra dala upravit, aby byla účelná?*

**Zdroj:** ZOUNKOVÁ, Daniela. *Zlatý fond her III: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 1. vyd. Praha: Portál, 2013. s. 122. ISBN 978-80-262-0394-0.

Ve 12:00 bude oběd a po obědě bude následovat siesta, ve které bude od 13:30 nabídka workshopů (sportovní, deskové hry, výtvarný, zpívání u kytary). Každý workshop bude mít na starost jeden z vedoucích.

**Workshopy:** Sportovní - volejbal nebo fotbal

Výtvarný - tvoření

Deskové hry – nabídka různých deskových a karetních her

Zpívání u kytary - zpívání písniček při kytaře

Ve 14:30 se sejdeme na první odpolední blok her, ve kterém proběhne strategicky náročnější hra, která je zároveň náročná na spolupráci a komunikaci ve skupině, a to hra Sociální systém.

### **Sociální systém**

**Cíl:** Studenti komunikují ve skupině, společně vymýšlí taktiku a strategii a posilují spolupráci ve skupině.

**Délka trvání:** 1,5 hodiny

**Prostředí hry:** louka, les

**Fyzická zátěž:** 3 - 4

**Psychická zátěž:** 3

## **Personální zajištění:** 5 instruktorů

**Pomůcky:** Spousta drobných předmětů zastupující materiální a personální zajištění (např. dítě = kamínek, hračka = šroubek atp.), seznam personálního a materiálního zabezpečení všech zařízení (viz příloha č. 8), mapka hracího pole se zaznačenými stanovišti, tabulka období (viz příloha č. 9), stopky, psací potřeby, mapa herního pole.

**Průběh hry:** Ještě před začátkem hry rozmístíme v okolí herního prostoru 20 stanovišť s jednotlivými předměty a nakreslíme mapu herního pole se zaznačenými stanovišti. Účastníky rozdělíme do 3 skupin a každá skupina bude mít svou základnu. Úkolem hráčů bude zachránit fungování sociálního systému a to tak, že zajistí vše potřebné k provozu čtyř zařízení: školky, LDN, azylového domu a charity. Každá skupinka dostane seznam zařízení s potřebným personálním a materiálním zajištěním, které budou sbírat na dvaceti rozmístěných stanovištích.

Hra trvá „tři roky“; každý rok má 20 minut a je rozdělen na čtyři roční období po 5 minutách. Změny období se vyhláší, na konci roku je přestávka a domluva strategie týmu. Potřebný materiál a personál, který představují kartičky, hráči získají tak, že doběhnou do daného stanoviště pro kartičku a přinesou ji do své základny. Hráč může nést vždy jen jednu kartičku. Běhají všichni členové skupinky kromě jednoho, který musí být neustále v základně, tohoto hráče lze vystřídat po skončení roku. V některých obdobích se zmnožuje počet přineseného. Podle speciální tabulky období si hráči zjistí, která kartička bude pro ně v kterém období výhodnější. Cílem hry je zachránit co nejvíce zařízení. Vyhrává skupinka, která bude mít nejvíce fungujících zařízení.

Pro snadnější hodnocení je dobré, aby každou skupinku kontroloval jeden z vedoucích a počítal její přinesené předměty.

**Zdroj:** Na námět: JIRÁSEK, Ivo. *Zlatý fond her: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 2. vyd. Praha: Portál, 2008. s. 60-61. ISBN 978-807-3675-066.

V 16:30 zahájíme 2. odpolední blok, ve kterém vyluštíme Detektivní záhadu. Detektivka bude rozdělena na tři části. První dvě části proběhnou před večerí a další část až po večerí. Večeře bude v 19:00. Ve 20:00 se sejdeme na Společenský večer, během

kterého se dozví něco o škole, a proběhne také diskuze s třídní učitelkou a absolventy školy.

### **Detektivní záhada**

**Motivace:** Scénka: *Na zemi leží osoba. Přichází 2 babičky, které si všimnou ležící postavy a zavolají detektiva. Detektiv zjistí, že se stala vražda, a podle nalezených důkazů v blízkosti zavražděného rekonstruuje případ.*

**Cíl:** Účastníci rozvíjejí svou spolupráci a tvůrčího ducha ve skupině.

**Délka trvání:** 60 minut + 45 minut + 20 minut

**Prostředí hry:** kdekoli

**Fyzická zátěž:** 1 - 2

**Psychická zátěž:** 2

**Personální zajištění:** 2 instruktoři

**Pomůcky:** kostýmy, papíry, propisky, drobné rekvizity pro indicie

**Průběh hry:** Hráči se rozdělí do čtyř skupin po 4 lidech. Úkolem skupiny bude během hodiny vymyslet a sepsat příběh s detektivní záhadou a najít vhodné místo, na kterém zanechají indicie sloužící k vyřešení případu. Po hodině času se skupiny přemístí na místo vedlejší skupinky a pokusí se během následujících 45 minut vyřešit a sepsat případ pomocí indicií. Ve třetí části hry se všichni sejdou u místa činu a skupinka, která případ řešila, nám přečte příběh a poté se přečte originální verze příběhu. Takto se obejdou všechna místa činu.

**Zdroj:** ZOUNKOVÁ, Daniela. *Zlatý fond her III: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 1. vyd. Praha: Portál, 2013. s. 111. ISBN 978-80-262-0394-0.

### **Společenský večer**

**Prezentace o škole** – Pomocí prezentace vytvořené z fotek představíme účastníkům Církevní střední odbornou školu a Domov mládeže. Nabídneme jim možnosti trávení volného času a seznámíme je se základními pravidly ve škole a domově mládeže.

**Diskuze se zajímavými hosty** – Diskuze se bude účastnit třídní učitelka a dvě absolventky, kterým bude profesorka Filoména Rajnošková pokládat otázky (viz příloha č. 10) týkající se studia na škole. I studenti budou mít prostor, ptát se na cokoli kohokoli z hostů.

Ve 21:30 ukončíme den Rituálem a dobrovolnou večerní modlitbou. Ve 23:00 bude večerka. Po skončení dobrovolné večerní modlitby se vedoucí sejdou na poradě a společně ukončí den modlitbou.

## 4.3 3. den

### 4.3.1 *Cíl dne*

Účastníci jsou schopni spolupracovat se skupině v klidné i náročné situaci.

### 4.3.2 *Program dne*

Budíček pro vedoucí a následná modlitba bude v 6:30. Poté bude v 7:30 budíček a rozcvička (spartakiáda) pro účastníky. V 8:15 bude nabídnuta ranní modlitba v kapli a v 8:30 bude společná snídaně. V 9:15 začne dopolední blok her: Aktivity zaměřené na důvěru a spolupráci.

#### **Aktivity zaměřené na důvěru a spolupráci**

**Cíl:** Účastníci pracují na rozvoji důvěry a spolupráce.

**Motivace:** Paní profesorka: „Právě vás čeká náročná zkouška. Ve vašem oboru jistě nebudete schopni všechno stíhat a dělat sami. Proto budete mít, v lepším případě, kolem sebe lidi, kteří vám pomohou. Ale dokážete se na ně vždy spolehnout? Budete s nimi vždycky schopni spolupracovat? Budete si rozumět?“

#### **Vedení ve dvojici**

**Délka trvání:** 20 - 25 minut

**Prostředí aktivity:** zahrada

**Fyzická zátěž:** 2

**Psychická zátěž:** 3

**Personální zajištění:** 2 instruktoři

**Pomůcky:** šátky, stopky

**Průběh aktivity:** Účastníci vytvoří libovolné dvojice. Jeden z dvojice si zaváže oči a prvním úkolem druhého hráče bude chytit jej za ruku a vodit ho kdekoliv po zahradě. Po uplynutí 3 minut vedoucí vyhlásí změnu a hráči se prostřídají. Po dalších 3 minutách se změní styl vedení a to tak, že se hráči budou dotýkat jen konečky svých ukazováčků. Po 3 minutách se zase vystřídají. Poslední úkol bude, že se hráč, který nemá zavázané oči, bude ukazováčkem dotýkat špičky nosu hráče se zavázanýma očima.

**Zdroj:** Dům Ignáce Stuchlého. *Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí: metodika a aktivity v průřezových tématech: osobnostní a sociální výchova a multikulturní výchova*. 1. vyd. Fryšták: Dům Ignáce Stuchlého SKM, 2008, s. 83. ISBN 978-80-254-1956-4.

### **Přehazování se v trojici**

**Délka trvání:** 20 minut

**Prostředí aktivity:** zahrada

**Fyzická zátěž:** 2

**Psychická zátěž:** 2 - 3

**Personální zajištění:** 2 instruktoři

**Pomůcky:** šátky na oči do trojice

**Průběh aktivity:** Účastníci vytvoří trojice, jeden z nich si zaváže oči a stoupne si mezi dvojici. Dvojice si bude prostředního přehazovat mezi sebou.

**Zdroj:** NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě: [od 9 do 99 let]*. 1. vyd. Praha: Portál, 1998, s. 149. ISBN 80-7178-218-1.

### **Ulička důvěry**

**Délka trvání:** 15 minut

**Prostředí aktivity:** rovná plocha na zahradě

**Fyzická zátěž:** 3

**Psychická zátěž:** 2 - 3

**Personální zajištění:** 2 instruktoři

**Pomůcky:** žádné

**Průběh aktivity:** Vytvoříme uličku tak, že se rozdělíme do dvou řad, které si stoupnou naproti sebe na vzdálenost loktů. Jeden hráč probíhá uličkou a ostatní hráči těsně

před ním zvednou ruce, aby mohl proběhnout. Probíhající hráč by neměl zpomalovat ani si krýt obličej. Postupně se vystřídají všichni hráči.

**Zdroj:** NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě: [od 9 do 99 let]*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1998, s. 150 - 151. ISBN 80-7178-218-1.

### **Tanec na kládě**

**Délka trvání:** 15 - 20 minut

**Prostředí aktivity:** venku

**Fyzická zátěž:** 2

**Psychická zátěž:** 2

**Personální zajištění:** 2 instruktoři

**Pomůcky:** dlouhá kláda/zídka

**Průběh aktivity:** Účastníci se postaví na kládu v libovolném pořadí. Vedoucí dá pokyn, aby se všichni seřadili abecedně podle křestního jména. Hráči nesmí spadnout z klády, všichni musí stále zůstat na kládě. Druhý úkol bude seřadit se od nejvyššího po nejmenšího. Od teď však hráči nesmí mluvit. Další možnosti řazení jsou: podle délky vlasů, dle věku, barvy očí, počtu sourozenců...

**Zdroj:** KOLAŘÍK, Marek. *Interakční psychologický výcvik*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011, 159 s. Psyché (Grada), s. 83. ISBN 9788024729411.

**Reflexe:** Rozdělíme účastníky na dvě skupinky a každou skupinku povede jeden vedoucí. Budeme se ptát: „*Jak jste se cítili? Dokázali jste ve skupinkách/dvojicích spolupracovat? Která aktivita byla pro vás nejpříjemnější? Kterou byste naopak už nechtěli hrát?*“

Ve 12 hodin proběhne oběd a následně odpolední siesta, ve které budou od 13:30 probíhat dobrovolné workshopy (sportovní, výtvarný, deskové hry, zpívání u kytary). Ve 14:30 začne náročný odpolední blok, ve kterém si účastníci zahrají hru Camel trophy. Po této hře bude následovat reflexe. Po reflexi budou účastníci ve skupinkách nacvičovat scénky na Společenský večer.



## **Camel trophy**

**Motivace:** Scénka: *Start a cíl automobilového závodu. Bude odstartován závod, auto se rozjede a pak projede cílem (žáci jsou namotivováni k povzbuzování a jásání, může být mexická vlna).*

**Cíl:** Účastníci spolupracují, trénují vytrvalost a překonávají sebe sama.

**Délka trvání:** 2 - 3 hodiny

**Prostředí hry:** členitý terén

**Fyzická zátěž:** 5

**Psychická zátěž:** 3 - 4

**Personální zajištění:** 4 instruktoři

**Pomůcky:** fáborcky, 2x pneumatika, dlouhá dřevěná tyč, stopky, auto se startovním číslem, start a cíl.

**Průběh hry:** Hráči jsou rozděleni do 3 skupin a jejich úkolem je třikrát co nejrychleji proběhnout vyznačenou trasu v lese (je dobré mít složitý terén) s tím, že každé družstvo bude jedenkrát válet pneumatiku (velikost pneumatik a složitost terénu závisí na zdatnosti hráčů), jedenkrát ponese dlouhou dřevěnou tyč a jednou hráči poběží jen chyceni za ruce. Pořadí si mohou vybrat sami. Podél trasy by měli být rozmístěni vedoucí, aby kontrolovali hráče. Každé kolo se bude stopovat a čas se zapíše. Každá kategorie (pneumatika, dřevěná tyč a ruce) se pak bude vyhodnocovat.

**Reflexe:** Otázky k reflexi: *Jak jste se cítili? Co pro vás bylo příjemné, co bylo naopak nejhorší? Jaká se vám zdála být trasa? Náročná, lehká? Co ostatní spoluhráči?*

**Zdroj:** ZOUNKOVÁ, Daniela. *Zlatý fond her III: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 1. vyd. Praha: Portál, 2013. s. 53-54. ISBN 978-80-262-0394-0.

## **Scénky – Pohádky jinak**

**Cíl:** Účastníci se zbavují strachu veřejně vystupovat.

**Délka trvání:** 60 minut

**Prostředí aktivity:** místnost

**Fyzická zátěž:** 1 - 2

**Psychická zátěž:** 2

**Personální zajištění:** 1 instruktor

**Pomůcky:** kostýmy, líčidla, lístečky s názvy pohádek (O perníkové chaloupce; O Červené Karkulce; O kůzlátkách), lístečky se slovy pro každou skupinku (např. lokomotiva, maturita, jahoda, ponožka atd.)

**Průběh aktivity:** Účastníci jsou rozděleni do tří skupinek jako při předchozí hře. Každá skupinka si vylosuje zadání pohádky, kterou bude hrát, a ještě lísteček, na kterém bude 5 různých nijak nesouvisejících slov, které musí ve své scénce použít. Skupinky budou mít 60 minut, během kterých nacvičí podle zadání scénku asi na 5 minut. Scénky si pak předvedeme v průběhu posledního společného večera.

V 18:30 hodin se všichni sejdem na večeři, po které si mohou účastníci dotvořit scénky, a ve 20 hodin zahájíme večerní program, rozděláme oheň, budeme hrát připravené scénky – Pohádky jinak a budeme taky hrát na kytaru, zpívat, povídat si a můžeme si zahrát hru k táboráku – Já, Vašíček, bez čárky.

## **Já, Vašíček, bez čárky**

**Délka trvání:** 20 – 30 minut

**Prostředí hry:** u táboráku

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 1 - 2

**Personální zajištění:** 1 instruktor

**Pomůcky:** uhlík/tužka na oči

**Průběh hry:** Sedíme v kruhu a vedoucí začne říkat: „*Já, Vašíček, bez čárky, volám Barču, bez čárky!*“ Barča odpoví: „*Já, Vašíček, bez čárky, volám Ondru, bez čárky!*“ Pokud se někdo splete, tzn., že řekne své jméno namísto Vašíček nebo vyvolá jméno, které není v kruhu, namaluje se mu na tvář čárka. Hra pak dále pokračuje stejným způsobem, jen se při vyvolávání jména musí říct počet nakreslených čárek na tváři. Pokud se vyvolávající splete s počtem čárek, namaluje se mu čárka. Obměnou hry může být, že se namísto čárek malují různé obrázky.

**Zdroj:** ZOUBEK, Vilém. Cvičíme smysly, paměť, postřeh a důvtip. *Podskaláček* [online]. [cit. 2015-03-11]. Dostupné z:

<http://www.zoubek.cz/homepage/hry/piohry1.html>

Rituál bude tento den posunut až na 22:00 a po něm bude následovat dobrovolná modlitba a večerka se prodlouží na 23:45. Po programu proběhne porada vedení a následná modlitba vedoucích.

## 4.4 4. den

### 4.4.1 Cíl dne

Účastníci hodnotí kurz, jsou schopni rozlišit negativní a pozitivní chvíle prožité na kurzu.

### 4.4.1 Program dne

Dnešní budíček bude posunut pro vedoucí až na 7:00 a pro účastníky na 8:00. Vedoucí se sejdou v 7:30 na modlitbu. Rozcvička dnes nebude. Dobrovolná ranní modlitba proběhne v 8:20 v kapli a snídaně bude v 8:45. V 9:30 zahájíme dopolední blok hrou Reportéři z nebes a po ní proběhne hodnocení a ukončení celého týdne a slavnostní rozdávání osvědčení.

### **Reportéři z nebes**

**Motivace:** Scénka: V křeslech sedí vedoucí a přijde paní profesorka a všechny je chválí za jejich obětavost a nadšení pro práci. Každý přijímá pochvalu jinak, někdo s úsměvem, jiný se krčí a ostýchá a další se jí to snaží vymluvit. Pak se profesorka otočí k účastníkům: „*Milí studenti, i vy můžete být někdy pochváleni za vaši snahu. Jak přijímáte pochvalu? A dokážete i vy chválit? Nebo se vám lépe nadává?*“

**Cíl:** Účastníci umí přijímat chválu a ocenění, a také chválit druhé.

**Délka trvání:** 2 minuty na každého účastníka

**Prostředí hry:** místnost

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 2 - 3

**Personální zajištění:** 1 instruktor (ale přítomni by měli být všichni vedoucí)

**Pomůcky:** křeslo, může být i červený koberec vedoucí ke křeslu

**Průběh hry:** Postupně po jednom budou přicházet účastníci a sednou si na minutu na křeslo. Během této minuty budou ostatní chválit sedícího a vyzdvihovat jeho klady.

**Zdroj:** *Zlatý fond her IV: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 1. vyd. Praha: Portál, 2013. s. 101-102. ISBN 978-80-262-0336-0.

## **Obavy a očekávání II.**

**Motivace:** Scénka dvou vedoucích: „*Hmm, tak nakonec to taková hrůza nebyla. Jako ty rozcvičky byly jednoduché, ale nakonec jsem si to vážně užila. Co ty?*“

**Délka trvání:** 15 minut

**Prostředí hry:** místnost

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 1 - 2

**Personální zajištění:** 1 instruktor (ale přítomni by měli být všichni vedoucí)

**Pomůcky:** papír „Obavy a očekávání“ (z 1. dne)

**Průběh hry:** Vezmeme si papír, na který jsme první den sepsali naše obavy a očekávání z celého kurzu, a zeptáme se účastníků, jak se konkrétní obavy a očekávání plnily nebo se vytrácely.

## **Hodnocení týdne**

**Motivace:** Profesorka Filoména Rajnošková: „*Milí studenti, při svém studiu získáváte zpětnou vazbu za vaše výkony. Nyní se stanete hodnotícími a budete hodnotit naše výkony.*

*A aby to pro vás bylo aspoň příjemné a jednodušší, napíšete hodnocení tak, jako byste psali dopis kamarádovi o tom, co jste tady zažili, co se vám líbilo, a co naopak ne.“*

**Cíl:** Vedoucí zjistí, co se účastníkům na kurzu líbilo a co nelíbilo.

**Délka trvání:** 20 – 30 minut

**Prostředí hry:** místnost

**Fyzická zátěž:** 1

**Psychická zátěž:** 1 - 2

**Personální zajištění:** 1 instruktor

**Pomůcky:** papíry, propisky

**Průběh hry:** Rozdáme každému účastníkovi papír a propisku a jeho úkolem bude napsat hodnocení celého kurzu, jako by psal dopis kamarádovi. Připomeneme účastníkům, že hodnocení je anonymní

Nakonec si rozdělíme úklid celého areálu a sbalíme si věci. V 11:45 se všichni sejdou k oficiálnímu ukončení programu a účastníci i vedoucí dostanou osvědčení z kurzu (viz přílohy č. 11, 12, 13 a 14). Po odjezdu účastníků se sejdou vedoucí ke zhodnocení celého kurzu, přečtou si hodnocení od účastníků, zkontrolují úklidy a předají areál.

## **Závěr**

Hlavním cílem mého bakalářského projektu bylo vytvořit návrh čtyřdenního programu adaptačního kurzu pro Církevní střední odbornou školu Bojkovice. Cílem tohoto adaptačního kurzu je ulehčit novým studentům prvního ročníku přechod na střední školu, seznámit je mezi sebou, se školou a dát prostor pro vytvoření kolektivu třídy. Aktivity v projektu jsou zaměřeny na seznámení, stmelování, spolupráci a společné prožívání zážitků.

Projekt byl tvořen pěti kapitolami. V první kapitole definujeme adaptační kurz, jeho historii, základní pilíře, cíle a také zmiňujeme několik organizací připravující adaptační kurzy. Druhá kapitola popisuje cílovou skupinu projektu, kterou jsou adolescenti. Zabývá se jejich fyzickým, kognitivním, emočním a sociálním vývojem. Ve třetí kapitole jsme stručně představili Církevní střední odbornou školu Bojkovice, pro kterou je tento projekt vytvořen. Čtvrtá kapitola nám ukázala základní informace o celém projektu. Pátá kapitola nám ukázala celý průběh adaptačního kurzu den po dni se všemi aktivitami a hrami. Na konci kurzu by se účastníci měli cítit dobře a měli by se navzájem lépe znát.

Projekt, zvláště pátá kapitola - popis aktivit a her, je tvořen tak, aby mohl být použit bez větších příprav. Od vedoucích se očekává nadšení a zájem, aby tak přispěli k naplnění cílů celého kurzu.

V přílohách přikládám potřebné materiály k aktivitám a hrám. Připojuji také scénář kurzu (viz příloha č. 15), který shrnuje celý program a je to také přehledná pomůcka pro vedoucí. V příloze číslo 16 a číslo 17 můžeme vidět křivky fyzické a psychické náročnosti celého kurzu.

## Literatura

### Odborná literatura

BARTŮŇEK, Dušan. *Kniha her a činností v klubovně i venku*. 1.vyd. Praha: Portál, 2002. 191 s. ISBN 80-717-8618-7.

DUBEC, Michal. *Adaptační (stmelovací) soustředění: Kurz osobnostní a sociální výchovy pro žáky 6. ročníků ZŠ a primy gymnázia*. 1. vyd. Praha: Projekt Odyssea, 2007. 53 s. ISBN 978-80-871455-22-7.

DŮM Ignáce Stuchlého. *Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí: metodika a aktivity v průřezových tématech: osobnostní a sociální výchova a multikulturní výchova*. 1. vyd. Fryšták: Dům Ignáce Stuchlého SKM, 2008, 139 s. ISBN 978-80-254-1956-4.

DŮM Ignáce Stuchlého. *Orientační dny: rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj*. 1. vyd. Fryšták: DIS SKM, 2012, 200 s. ISBN 978-80-260-1785-1.

HRKAL, Jan; HANUŠ, Radek. *Zlatý fond her II.: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 5.vyd. Praha: Portál, 2011. 165 s. ISBN 978-807-3679-231.

JIRÁSEK, Ivo. *Zlatý fond her: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 2. vyd. Praha: Portál, 2008. 155 s. ISBN 978-80-7367-506-6.

KOLAŘÍK, Marek. *Interakční psychologický výcvik*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. 159 s. ISBN 978-80-247-2941-1.

NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě: [od 9 do 99 let]*. 1. vyd. Praha: Portál, 1998, 325 s. ISBN 80-7178-218-1.

PAKOSTA, J. *Adaptační kurz – nástroj změny školního klimatu*. In *Klima současné české školy*. Olomouc: Konvoj, 2003.

PELÁNEK, Radek. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. 208 s. ISBN 987-80-7367-353-6.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. 2.vyd. Praha: Portál, 2004. 390 s. ISBN 80-7178.829-5.

SHAFFER, David R. *Developmental psychology: childhood and adolescence*. 6. vyd. Belmont, CA: Wadsworth Thomson Learning, 2001. ISBN 0-534-57214-6.



SÝKORA, J. *Zážitkové kurzy jako nástroj pedagoga volného času*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2006. ISBN 80-7041-380-8.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. 175 s. ISBN 978-80-244-2141-4.

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

ZAPLETAL, Miloš. *Velká encyklopedie her*. 2. vyd. Praha: Leprez, 1996. 604 s. ISBN 80-901826-9-0.

*Zlatý fond her IV: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 1. vyd. Praha: Portál, 2013. 160 s. ISBN 978-80-262-0336-0.

ZOUNKOVÁ, Daniela. *Zlatý fond her III: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. 1. vyd. Praha: Portál, 2013. 152 s. ISBN 978-80-262-0394-0.

### **Internetové zdroje:**

Archa. *Ado.cz*. [online]. [cit. 28-12-2014].  
Dostupné z: <http://www.ado.cz/sarkander/archa/?id=3>

Česká cesta. *Ceskacesta.cz*. [online]. [cit. 08-11-2014].  
Dostupné z: <http://www.ceskacesta.cz/cs/o-nas/profil-spolecnosti>

Dokážu to!. *Dokazuto.cz*. [online]. [cit. 2014-10-09]. Dostupné z: <http://www.dokazuto.cz/>

Historie. *Outwardbound.net*. [online]. [cit. 03-03-2015].  
Dostupné z: <http://www.outwardbound.net/about-us/history/>

Historie. *Hnuti-go.cz*. [online]. [cit. 2014-09-25]. Dostupné z: [http://www.hnuti-go.cz/index.php?option=com\\_content&view=article&id=47&Itemid=54](http://www.hnuti-go.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=47&Itemid=54)

Město Bojkovice. *Bojkovice.cz*. [online]. 2007 [cit. 17-12-2014].  
Dostupné z: <http://bojkovice.cz/>

SMOLKOVÁ, Vlasta. Moukaná. *Hranostaj* [online]. 2007 [cit. 11-03-2015].  
Dostupné z: <http://www.hranostaj.cz/hra400>

Témata kurzů. *Frystak.sdb.cz*. [online]. [cit. 04-03-2015].  
Dostupné z: <http://frystak.sdb.cz/orientacni-dny/podrobnejsi-charakteristika/temata-kurzu//>

Ubytování. Csos.op.cz. [online]. 2013 [cit. 8-04-2015]  
Dostupné z: <http://csos.op.cz/ubytovani/>

ZOUBEK, Vilém. Cvičíme smysly, paměť, postřeh a důvtip. *Podskaláček* [online]. [cit. 2015-03-11]. Dostupné z: <http://www.zoubek.cz/homepage/hry/piohry1.html>

ŽÁK, Miroslav. *Adaptační příběh*. [online]. 2010 [cit. 09-10-2014].  
Dostupné z: <http://www.gymnasion.org/archive/article/adapta-n-p-b-h>

### **Další zdroje**

Církevní střední odborná škola Bojkovice. *Almanach CSOŠ Bojkovice*. Bojkovice, 2012.  
29 s.

Téma: Ekonomická situace. Informace poskytla PharmDr. Helena Hřebačková, ředitelka  
CSOŠ Bojkovice, 28. 1. 2015.

Téma: Činnost školy. Informace poskytla PharmDr. Helena Hřebačková, ředitelka CSOŠ  
Bojkovice, 28. 1. 2015.

## **Seznam příloh**

Příloha č. 1 - Přihláška

Příloha č. 2 - Písemné prohlášení rodičů

Příloha č. 3 – Lovci podpisů

Příloha č. 4 - Archa rallye

Příloha č. 5 – Odpovědi na Archa rallye

Příloha č. 6 - Seznam pokřiků

Příloha č. 7 - Placky

Příloha č. 8 - Sociální systém – Seznam zařízení

Příloha č. 9 - Sociální systém – Tabulka období

Příloha č. 10 – Otázky do diskuze

Příloha č. 11 – Osvědčení pro účastníky

Příloha č. 12 – Osvědčení pro vedoucí

Příloha č. 13 – Osvědčení pro třídního učitele

Příloha č. 14 – Osvědčení pro kuchaře

Příloha č. 15 - Scénář kurzu

Příloha č. 16 – Křivka fyzické zátěže na akci

Příloha č. 17 – Křivka psychické zátěže na akci

## Adaptační kurz

CSOŠ Bojkovice 2015



**Termín:** 8. – 11. 9. 2015

**Místo:** ARCHA Rajnochovice

**Cena:** 1 000 Kč

**Údaje o účastníkovi:**

**Jméno a příjmení:** .....

**Adresa:** ..... **PSČ:** .....

**Datum narození:** ..... **Telefonní číslo:** .....

**Zdravotní pojišťovna:** .....

**Email účastníka:** .....

**Kontakt na rodiče / zák. zást.:**

**Otec - Jméno, telefon:** .....

**Matka - Jméno, telefon:** .....

**Důležité informace o zdravotním stavu účastníka:**

**Léky:** nebere / bere - jaké a kdy?

**Alergie:** ne / ano - na co?

**Diety:**

**Sport:** může / nemůže - jaký nemůže?

**Jiné závažnější problémy:**

\_\_\_\_\_  
**Podpis zákonného zástupce**

## **Písemné prohlášení rodičů (zákonných zástupců)**

Prohlašuji, že ošetřující lékař nenařídil  
studentovi/studentce.....

narozené/mu ..... bytem.....

změnu režimu, student/studentka nejeví známky akutního onemocnění (průjem, teplota apod.) a okresní (příslušný) hygienik ani ošetřující lékař mu nenařídil karanténní opatření. Není mi též známo, že v posledních dvou týdnech přišlo tento student/tato studentka do styku s osobami, které onemocněly přenosnou nemocí.

Dítě je schopno zúčastnit se adaptačního kurzu od 8. 9. do 11. 9. 2015

Jsem si vědom/vědoma právních následků, které by mě postihly, kdyby toto mé prohlášení nebylo pravdivé.

Souhlasím též s podáváním základních léků (léky bez předpisu) na adaptačním kurzu. Léky bude podávat osoba s kvalifikací Zdravotník zotavovacích akcí nebo jím pověřená dospělá osoba. Jedná se o základní běžně používané léky jako např. Paralen, Panadol, Endiaron, Carbosorb apod.

Souhlasím také s použitím fotografických materiálů pořízených na této akci pro informační a propagační účely (např. letáček, plakát, zveřejnění na internetu) včetně těch, na kterých je zachycen účastník.

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

(datum ze dne odjezdu studenta/studentky na adaptační kurz)

---

Podpis zákonného zástupce



## Podpisový arch

Kdo má více než 3 sourozence.

Kdo rád zpívá.

Kdo bydlí na vesnici.

Kdo hraje na nějaký strunný nástroj.

Kdo má doma domácí zvíře.

Kdo rád jí čokoládu.

Kdo umí německy.

Kdo nemá rád hříby.

Kdo bydlí na Domově mládeže.

Kdo rád chodí do školy.

Kdo rád sportuje.

Kdo má doma psa.

Kdo je blondatý.

Kdo má velikost nohy více než 40.

Kdo má dioptrické brýle.

Kdo má rád modrou barvu.

Kdo nosí ponožky v sandálech.

Kdo byl někdy u moře.

Kdo do školy dojíždí.

Kdo rád hraje fotbal.

Kdo je nejmladší ze sourozenců.

Kdo nemá rád lidi.

### ARCHA rallye

1. Kolik je v areálu celkem velkých dřevěných chatek?

2. Kolik oken je v jídelně?

3. Jaké číslo popisné má ARCHA?

4. Ve kterém řeholním řádu je sestra Marie?

5. Komu je zasvěcená kaple na Arše?

6. Kolik oken má chatka č. 4?

7. Jaký je znak ARCHY?

8. Kde se nachází kukaň?

9. Kdo je ředitelem CSOŠ Bojkovice?

10. Jak se jmenuje autobusová zastávka pod ARCHOU?

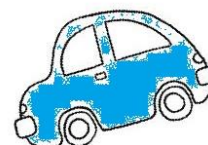
11. Kolik je celkem malých chatek?

12. Kolik laviček je celkem v kapli?

13. Kolik záchodů je na dámských záchodech v hlavní budově?

14. Kolik je nás tady celkem (studenti, vedoucí, stravovací sekce)?

15. Kolik oborů nabízí CSOŠ Bojkovice ke studiu?



## Příloha č. 5 – Odpovědi na Archa rallye

1. Kolik je v areálu celkem velkých dřevěných chatek?  
*V areálu Archy je celkem 6 velkých dřevěných chatek.*
2. Kolik oken je v jídelně?  
*Jídelna má 20 oken.*
3. Jaké číslo popisné má ARCHA?  
*Číslo popisné Archy je 196.*
4. Ve kterém řeholním řádu je sestra Marie?  
*Sestra Marie je řeholnice dominikánského řádu.*
5. Komu je zasvěcená kaple na Arše?  
*Kaple je zasvěcená sv. Sarkandrovi.*
6. Kolik oken má chatka č. 4?  
*Chatka č. 4 má 8 oken.*
7. Jaký je znak ARCHY?  
*Znakem Archy je žluté sluníčko.*
8. Kde se nachází kukaň?  
*Kukaň je vedle krbovny, mezi hlavním vchodem a obývánkem.*
9. Kdo je ředitelem CSOŠ Bojkovice?  
*Ředitelkou CSOŠ Bojkovice je PharmDr. Helena Hřebačková (sestra Miriam).*
10. Jak se jmenuje autobusová zastávka pod ARCHOU?  
*Autobusová zastávka se jmenuje Košovy.*
11. Kolik je celkem malých chatek?  
*Malých chatek je v areálu celkem 20.*
12. Kolik laviček je celkem v kapli?  
*V kapli najdeme 26 laviček.*
13. Kolik záchodů je na dámských záchodech v hlavní budově?  
*V hlavní budově jsou 4 dámské záchody.*
14. Kolik je nás tady celkem (studenti, vedoucí, stravovací sekce)?  
*Celkem je nás 22.*
15. Kolik oborů nabízí CSOŠ Bojkovice ke studiu?  
*CSOŠ nabízí 3 obory studia.*



## Příloha č. 6 – Pokřiky před jídlem (před každým obědem a večeří)

### Obři a trpaslíci

Všichni se chytne za ruce a každý druhý si dřepne. Ti, co dřepí, představují trpaslíky a stojící představují obry. Obři hlubokým hlasem řeknou: „My obři, přejeme vám trpaslíkům dobrou chuť!“ Trpaslíci jim na to odpoví vysokým hlasem: „My trpaslíci, přejeme vám obrům dobrou chuť!“ A všichni společně řeknou „Ham!“

### Vláček

Rozdělíme se na tři skupinky. První skupinka začne dělat vláček: „Š š š š š š š š ...“ Druhá skupinka říká: „ Už se těším, až se najím, už se těším, až se najím...“ A třetí skupinka se přidá do rytmu: „ Požehnat nám rač, požehnat nám rač...“ Všichni opakujeme a gradujeme do té doby, až vedoucí udělá: „Huhúú!“ a všichni společně zakřičíme „HAM!“

### Motorová pila

Všichni se držíme za ruce a stojíme v předklonu. Pomalu začneme zvedat ruce a vzpřimovat se. Do toho všichni vydáváme zvuk, jako pila: „Hmmm...“ a gradujeme. Když budeme všichni vzpřímení, tak společně zvoláme: „HAM!“

### Kobylky

Stojíme kolem stolu, držíme se za ruce a všichni nahlas říkáme: „Letí, letí, je jich jako smetí, kobylky jsou tu, chacha, kobylky jsou tu! Žerou všechno, na co přijdou, kobylky jsou tu, chacha, kobylky jsou tu! HAM!“

### Mňam mňam ham

Vedoucí co nejvíce nahlas zakřičí: „Mňam mňam!“ Ostatní mu odpoví „Ham!“ To se zopakuje třikrát. Nakonec všichni zakřičí „HAM!“

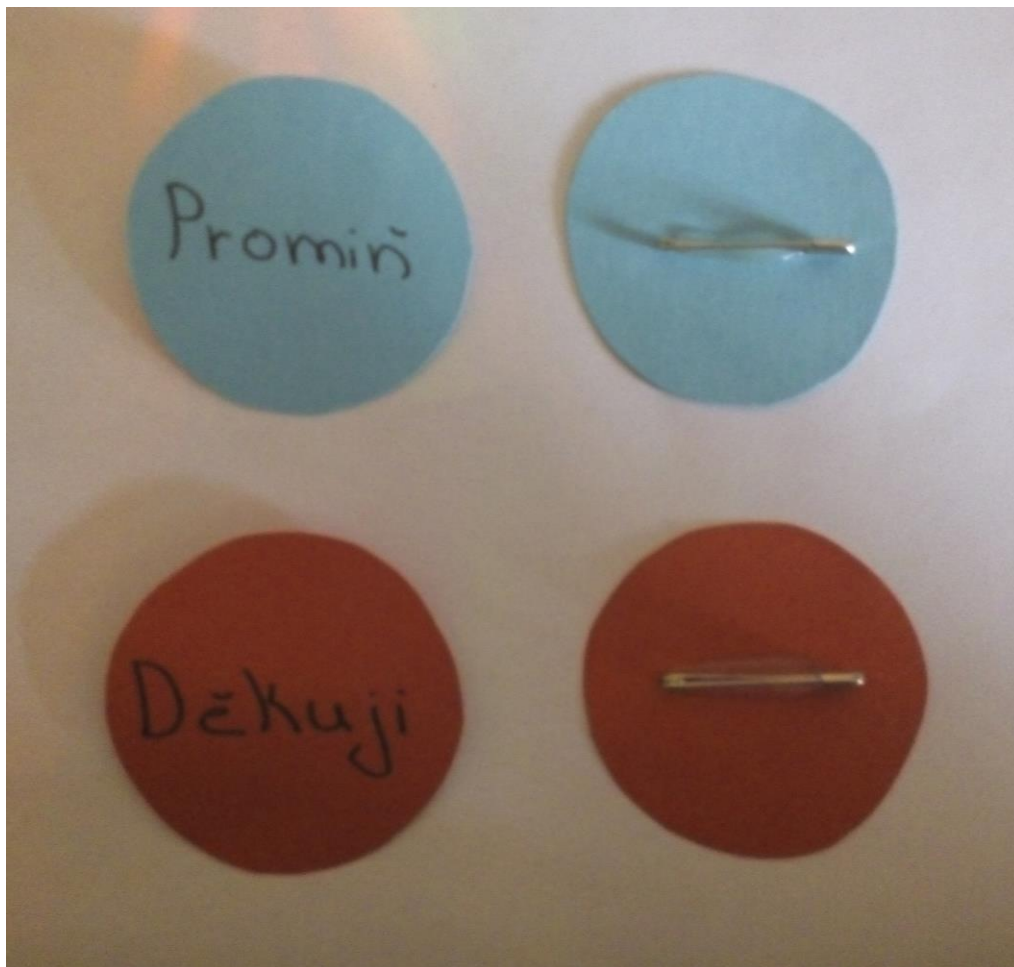
### Ó, náš Pane

Sedíme kolem stolu. Rukama bouchneme dvakrát do stolu a tleskneme. Jakmile se všichni sjednotíme v rytmu, začneme říkat: „Ó, náš Pane, tobě dík vzdáváme, za ty dary, které od tebe máme, Ale-ale-luja! Ale-ale-luja!“ Postupně zrychlujeme a opakujeme alespoň třikrát.

### Uta uta na mamuta

Říkáme: „Uta uta na mamuta, uta uta na mamuta“, postupně zesilujeme a nakonec všichni zavoláme: „HAM!“

Příloha č. 7 – Placky



<b><u>Školka</u></b>	<b><u>LDN</u></b>	<b><u>Azylový dům</u></b>	<b><u>Charita</u></b>
30 dětí	27 pacientů	20 klientů	10 bezdomovců
2 učitelky	1 doktor	3 sociální pracovnice	5 narkomanů
1 uklízečku	1 sestra	1 údržbář	5 alkoholiků
3 kuchařky	3 pečovatelé	2 pračky	3 pracovníci v sociálních službách
10 hraček		15 pokojů	2 noclehárny
			20 jídla

Příloha č. 9 – Sociální systém – Tabulka období

	1. ROK				2. ROK				3. ROK			
	JARO	LÉTO	PODZIM	ZIMA	JARO	LÉTO	PODZIM	ZIMA	JARO	LÉTO	PODZIM	ZIMA
Dítě	1	5	2	0	2	20	0	20	1	5	2	9
Učitelka	4	1	1	1	0	5	1	4	3	1	1	2
Uklízečka	2	1	0	3	1	2	0	2	4	3	2	2
Kuchařka	0	0	1	1	2	0	2	3	1	1	1	1
Hračka	5	0	0	2	4	6	0	8	3	2	3	4
Narkoman	1	1	1	1	0	0	3	3	0	3	4	3
Alkoholik	2	3	1	1	3	7	0	4	4	4	2	2
Pracovník v sociálních službách	0	2	5	1	0	3	0	2	2	2	4	4
Bezdomovec	6	1	2	4	3	5	2	1	4	1	8	2
Noclehárna	4	0	1	0	2	3	1	3	1	3	2	4
Jídlo	10	2	8	5	3	1	3	4	2	4	6	3
Pacient	1	7	4	10	1	1	0	20	5	2	4	15
Doktor	1	0	1	3	0	0	0	2	7	5	1	5
Pečovatel	4	1	0	2	5	3	4	6	3	1	2	2
Zdravotnický materiál	6	10	0	4	1	1	2	8	1	3	5	1
Sestra	1	1	1	3	4	0	0	7	4	1	1	2
Pokoj	1	3	11	2	8	7	0	3	5	2	2	4
Klient	2	2	12	2	3	2	2	4	1	4	3	6
Údržbář	1	1	1	1	0	1	4	2	2	3	5	1
Sociální pracovník	1	2	1	0	0	2	6	0	1	2	2	2
Pračka	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	6

## Příloha č. 10 – Otázky do diskuze

V kolik začíná vyučování a v kolik končí?

Jaké předměty se ve škole vyučují?

Jsou na škole praxe? Kde a jak probíhají?

Zajišťuje škola stravování?

Jezdí se na exkurze, výlety, do divadla, do kina, do zahraničí?

Co je na škole nejlepší?

Jaký předmět je nejtěžší?

Který učitel je nejhodnější?

Který učitel je nejpřísnější?

Jsou nějaké finty, rady, jak správně studovat?

Nabízí škola nebo domov mládeže volnočasové kroužky?

Jak se dá trávit volný čas v Bojkovicích?

Jaký je nejkrásnější zážitek z tvého studia?

Jaké je bydlení na domově mládeže?

Jaký je režim dne na domově mládeže,

Jsou nějaká omezení?

# OSVĚDČENÍ

*o úspěšném vykonání školení budoucích*

předškolních a mimoškolních pedagogů  
a sociálních pracovníků

tímto se potvrzuje, že:

.....

je plně způsobilá k dokončení Církevní střední odborné školy  
v Bojkovicích a také pro práci v sociálních službách.



Dne:

od povědný vedoucí školení

.....

.....

# OSVĚDČENÍ

*o úspěšném vykonání školení budoucích*

předškolních a mimoškolních pedagogů  
a sociálních pracovníků

tímto se potvrzuje, že:

.....

je plně způsobilá k vedení a dalšímu školení účastníků kurzu



Dne:

odpovědný vedoucí školení

.....

.....

# OSVĚDČENÍ

*o úspěšném vykonání školení budoucích*

předškolních a mimoškolních pedagogů  
a sociálních pracovníků

tímto se potvrzuje, že:

.....

je plně způsobilá k doprovázení studentek až k maturitní zkoušce.



Dne:

odpovědný vedoucí školení

.....

.....



# OSVĚDČENÍ

*o úspěšném zvládnutí kuchařské činnosti  
a nakrmení hladových krků*

předškolních a mimoškolních pedagogů  
a sociálních pracovníků

tímto se potvrzuje, že:

.....  
je plně způsobilá k dalším kuchařským experimentům



Dne:

odpovědný vedoucí školení:

.....

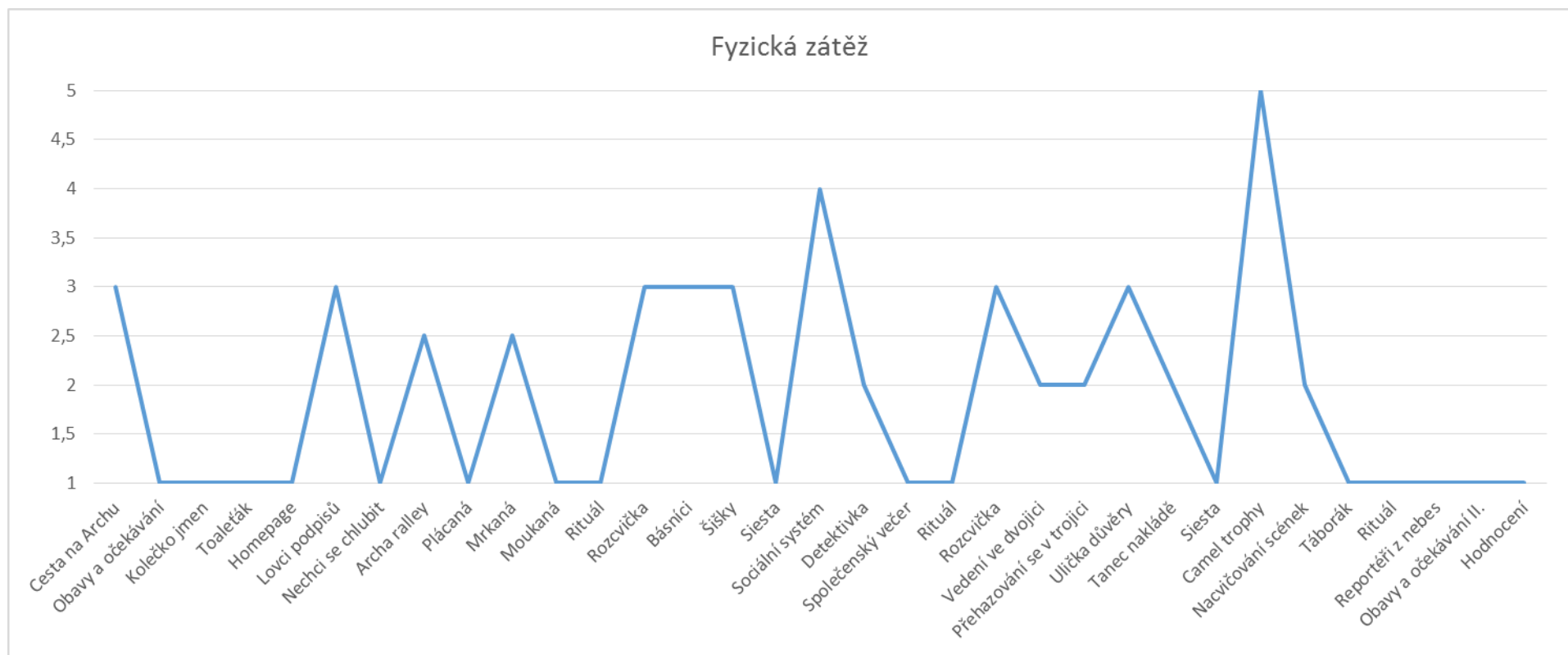
.....

Příloha č. 15 – Scénář kurzu

	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek
Dopoledne		7:30 – Budíček, rozcvička 8:10 – Modlitba 8:30 – Snídaně 9:15 – Dopolední blok <ul style="list-style-type: none"> <li>• Básníci I. Část</li> <li>• Šišky + reflexe</li> <li>• Básníci II.část</li> </ul>	7:30 – Budíček, rozcvička 8:10 – Modlitba 8:30 – Snídaně 9:15 – Dopolední blok <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vedení se ve dvojici</li> <li>• Přehazování se v trojici</li> <li>• Ulička důvěry</li> <li>• Tanec na kládě</li> <li>• Reflexe</li> </ul>	8:00 – Budíček 8:20 – Modlitba 8:45 – Snídaně 9:30 – Dopolední blok <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reportéři z nebes</li> <li>• Obavy a očekávání II.</li> </ul> 10:30 - Hodnocení 11:00 – Úklid 11:45 – Slavnostní ukončení, ocenění
Odpoledne	12:00 – Příjezd autobusu (Rosošná), přivítání, cesta na Archu 13:00 – Příchod, ubytování 14:00 – Oběd, zahájení 15:15 – Obavy očekávání 15:45 – Seznamovací a kontaktní hry <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolečko jmen</li> <li>• Toaleták</li> <li>• Homepage</li> <li>• Lovci podpiců</li> <li>• Nechci se chlubit</li> <li>• Archa rallye</li> </ul>	12:00 – Oběd, siesta, porada vedoucích 13:30 – Workshopy 14:30 – 1. Odpolední blok <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sociální systém</li> </ul> 16:30 – 2. Odpolední blok <ul style="list-style-type: none"> <li>• Detektivka I. a II. část</li> </ul>	12:00 – Oběd, siesta, porada vedoucích 13:30 – Workshopy 14:30 – 1. Odpolední blok <ul style="list-style-type: none"> <li>• Camel trophy + reflexe</li> </ul> 17:30 – 2. Odpolední blok <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nacvičování scének</li> </ul>	

Večer	<p>19:00 – Večeře</p> <p>20:00 – Večer plný her</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Plácaná</li> <li>• Mrkaná</li> <li>• Moukaná</li> </ul> <p>21:30 – Rituál</p> <p>22:00 – Dobrovolná modlitba, porada vedoucích</p> <p>23:00 - Večerka</p>	<p>18:30 – Večeře</p> <p>19:30 – Detektivka III. Část</p> <p>20:00 – Společenský večer</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentace o škole</li> <li>• Diskuze</li> </ul> <p>21:30 – Rituál</p> <p>22:00 – Dobrovolná modlitba, porada vedoucích</p> <p>23:00 - Večerka</p>	<p>18:30 – Večeře</p> <p>20:00 – Táborák</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Scénky</li> <li>• Já, Vašíček, bez čárky</li> </ul> <p>22:00 – Rituál</p> <p>22:30 – Dobrovolná modlitba, porada vedoucích</p> <p>23:45 - Večerka</p>	
-------	--	--	---	--

Příloha č. 16 – Křivka fyzické zátěže na akci



Příloha č. 17 – Křivka psychické zátěže na akci

